

M3 capolinea a Peschiera, quando? Dove? Saremo pronti?

Il tanto atteso prolungamento della linea M3 fino a Peschiera Borromeo è tornato al centro del confronto istituzionale dopo l'approvazione di un ordine del giorno presentato dalla Lega alla Camera.

L'idea di estendere la M3 fino a Paullo risale ai primi anni Duemila e prevedeva circa 15 chilometri di nuova metropolitana interamente in sotterranea. Nel 2015 l'intervento fu bocciato dal CIPE per insufficiente sostenibilità economico-finanziaria.

Successivamente MM aveva elaborato una soluzione mista, con metropolitana fino a Peschiera Borromeo e metrotranvia veloce fino a Paullo, discussa a lungo tra Città Metropolitana e Comuni interessati.

Nel gennaio 2025 la variante è stata accantonata, principalmente per criticità legate ai tempi di percorrenza, alla rigidità infrastrutturale e al rapporto costi-benefici.

Con quella decisione, l'estensione fino a Paullo era uscita dal perimetro operativo. Il recente ordine del giorno riporta ora il tema nel dibattito politico nazionale, ma senza modificare il quadro tecnico già definito.

La linea condivisa oggi da Regione Lombardia e amministrazioni locali prevede due nuove fermate fino a Peschiera Borromeo, una scelta che mantiene aperta, almeno teoricamente, la possibilità di estensioni future.

L'opinione di Regione Lombardia è che lo scenario progettuale «non si limita ai tunnel, ma comprende una serie di interventi infrastrutturali pensati per costruire una rete integrata e non un semplice capolinea spostato più in là». Quindi nella mente, più che nel portafoglio, ci sarebbero nuovi interventi strutturali. Uno di questi potrebbe essere

l'introduzione lungo il tracciato della Paullese, di linee di bus rapidi che avrebbero anche il vantaggio di corsie dedicate, questo potrebbe anche garantire il servizio di interscambio con il futuro capolinea M3.

In parallelo è stata avanzata dalla Regione Lombardia l'ipotesi di un collegamento ferroviario

Milano-Crema con capolinea a Peschiera, supportata da uno studio commissionato a Ferrovie Nord, ma mai tradotta in un iter formale avanzato. Quale sarebbe il prossimo passo? Il deposito da parte della società MM Metropolitane Milanesi del PFTE cioè il Piano di Fattibilità Tecnico Economica, che dovrebbe essere il documento illustrativo degli interventi necessari per la realizzazione

del progetto e le relative coperture finanziarie. Nel frattempo in comune a Peschiera gli animi si sono un po' riscaldati, non tanto sulla bontà dell'idea o sulla necessità di realizzarla, ma sulla diffusione di informazioni relative al progetto, perché a quanto sembra queste informazioni sarebbero già state in possesso del Comune dal mese di febbraio che, della cosa, avrebbe evitato di informare il consiglio Comunale. Stefania Accosa, consigliere di minoranza, ha espresso le sue preoccupazioni assolutamente condivisibili non sul progetto, ma sulle infrastrutture che necessariamente devono accompagnare l'opera. Le strade di accesso, l'importanza di un parcheggio in grado di sostenere la funzione di interscambio, le opere relative alla sicurezza. Preoccupazioni che in ogni caso anche il Sindaco Coden condivide, ora per avere le idee più chiare bisogna attendere la presentazione ufficiale del PFTE, vi faremo sapere.



Mediglia in prima linea contro ogni mafia

Mediglia ha onorato la giornata della legalità e della lotta contro la mafia con una manifestazione esemplare nei contenuti e nell'organizzazione, con la regia dell'Assessore Rosy Simone, il Sindaco Gianni Fabiano ha accolto al teatro comunale un'ampia scolaresca con relativi insegnanti, personalità locali, comandanti dei Carabinieri e della Polizia Locale, presenti anche Candida Livatino cugina del giudice vittima della mafia e Pasquale Padovano superstite della tragedia dell'aeroporto di Linate, ma soprattutto la persona che ha caratterizzato la giornata, Giuseppe Costanza, autista del giudice Falcone e uno dei pochi sopravvissuti alla strage di Capaci.

Presentato dal Sindaco Fabiano come «...non un superstite ma un testimone della storia italiana...» Il convegno si è aperto con le note di «Nessun dorma» dalla Turandot di Puccini, opera che al di là della bellezza canora ha dato significato alla giornata, dove il nessun dorma è diventato appello o richiesta alla popolazione a non tacere, non girarsi dall'altra parte, non subire il ricatto mafioso.

Giuseppe Costanza, come dicevamo, autista personale del giudice Falcone, ha arricchito la memoria e lo spirito di tutti ricordando la strage alla quale suo malgrado partecipò.

Ricordiamo infatti che questo episodio del 1992 ebbe grandissimo eco in tutto il mondo, una quantità impressionante di esplosivo trasformò in un attimo un tratto dell'autostrada Palermo - Trapani sulla quale in quel momento transitavano tre auto, il corteo del giudice con la scorta. Morirono oltre a Falcone 4 persone, la moglie Francesca Morvillo e tre agenti di scorta Vito Schifani, Rocco Dicillo e Antonio Montinaro (sembra giusto ricordarne i nomi). 23 furono i feriti tra i quali Giuseppe Costanza.

Proprio a Costanza abbiamo rivolto alcune domande.

Signor Peppino (lui ci ha invitato a chiamarlo così) come mai quel giorno era seduto sul sedile posteriore dell'auto?



Era con noi anche la signora Morvillo che pativa l'auto e ha chiesto di sedere davanti, il marito come segno di gentilezza, per starle a fianco ha preso il mio posto alla guida.

Vuol dire che se si fosse seduto dietro non sarebbe morto?

Non sarebbe cambiato niente purtroppo, il giudice guidava un poco più lentamente, con me alla guida probabilmente ci saremmo trovati nel punto esatto dove è esplosa la bomba che ha invece investito in pieno l'auto davanti a noi senza lasciare scampo ai ragazzi.

Lei cosa ricorda di quel momento?

Un muro di terra, cemento sassi alzarsi davanti a noi poi più nulla. Pensi che una settimana prima il Giudice mi confidò che sarebbe diventato Procuratore Nazionale Antimafia,

Tragedia a Peschiera

Un grave lutto colpisce la città di Peschiera Borromeo, il nostro territorio è stato infatti il teatro della morte dell'agente della Polizia Locale di Milano Francesco Imprezzabile di soli 39 anni, è morto svolgendo il proprio dovere.

La tragedia si è consumata nella sera del 22 giugno quando un SUV Audi Q7 non si è fermato dopo l'alt imposto dagli agenti in zona Ponte Lambro. Come giusto è iniziato un inseguimento da parte di più mezzi tra i quali la moto di Francesco che, purtroppo, lungo la via che costeggia l'aeroporto di Linate è finita a terra per cause al momento non ancora chiare.

L'impatto è stato devastante ed a nulla sono serviti gli interventi dei soccorritori e dell'elisoccorso.

Nel caos che è seguito all'impatto il SUV è riuscito a dileguarsi, le indagini grazie anche alle telecamere poste lungo il percorso, hanno portato al riconoscimento ed al ritrovamento della vettura. Il conducente è stato identificato e fermato, sono ora in corso nuovi accertamenti per verificare la possibilità che tra l'auto in fuga e la moto vi sia stato un contatto. Contiamo che le responsabilità siano accertate nel frattempo però ci uniamo al dolore dei familiari e di tutta la comunità per un ragazzo speciale. Dai forti valori che lo hanno portato ad indossare la divisa per vocazione e senso del dovere. Addio Francesco siamo certi che il Comune di Milano troverà il modo per ricordare degnamente il tuo nome ed il tuo lavoro.



L'Impronta sportiva

di Fabio Del Prete

NON RINUNCIATE ALLO SPORT IN ESTATE: GUIDA ALL'ALLENAMENTO TRA LUGLIO E AGOSTO.

Sfatiamo un mito: l'estate non è il momento di appendere le scarpe al chiodo. Sebbene l'arrivo dell'afa nei mesi di luglio e agosto spinga molti a rifugiarsi sul divano davanti al condizionatore, gli esperti confermano che l'attività sportiva durante la bella stagione non è un tabù. Il nostro organismo possiede straordinarie capacità di termoregolazione, ma per non trasformare il benessere in un rischio è fondamentale cambiare l'approccio al movimento. La parola d'ordine è una sola: adattamento.

Chiariamo subito: i seguenti accorgimenti pratici sono stati elaborati e selezionati sulla base di letture e approfondimenti condotti sulle più autorevoli riviste specializzate del settore medico, fitness e della salute e da lì ho tratto un sunto per cre-

are delle indicazioni di massima.

LUGLIO E IL PICCO DELL'AFI: scatta l'ora del "Workout a bassa intensità"

Quando il termometro sale e, soprattutto, il tasso di umidità nell'aria accarezza o supera il 50%, la sudorazione fatica a evaporare e l'attività fisica diventa improvvisamente più pesante. In questo scenario, tipico del mese di luglio, la scelta più saggia è virare verso allenamenti a bassa intensità (LISS - Low Intensity Steady State).

Svolgere gli esercizi più lentamente o ridurre i carichi abituali non significa vanificare gli sforzi, tutt'altro. Gli specialisti consigliano di tarare lo sforzo mantenendosi circa 5 battiti al di sotto della normale frequenza car-

diaca di allenamento, così da non sovraccaricare il sistema cardiovascolare.

Se non si possiede un cardiofrequenzimetro, basta ascoltare i segnali del corpo: in caso di mal di testa, accenni di nausea o vertigini, è imperativo fermarsi gradualmente, fare un po' di defaticamento e camminare.

ATLETI AMATORIALI: l'obiettivo è il benessere (senza sensi di colpa)

Per chi pratica sport a livello amatoriale o per pura passione domenicale, i mesi di luglio e agosto devono essere vissuti con flessibilità.

Non è questo il momento di focalizzarsi sui record personali o sulle performance estreme. L'obiettivo principale deve essere il mantenimento della mobilità, il controllo dello stress e il divertimento.

Se le temperature sono proibitive, l'amatore non deve farsi frenare dai sensi di colpa: è preferibile dimezzare la durata della solita corsa o sostituire una sessione di sollevamento pesi in una palestra afosa con una nuotata rigenerante.

La parola d'ordine per questa categoria è "ascolto": rallentare il ritmo per assecondare il clima permette di non interrompere completamente l'abitudine al movimento, proteggendo la salute cardiovascolare e arrivando a settembre senza aver perso il tono muscolare.

ATLETI AGONISTI: la gestione della performance e il richiamo di preparazione

Discorso completamente diverso vale per gli agonisti, per i quali l'estate – e in particolare il mese di agosto – coincide spesso con il "richiamo di preparazione" in vista della nuova stagione agonistica o con il mantenimento di volumi di carico elevati. Per chi gareggia, non è possibile improvvisare o ridurre drasticamente l'intensità senza un piano preciso orchestrato dal proprio preparatore atletico.

Gli agonisti devono curare in modo quasi scientifico la termoregolazione e il recupero. Diventa cruciale monitorare il peso corporeo prima e dopo ogni sessione per calcolare l'esatta perdita di liquidi, ricorrendo a una reidratazione mirata con soluzioni idrosaline isotoniche o ipotoniche.

Inoltre, le sessioni più intense e i lavori di forza specifici vanno programmati rigorosamente



te nelle primissime ore dell'alba, sfruttando le temperature più fresche della giornata per non compromettere la qualità del gesto tecnico e non esporre l'organismo a colpi di calore.

I PILASTRI PER L'ALLENAMENTO ESTIVO IN SICUREZZA

Per rimodulare la propria routine outdoor o indoor senza pericoli, gli esperti suggeriscono sette regole auree:

1. Idratazione costante: Bisogna bere acqua a sufficienza durante tutto l'arco della giornata, e non solo quando si ha sete. Se l'allenamento è breve può bastare l'acqua, altrimenti (sotto consiglio medico) si può ricorrere a integratori di sali minerali.

2. Alimentazione "smart": Spazio a frutta e verdura fresche. Spuntini a base di melone o ananas aiutano a reintegrare i liquidi e le vitamine perse con il sudore.

3. Abbigliamento tecnico: Prediligere capi chiari (che riflettono il calore) e tessuti funzionali e traspiranti. Un trucco utile prima di iniziare? Bagnare leggermente i vestiti o i capelli per godere dell'effetto refrigerante dell'evaporazione.

4. Occhio al cronometro: Gli orari migliori sono la mattina presto (dalle 6:00 alle 9:00) o la sera dopo le 18:00 o le 19:00, evitando rigorosamente la fascia centrale 11:00-17:00.

5. Attenzione alla climatizzazione: Se ci si allena al chiuso, l'aria condizionata non deve essere troppo bassa per evitare contratture. Meglio impostare la modalità deumidificatore.

6. Monitorare l'umidità: Quando l'afa è stringente, è preferibile optare per attività più dolci o sessioni di stretching e meditazione.

7. Ascolto del corpo: Non fare gli "eroi". La costanza premia più della performance estrema.

Fine agosto: il momento perfetto e il "Green Exercise"

Se luglio richiede cautela, l'ultima parte di agosto rappresenta la finestra temporale ideale per dare una svolta alla propria forma fisica. Verso la fine del mese i picchi di calore più estremi iniziano ad attenuarsi, lasciando spazio a un clima mite, ma con giornate ancora lunghe e soleggiate.

È il momento d'oro del cosiddetto "green exercise", ovvero l'attività fisica praticata immersi nella natura (parchi, boschi, spiagge). Svolgere un workout all'aperto su terreni irregolari o contro la resistenza del vento non solo aumenta il dispendio energetico e stimola maggiormente i muscoli rispetto alla monotonia del tapis roulant, ma ha un impatto straordinario sulla salute mental, riducendo ansia e stress. Inoltre, la temperatura calda ma gradevole favorisce una migliore elasticità muscolare, riducendo il rischio di strappi e rendendo il riscaldamento più rapido ed efficace.

Prepararsi al rientro ed evitare la pigrizia d'autunno

Sfruttare lo scorcio finale di agosto per rimettersi in moto offre un enorme vantaggio strategico: permette di anticipare la routine di settembre.

Riprendere il controllo del proprio corpo quando si è ancora rigenerati dalle vacanze e "carichi" di Vitamina D aiuta a sconfiggere la pigrizia post-ferie. Arrivare all'autunno con un sistema immunitario già rafforzato dal movimento e un umore stabilizzato dalle endorfine è il segreto migliore per affrontare il cambio di stagione con una marcia in più.

Nella speranza di esservi stato utile, colgo l'occasione per augurare a tutti buone vacanze sportive.



CONTINUA DA PAG.01

in una settimana.

Ritiene che sia stata fatta giustizia? Le indagini rivelarono che i maggiori boss di Cosa Nostra parteciparono alla pianificazione Totò Riina, Bernardo Provenzano, Madonia, Brusca e altri e optarono per questa operazione da eseguire in modo eclatante. Troppo.

In che senso?

Per uccidere Falcone sarebbe stato sufficiente seguirlo e colpirlo a Roma dove addirittura girava senza scorta, invece è stato scelto Palermo con grande clamore penso per sviare sospetti da Roma.

In ogni caso vi furono molte indagini, migliaia di trascrizioni, decine di indagati e diversi processi. Sicuramente la manovalanza della strage è stata condannata, la mente, penso di no e mi piacerebbe essere in vita quando si arriverà a tutta la verità ma dubito che ci sarò ancora. Ah posso aggiungere? **La prego...**

Quando venne catturato Riina non ci fu neanche la perquisizione nella sua villa, Provenzano fu latitante per 40 anni nel suo territorio, le pare possibile? Prima che venisse ucciso Falcone parlando delle sue indagini citava i famosi "colletti bianchi" come menti raffinatissime.

Ringraziamo Giuseppe Costanza per il tempo che ci ha dedicato e lo lasciamo ai suoi impegni che oggi, a quasi 80 anni, sono devoluti al ricordo di Giovanni Falcone ed al contrasto alla mafia. Il Convegno ha poi visto succedersi sul palco alcuni dei ragazzi protagonisti de "Le nostre voci contro la mafia", scritti, pensieri ricordi emozioni degli adolescenti di Mediglia.

Lasciateci dire: una bella giornata, se in tutte le scuole d'Italia si facesse lo stesso aumenterebbe la comprensione, e la lontananza da ogni fenomeno mafioso.

BIG ARCH[®]

© 2014 McDonald's. Tutti i diritti sono riservati.



**QUANDO LA VOGLIA
DI Mc SI FA BIG**

TAI CHI CHUAN: LA NON-GINNASTICA CHE PLASMA CORPO, MENTE E CUORE

La nostra Redazione ha incontrato Grazia Magnago che, oltre ad essere Presidente della Consulta dello Sport di Peschiera Borromeo, organizza da 25 anni il Corso di Tai Chi a Peschiera, all'interno della Vortex Arti Marziali ASD, una delle società "fondatrici" della Consulta dello Sport

Grazia, ultimamente i Social sono invasi dalla promozione di "Corsi di Tai Chi", prima di chiederti cosa ne pensi di queste promozioni, puoi illustrarci brevemente che cos'è il Tai Chi?

Nasce storicamente come arte marziale cinese, e nascendo in quella cultura è però fin dalle origini basata sulla sia filosofia Taoista sia sulla medicina cinese, di tradizione molto più antica, filosofia e medicina che permeano in profondità la cultura di tutti i paesi orientali e le arti marziali che in epoca più recente sono poi evolute in oriente (karate, judo, jujutsu, ecc.) Facendo un riassunto davvero in pillole, le scuole di Taiji originariamente erano realtà "chiuse", riservate a pochi eletti delle famiglie nobili e solo in epoche successive, principalmente ad opera della scuola Yang, intorno alla fine del 1800, si sono aperte anche verso la popolazione, soprattutto perché oltre ad avere una valenza difensiva, avevano anche una forte valenza di mantenimento della salute psicofisica, che ha spinto alcuni capiscuola (scuola Yang in testa) a cercare di divulgarla il più possibile per insegnare come migliorare la propria salute a strati sempre più ampi della popolazione. Con l'avvento della Rivoluzione Culturale, le scuole di Taiji ed i loro capiscuola hanno subito l'ostracismo, perché sentite come minaccia al nuovo ordine costituito è di questo periodo la fuga di molti Maestri in occidente e l'inizio della sua diffusione del Tai chi in occidente. Successivamente il regime però decideva di non combatterli più frontalmente, cercando di "disinnescare" la parte marziale puntando ufficialmente sulle oggettive e documentate caratteristiche salutistiche, ben note ed usate ogni giorno dalla popolazione in quasi tutti gli strati. Da allora non viene più osteggiato ma promosso ed incoraggiato, ed insieme al Qi

Gong e alle basi di medicina cinese, viene insegnato anche nelle scuole.

Cenni storici in pillole a parte, è una forma di movimento molto diversa da ogni altra:

i movimenti, volutamente lenti e consapevoli, sono guidati dalla mente e dal respiro, e non utilizzano neanche un grammo di forza fisica, ma solo la potenza della struttura del praticante che, con il corpo totalmente rilassato, impara a sentire e neutralizzare assorbendola l'energia dell'avversario, la devia e se occorre lo sbilancia definitivamente, per allontanarlo (è basato sull'armonia tra potenza e cedevolezza, non sulla forza di prevaricazione!)



Come è nata la tua passione per questa disciplina?

E' nata da un mio precocissimo problema fisico, l'artrosi diffusa, che già a 25 anni ha dato i suoi segni, purtroppo non riconosciuti. Dai 30 anni ho dovuto convivere con dolori sempre più forti e continui, che a poco a poco mi hanno costretto a smettere di praticare sport, riducendomi a 40 anni con le gambe deboli e malferme e dolori continui, mitigabili solo con farmaci o fisioterapia... 10 anni dolorosi e pesanti... poi un giorno nel '98 l'incontro fortuito e la svolta: un corso di Taijiquan sotto casa a San Bovio, proprio fatto dalla Vortex, per cui ora io insegno!

Non sapevo cosa fosse, ma lo avevo visto alla TV e mi aveva catturato l'armonia e l'eleganza dei movimenti lenti e consapevoli dei suoi praticanti, che si muovevano all'unisono mossi da qualcosa che si percepiva non essere solo dovuto all'allenamento di una coreografia... e chissà perché, ho pensato che facesse per me!

Mi sono iscritta e ho cominciato ad imparare, uno dopo

l'altro, questi movimenti lenti e guidati dal respiro, e imparando ad muovere il corpo in modo naturale, senza forzature, ma ascoltandolo ho, a poco a poco, ridotto i miei dolori, rinforzato muscoli, recuperato la postura, il sorriso.... In poche parole, sono "rinata".

Ed ho iniziato a studiare per poter arrivare ad insegnare anche ad altri come me, che imparando questa bellissima e gratificante disciplina sportiva è possibile recuperare e MANTENERE un benessere che credevo ormai perduto:

Sono guarita dall'artrosi? No, ma non soffro più e più pratico meglio sto: il Taiji è la mia cura preventiva. Il mio ginocchio

con la rotula instabile è guarito? No, ma il tono muscolare che il Taiji mi ha dato e mantiene, mi permette di usarlo senza dolore.

A chi è rivolto il tuo corso di Tai Chi, servono particolari capacità, esistono dei limiti di età?

Il corso è rivolto a tutti: si può praticare dai 5 ai... 105 anni: non è una battuta! Richiede solo costanza nella frequenza e la piccola molla interiore che spinge ogni uno di noi a migliorarsi sempre un poco, non in una "gara" con gli altri ma con se stessi. La chiamo la non-ginnastica perché è tipo di movimento diversa da qualsiasi altra disciplina: i movimenti sono lenti, rilassati e guidati dal respiro, senza fatica apparente. Si eliminano così le tensioni delle spalle e della schiena, e si sblocca il diaframma; non si fatica e non si gronda di sudore, ma ci si allena in profondità, con dolcezza e progressività, secondo le proprie possibilità, senza forzature. A poco a poco, si ritrova tono muscolare, potenza e resistenza, anche il cuore si allena: si sale a

ca 90-100 battiti e lo si mantiene durante la lezione: di tutta sicurezza anche x chi è cardiopatico.

Quali benefici può portare la pratica costante del Tai Chi?

Tutto ciò che ho descritto sopra è di grande aiuto sia a chi non ha patologie, ma vuole "ritagliarsi" un'oasi di calma mentale nella frenesia della vita tenendosi in forma senza stancarsi ulteriormente: a lezione di solito si entra con le "pile scariche" dalla giornata e si esce "calmi e ricaricati" come dopo un pisolino rigerante... Suona strano, ma è il commento che fanno gli allievi quando se ne vanno! E' particolarmente indicata anche in patologie importanti, quali Parkinson, Fibromialgia, Artrite reumatoide e Neuropatie diabetiche o da Chemioterapia, per le quali, è documentato l'effetto di alleggerimento dei sintomi e rallenta la progressione della malattia. In particolare, stiamo studiando un apposito corso rivolto a queste patologie, che speriamo di far partire a ottobre 2026.

Qual è l'aspetto più importante che cerchi di trasmettere ai tuoi allievi?

L'ascolto di se stessi, per ritrovare attraverso la pratica, la propria armonia interiore e magari poi la voglia di cercare di incidere sul proprio ambiente di vita armonizzandolo... come dico a volte quando presento il corso, qui si inizia un corso corpo-mente ma facilmente ci si trova poi su un percorso (la Via, il Tao in cinese): quello del filo conduttore della nostra vita che poi si amplia a sua volta coinvolgendo la vita di chi ci circonda e, per chi crede, il trascendente... non c'è limite alla ricerca ed alla crescita, se non ce lo poniamo noi!

Che consiglio darebbe a chi vorrebbe iniziare?

Quello di non avere fretta: i risultati ogni praticante se li costruisce da sé, guidato dall'insegnante, e li vede nell'arco di 4-8 mesi.

Dove tieni i tuoi corsi?

Noi pratichiamo lo stile Yang Tradizionale di Yang Chen Fu, Fu Zong Wen e Li Rong Mei, nostra Gran Maestro, vivente.

Per poter mantenere l'efficacia della pratica del Taiji, i corsi sono tutti bisettimanali da livello base a livello avanzato, comprese le **Armi** (Spada e Ventaglio Yang), e si tengono:

Mattina: **c/o Spazio Danza - MEZZATE (dalle 9.00 in poi) nei giorni di martedì, mercoledì, giovedì, venerdì**

Sera: **c/o SAN BOVIO Palestra scuole elementari e medie di via Abruzzi 3 (dalle 19 e mercoledì dalle 19.30) nel giorno di lunedì.**

Non poteva mancare una nota di curiosità, rispetto a quanto detto in apertura: "Cosa pensi di questa capillare diffusione della pratica del Tai Chi attraverso i social?"

Da un lato è simpatico che ne parli, perché i Taichisti sono un po' schivi e non si pubblicizzano un granché...

Siamo per filosofia contrari agli eccessi, quindi poco appariscenti... eppure siamo fra i 10 sport più praticati al mondo!

Ma la cosa che invece non supportiamo sono le false promesse: con la camminata, se ben fatta, si impara a distinguere il vuoto ed il pieno, ma niente sostituisce un maestro in carne ed ossa, perché questa è una disciplina che si tramanda con l'esempio diretto, la pratica di gruppo, vedendo i particolari dei movimenti.... Impossibile con le sole parole o schede.

ASPETTANDO TE
ASSOCIAZIONE ASPETTANDO TE ODV ETS

AIUTACI A SOSTENERE LE FAMIGLIE CON

CIBO SPESE VETERINARIE ALTRE ESIGENZE

DONA

IL TUO
5 X MILLE

C.F. 97865330159

Il tuo più grande gesto d'amore
GRAZIE

ALSERVINI *Vini*



**VINI
DISTILLATI
CHAMPAGNE
REGALISTICA**

Via Della Liberazione 63/18 - PESCHIERA BORRAMEO

Tel. 02 54 75 130 - info@alservini.com

www.alservini.eu



IL FONDAMENTO NORMATIVO: L'ART. 2051 C.C.

La disciplina del risarcimento dei danni da infiltrazioni in ambito condominiale si fonda primariamente sull'art. 2051 c.c., secondo cui: «Ciascuno è responsabile del danno cagionato dalle cose che ha in custodia, salvo che provi il caso fortuito.».

Si tratta di una responsabilità oggettiva: per la sua configurazione in capo al Condominio è sufficiente la sussistenza del rapporto di custodia tra il responsabile e la cosa che ha dato luogo all'evento lesivo, senza che rilevi la condotta del custode o l'osservanza di obblighi di vigilanza.

Il Condominio, quale custode dei beni e dei servizi comuni, è obbligato ad adottare tutte le misure necessarie affinché tali cose non rechino pregiudizio ad alcuno.

L'Onere della Prova e la sua Ripartizione

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.

INFILTRAZIONI E DANNI IN CONDOMINIO: IL QUADRO DELLA RESPONSABILITÀ CIVILE



Il meccanismo probatorio si articola come segue:

● **il danneggiato deve provare:** (i) l'esistenza del danno; (ii) il nesso causale tra la cosa in custodia e l'evento lesivo; (iii) il rapporto di custodia in capo al Condominio;

● **il Condominio custode**, per liberarsi da responsabilità, deve dimostrare l'esistenza di un caso fortuito, inteso come fattore esterno dotato dei caratteri di imprevedibilità, eccezionalità e inevitabilità, idoneo a

interrompere il nesso causale.

Crucialmente, le carenze o i difetti di manutenzione, al pari di quelli di costruzione, non costituiscono caso fortuito, ma anzi rappresentano tipicamente il fondamento dell'obbligazione risarcitoria.

La Delimitazione tra Parti Comuni e Proprietà Esclusiva Un profilo di centrale importanza pratica riguarda l'individuazione dell'origine delle infiltrazioni, poiché la responsabilità segue la custodia:

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 scrivete: arcainistefania@gmail.com

OMOBITRANSFOBIA

Il termine omofobia fu utilizzato per la prima volta dallo psicologo Weinberg, il quale negli anni Sessanta capovolve la prospettiva secondo cui le persone omosessuali erano malate e descrisse l'omofobia come "un mix di repulsione e preoccupazione... una paura relativa alle persone omosessuali... che sembrava associata alla paura di un contagio, una paura che le cose per cui si era lottato potessero essere minate - casa e famiglia".

In seguito, il concetto è stato esteso alla bisessualità e alla transessualità (omo-bitransfobia).

Non si tratta di una fobia vera e propria, quanto di un insieme di emozioni e sentimenti quali ansia, disgusto, avversione, rabbia, paura e disagio provate, sia consapevolmente che inconsapevolmente, nei confronti di persone omosessuali, bisessuali e transessuali.



Mentre le persone fobiche percepiscono la propria paura come irragionevole e autolimitante, gli omofobi tendono a pensare che la loro ostilità sia condivisibile, persino giustificabile, e assumono atteggiamenti discriminanti, di scherno e disprezzo verso le persone che non si conformano agli standard eterosessuali di genere.

L'omobitransfobia si manifesta nella sfera pubblica e privata sotto diverse forme e può esprimersi a livello ver-

bale (insulti, derisione), fisico (aggressioni, violenze) o istituzionale (disparità di trattamento sul lavoro o nell'accesso ai servizi).

Lo psicoanalista Vittorio Lingiardi propone di utilizzare il termine omonegatività, semanticamente meno ambiguo del termine omofobia, distinguendola in sociale e interiorizzata.

Nello specifico quella interiorizzata è l'esito di un meccanismo psicologico di introiezione da parte delle stesse persone omosessuali di pregiudizi, atteggiamenti e sentimenti negativi verso il proprio orientamento sessuale, che viene vissuto in modo conflittuale, come se fosse sbagliato, da rinnegare e nascondere. Tale conflittualità risulta particolarmente intensa in adolescenza, poiché causa sensi di colpa, vergogna, angoscia.

Il processo di consapevolezza della propria omosessualità può essere difficile e doloroso per un adolescente. È molto importante che gli adulti di riferimento, docenti, educatori, psicologi, sviluppino una particolare sensibilità e attenzione che permetta di riconoscere e intercettare il disagio di quei ragazzi che dubitano della legittimità dei propri sentimenti.

Dr.ssa Stefania Arcaini

● **se le infiltrazioni provengono da parti comuni** (lastrico solare, colonne montanti condominiali, facciate, intercapedini, coperture), risponde il Condominio ex art. 2051 c.c.;

● **se le infiltrazioni originano da proprietà esclusiva** (impianti interni, terrazze di pertinenza individuale), risponde il singolo condomino proprietario.

Sul punto, la giurisprudenza ha chiarito che la presunzione di proprietà comune ex art. 1117 n. 3 c.c. non può estendersi alla parte dell'impianto di scarico ricompresa nell'appartamento del singolo condomino: del loro non perfetto funzionamento rispondono i condomini stessi e non il Condominio, non essendo tali parti comuni di cui quest'ultimo possa essere considerato custode Cass. Civ., Sez. 2, N. 25442 del 16-09-2025).

LA CORRESPONSABILITÀ E LA SOLIDARIETÀ: IL CASO DEL LASTRICO SOLARE

Il problema si complica quando le infiltrazioni derivano da un lastrico solare o terrazza a livello in uso o proprietà esclusiva.

Le Sezioni Unite della Cassazione, con la fondamentale sentenza n. 9449/2016, hanno stabilito il seguente principio di diritto: «in tema di condominio negli edifici, allorché l'uso del lastrico solare non sia comune a tutti i condomini, dei danni che derivino da infiltrazioni nell'appartamento sottostante rispondono sia il proprietario o l'utente esclusivo del lastrico solare (o della terrazza a livello), in quanto custode del bene ai sensi dell'art. 2051 cod. civ., sia il condominio, in quanto la funzione di copertura dell'intero edificio [...] impone all'amministratore l'adozione dei controlli necessari alla conservazione delle parti comuni [...].

Il concorso di tali responsabilità [...] va di regola stabilito secondo il criterio di imputazione previsto dall'art. 1126 cod. civ., il quale pone le spese di riparazione o di ricostruzione per un terzo a carico del proprietario o dell'utente esclusivo del lastrico (o della terrazza) e per i restanti due terzi a carico del condominio.».

Ne consegue la responsabilità solidale dei soggetti coobbligati ai sensi dell'art. 2055 c.c., con la possibilità per il danneggiato di agire per l'intero nei confronti di ciascuno di essi.

Come precisato dalla Cassazione, il risarcimento non può essere negato in ragione del concorrente apporto causale di singoli condomini, salvo che la condotta di questi ultimi risulti

dotata di efficacia causale esclusiva nella produzione del danno (Cass. Civ., Sez. 6, N. 7044 del 12-03-2020).

IL DANNO RISARCIBILE

Il risarcimento si determina secondo gli artt. 1223, 1226 e 2056 c.c. e comprende:

● **danno emergente:**

le spese necessarie per i lavori di ripristino dell'immobile danneggiato, quantificate generalmente mediante CTU;

● **lucro cessante:**

il mancato guadagno derivante dall'inutilizzabilità del bene (es. canoni locativi perduti), a condizione che venga fornita prova anche presuntiva del pregiudizio;

● **danno non patrimoniale:**

il disagio e il sacrificio personale sopportato dal proprietario per la compressione del godimento dell'immobile.

Qualora il danno non sia determinabile nel suo preciso ammontare, il giudice può procedere alla liquidazione equitativa ex art. 1226 c.c.

CENNI PROCESSUALI

Dal punto di vista procedurale, si segnala che:

● **a competenza per le cause tra condomini in materia di infiltrazioni rientra nel foro speciale condominiale ex art. 23 c.p.c.;**

● **prima dell'instaurazione del giudizio, è condizione di procedibilità la mediazione obbligatoria ex art. 71-quater disp. att. c.c., in quanto trattasi di controversia condominiale;**

● **in caso di polizza assicurativa stipulata dal Condominio, il danneggiato o il Condominio condannato possono agire in manleva nei confronti dell'assicuratore, con diritto alla rifusione sia delle spese di soccombenza che delle spese di resistenza ex art. 1917 c.c.**

CONCLUSIONI

Il sistema della responsabilità da infiltrazioni in condominio si caratterizza per la sua natura oggettiva, che agevola il danneggiato sul piano probatorio, ribaltando sul Condominio-custode l'onere di provare il caso fortuito.

La complessità del fenomeno risiede tuttavia nell'accertamento della fonte delle infiltrazioni — presupposto indefettibile per l'individuazione del soggetto responsabile — nonché nella corretta ripartizione della responsabilità in caso di concorso tra Condominio e proprietari esclusivi, secondo i criteri ormai consolidati della giurisprudenza di legittimità.

Dario De Pascale

ALLERGIA UN DISTURBO IN CRESCITA

Che cos'è l'allergia? L'allergia è una risposta eccessiva e anomala da parte del sistema immunitario al contatto con una sostanza esterna considerata erroneamente dannosa (allergene).

I tessuti e gli organi coinvolti nelle reazioni allergiche sono diversi come le vie aeree inferiori (i bronchi), la pelle, le mucose nasali e gli occhi.

I sintomi sono dovuti al rilascio, da parte dell'organismo, di mediatori chimici (come l'istamina) in risposta alla reazione immunitaria scatenata dall'incontro degli allergeni con gli anticorpi prodotti dal sistema immunitario. La gravità delle allergie può variare da una lieve irritazione fino allo shock anafilattico, una reazione allergica molto grave e pericolosa per la vita.

Le sostanze che provocano le allergie possono essere *pollini, acari della polvere, muffe, epitelio di animali (sostanze inalanti), alimenti, farmaci, veleno di imenotteri (gli insetti pungitori, come le api e le vespe) o lattice, nichel e altre sostanze con cui si può entrare a contatto con la cute.*

Tra le allergie più comuni ci sono:

Allergia al nichel: una delle cause principali della dermatite allergica da contatto. Spesso è associata all'uso di orecchini, piercing, orologi e altri oggetti metallici, ma può essere scatenata anche dal contatto con oggetti comuni (come chiavi, monete, maniglie) dato che questo metallo è molto diffuso nell'ambiente.

Allergia all'uovo: una delle allergie alimentari più diffuse tra i bambini. Sebbene in alcuni casi possa perdurare anche in età adulta, questo tipo di allergia la maggior parte delle volte si manifesta durante la prima infanzia, per poi risolversi prima dell'arrivo dell'adolescenza.

Allergia alle graminacee: scatenata dalla dispersione nell'ambiente dei pollini durante il periodo di fioritura, normalmente tra marzo e settembre, ma dipende dalle latitudini e temperature ambientali che ne favoriscono la pollinazione. I più comuni allergeni sono i pollini di piante erbacee ed alberi, in particolare modo quelli prodotti dalle graminacee, ulivo, faggio, betulla, nocciolo, cipresso, paretaria, ar-

temisia, ambrosia e piantaggine; in tal caso, per individuare le suddette allergie, è necessario conoscere il calendario pollinico specifico di regione in regione.

Altri allergeni comuni sono: **Acari della polvere**, o meglio i loro escrementi che si liberano nell'aria (Allergia agli Acari della Polvere) **Alimenti** - in particolare noci, alcuni frutti, crostacei, uova e latte di mucca. **Farmaci** - ad esempio ibuprofene, aspirina, alcuni antibiotici, mezzi di contrasto diagnostici. **Derivati di animali domestici**, il cui pelo funge da veicolo di allergeni contenuti nella saliva e nell'urina dell'animale (Allergia agli Animali).

Sostanze trasmesse attraverso punture e morsi di insetti. Lattice.

QUALI SONO LE CAUSE DELL'ALLERGIA?

Il disturbo è dovuto a una risposta abnorme e anomala scatenata dal sistema immunitario verso sostanze che per la maggior parte delle persone risultano innocue. Le allergie possono avere una base ereditaria, ma in genere il loro sviluppo è favorito dall'esposizione ambientale.

QUALI SONO I SINTOMI DELL'ALLERGIA?

I sintomi dell'allergia possono coinvolgere varie parti del corpo, come: basse vie aeree, con respiro affannoso, fiato corto e asma; occhi, che possono diventare rossi, prudere e lacrimare; naso, che può chiudersi come se si avesse un raffreddore e dare vita a uno scolo liquido; pelle, con diverse manifestazioni come arrossamento, prurito, eruzioni cutanee, desquamazione; bocca e viso, con gonfiore di labbra, lingua, viso e gola.

Il sintomo più grave delle allergie è l'anafilassi avanzata, una reazione grave e molto pericolosa per la vita del paziente. Per questo, se qualcuno ha uno shock anafilattico bisogna chiamare immediatamente il 112 e se si ha a disposizione, somministrare alla persona l'adrenalina come primo gesto, poiché è l'unico farmaco in grado di far regredire la reazione e salvare la vita della persona.

COME PREVENIRE L'ALLERGIA?

Per prevenire le manifestazioni

allergiche bisogna quando possibile evitare di entrare in contatto con le sostanze che scatenano l'allergia. A oggi si può inoltre fare ricorso a quello che viene impropriamente chiamato "vaccino contro le allergie", più correttamente l'immunoterapia allergene specifica. Si tratta di una somministrazione controllata dell'allergene, che viene proseguita fino all'attenuazione o alla perdita completa della sensibilizzazione. Per essere efficace, la terapia va seguita continuativamente per almeno 3 anni.

ALLERGIA: COME SI FA LA DIAGNOSI?

Le allergie sono diagnosticate dallo specialista allergologo, con una visita allergologica e con delle prove allergometriche. Tra i test che possono essere prescritti ci sono:

prick test: vengono depositati nella cute una serie di allergeni e in corrispondenza delle singole gocce la cute viene lievemente perforata con una lancetta sterile per consentirne penetrazione. Se dopo 20 minuti intorno al punto dell'iniezione si genera un pomfo rosso e caldo significa che la persona è sensibile allo specifico allergene.

Patch test: consiste nell'applicazione sulla pelle di cerotti contenenti estratti allergizzanti. Questi test sono utili nel definire possibili dermatiti da contatto.

IgE Specifiche: consiste nella ricerca nel sangue di specifici anticorpi (le IgE, o immunoglobuline E) verso le sostanze allergizzanti.

Si possono ricercare anche le singole proteine allergizzanti tramite metodiche di allergologia molecolare.

Prick by prick, utilizzato nel caso delle allergie alimentari, si basa sull'impiego diretto dell'alimento ritenuto allergizzante.

COME TRATTARE L'ALLERGIA?

La prevenzione è fondamentale: evitare gli allergeni è il modo migliore per non sviluppare reazioni allergiche. In presenza di allergie, il trattamento è personalizzato sul singolo paziente e varia in base alla sintomatologia e all'allergene e può essere ambientale e/o farmacologico. I farmaci per ridurre i sintomi sono da assumere per via orale,



sottocutanea oppure sotto forma di spray nasali o colliri. Inoltre è possibile ricorrere all'immunoterapia, la somministrazione al soggetto allergico di dosi crescenti di allergene fino a raggiungere la desensibilizzazione del soggetto all'allergene stesso.

FARMACI PER IL CONTROLLO DEI SINTOMI.

I farmaci sono in grado di alleviare i sintomi dell'allergia includono:

Antistaminici: consentono di alleviare sintomi come prurito, starnuti e congestione nasale e agiscono contrastando la formazione dell'istamina, prodotta dal sistema immunitario e attiva durante la reazione allergica.

Corticosteroidi locali (spray nasali): possono ridurre i sintomi associati all'infiammazione a carico delle alte vie respiratorie.

Decongestionanti: possono essere utilizzati per brevi periodi, per fornire rapido sollievo alla congestione nasale.

Antileucotrieni: bloccano

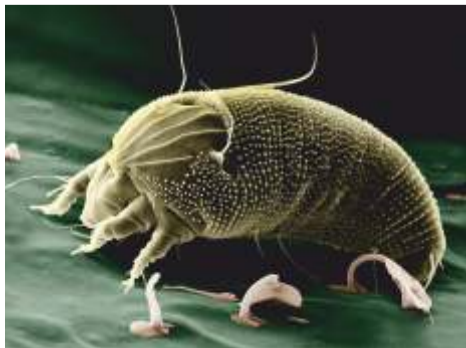
l'azione di alcune sostanze chimiche del sistema immunitario che causano alcuni sintomi, come la formazione di muco in eccesso e la congestione nasale.

Questi farmaci si sono dimostrati efficaci anche nel trattamento dell'asma allergico.

Se il paziente dovesse invece sviluppare uno shock anafilattico, l'unico farmaco in grado di interrompere lo shock anafilattico e salvare la vita della persona è l'adrenalina. L'adrenalina viene prescritta in presenza di allergie gravi diagnosticate e fornite in forma auto-iniettabile, simile a una penna, con a un'estremità un cappuccio di sicurezza e all'altra estremità un ago che, premuto contro la coscia, inietta una singola dose controllata del farmaco.

La persona, dopo la somministrazione dell'adrenalina, deve accedere al Pronto Soccorso per un'assistenza sanitaria immediata e un controllo dei sintomi fino alla completa risoluzione.

Quindi attenzione perché... se le brillano gli occhi, forse non è amore ma allergia alle graminacee...



Dalla parte di Lei

Spazio dedicato alle Donne intraprendenti, ai loro sogni e progetti

Intervista alla peschierese Carla Paola Arcaini, artista poliedrica, che da tanti anni fa parte della nostra redazione

Carla Paola Arcaini

“Sinergia Artistica” è il tuo ultimo evento, vuoi raccontarne la genesi e come si è sviluppato?

C.P.: Sono circa dieci anni che realizzo eventi culturali sul nostro territorio, coinvolgendo le istituzioni, le associazioni e altri artisti. “Sinergia Artistica” nasce dall'idea di creare sinergie tra varie forme artistiche e nuove connessioni tra autori. È stato un evento molto sentito e coinvolgente. I protagonisti sono stati la poesia, la pittura, il teatro.

Il tutto è stato miscelato da incursioni musicali.

Ha richiamato un pubblico interessato, che ha espresso apprezzamento sia per l'evento, che si è tenuto presso la biblioteca di Pantigliate sabato 30 maggio, che per la mostra collettiva che si è protratta fino al 5 giugno. Ho chiamato a raccolta il comune di Pantigliate, la giornalista Valeria Giacomello, alcune associazioni culturali e tanti artisti del nostro territorio.

Hanno partecipato le associazioni Maschere in Movimento di San Donato Milanese (capeggiata da Carla Lenci e con Maria Cristina De Angelis, Renata De Martino, Silvia Fiorentini e Lorenza Scaroni); InfinityArt di Seregno (capeggiata dalla presidente e curatrice Mara Cozzoli), la compagnia teatrale Varie ed Eventuali di Peschiera Borromeo con Gabriele Grosso e Flavia Rossi; il laboratorio di scrittura creativa Le parole per dirlo di Pantigliate con Antonella Rando e Isabella D'Ambrosio; il Duo Essential di San Giuliano Milanese e le artiste Cristina Del Bon, Barbara Benvegnù, Erika Berra, Rossella Di Pietro, Rossella Portoghese, Laura Zilli. In totale eravamo una ventina di artisti uniti da una forte energia creativa.

Oltre agli eventi hai all'attivo alcune pubblicazioni, di cosa si tratta?

C.P.: Da tempo coltivo la passione per la scrittura e la poesia. Ho pubblicato le raccolte di poesie “Oltre” nel 2024 e quest'anno “Poetando”, che abbina ad ogni poesia un qr code. Inquadrandolo, si può ascoltare la declamazione della poesia.

Entrambe le raccolte sono editate da Il Cuscino di Stelle. Con LFA Publisher ho pubblicato il volume “Interviste impossibili”, che propone dei dialoghi immaginari con alcune donne celebri del passato.

Accanto alla scrittura narrativa e poetica, hai intrapreso la carriera



giornalistica.

C.P.: Collaboro con alcune testate: oltre a L'Impronta, collaboro con il portale RecSando e con la testata online Active News – solo notizie positive. Recentemente, ho avuto l'opportunità di conseguire il titolo di publicista. È stato un percorso molto sfidante e un traguardo importante per me, che mi ha dato grande soddisfazione.

Sei anche radiospeaker, raccontaci dei tuoi programmi podcast.

C.P.: Oltre alla scrittura mi dedico al podcast. Ho ideato e realizzato due programmi radiofonici grazie a Radio Active 20068 e al direttore Raffaele Vailati. Sono nati così “L'Altra Metà del Cielo”, dedicato alle donne, e “Amorissimi”, dedicato alle storie d'amore, non necessariamente a lieto fine. Inoltre, ho dato voce ad alcune fiabe nel podcast “Il Magico Mondo delle Favole”.

Recentemente hai sperimentato il flipbook, raccontaci come è nata l'idea...

C.P.: Di indole mi ritengo una persona estremamente curiosa, recentemente ho scoperto il formato flipbook, una sorta di volume online. È nata così l'idea di realizzare la breve raccolta “Il magico mondo delle favole”, che prende il titolo dall'omonimo programma podcast ascoltabile sul sito della radio www.radioactive20068.it.

Le fiabe, di cui sono autrice, sono accompagnate da qr code che rendono possibile l'ascolto del podcast. Potete visionare il flipbook al link:

<https://heyzine.com/flipbook/da9d65558e.html>

Prossime iniziative?

C.P.: Mi piacerebbe realizzare nuovi eventi culturali ampliando la rete di connessioni e commistioni... chissà, vi terrò aggiornati...

arcainicarla@gmail.com
www.linkedin.com/in/carlaarcaini
www.instagram.com/arcainicarlapaola





Cosa offre MILANO di insolito? Una gita al giorno

Esperienze Brillanti per il Tempo Libero

In questi anni vi abbiamo fatto viaggiare per tutta la Lombardia, spesso ci siamo anche spinti oltre i confini naturali della regione, probabilmente non c'è castello o villa o giardino nel raggio di 200 km. che non abbiamo visitato con voi, e quanti manicaretti, ricette, cibi tipici abbiamo condiviso. Bene questo mese, tanto per cambiare un pò, vi proponiamo invece alcune cose insolite che potete fare a Milano, perché l'offerta della città per il tempo libero va oltre ogni aspettativa e l'arrivo dell'Intelligenza Artificiale ha modificato il nostro modo di partecipare a mostre ed eventi, ecco quindi alcune esperienze facili ma di grande soddisfazione adatte e aperte a chiunque.



Uno spettacolo atipico che sta avendo un ottimo successo a Milano è la **Jury experience**, un dramma giudiziario dove però il pubblico non è solo spettatore ma parte dello spettacolo, perché sei stato chiamato a far parte della giuria.

Inspirato a eventi reali, questo dramma giudiziario potrebbe raccontare di avidità, passione e vendetta che si scontrano in un avvincente processo per omicidio.

Ma senza prove del DNA, magari in presenza di un complicato triangolo amoroso e un divorzio multimilionario in gioco, chi dice davvero la verità?

Durante lo spettacolo, analizzerai le dichiarazioni dei testimoni, esaminerai le prove, risponderai a domande complesse e cercherai di scoprire cosa è realmente accaduto. Ogni parola conta.

Ogni dettaglio è importante. E alla fine dovrai esprimere il voto che determinerà il destino dell'imputato. Sarà fatta giustizia? Beh, dipende da te, si perché esaminare ogni dettaglio, rivedere le testimo-

nianze ti permetterà di entrare realmente in un processo ad alta tensione, forse verranno messe in gioco le tue convinzioni, non conteranno simpatia o antipatia, ma solo le prove e, alla fine, dovrai decidere ed esprimere il voto che deciderà il destino dell'accusato.



Quante volte hai pensato, immaginato di fare un viaggio indietro nel tempo, scegliere il periodo nel quale ritrovarti improvvisamente, magari essere un cavaliere nel Medio Evo, o perché no un Samurai alla corte dell'imperatore del Giappone. A Milano hai l'opportunità di **Salpare con il Titanic** - Un viaggio nel tempo rimanendo a Milano! Immergiti nel relitto come si trova oggi, a quasi 3,8 km di profondità nell'oceano, prima di tornare indietro nel tempo fino al 1912 per vivere com'era la vita a bordo di una delle navi più leggendarie della storia.

Esplora le sue lussuose sale da pranzo, percorri l'iconica Grande Scalinata, passeggia sul ponte e scopri le storie personali dei passeggeri a bordo. Sviluppata in collaborazione con gli esperti di Musealia, questa straordinaria esperienza VR offre un'opportunità senza precedenti per conoscere una delle tragedie più famose della storia, invitando i visitatori a entrare nel cuore della storia del Titanic.



O magari vorresti fare un viaggio indietro nel tempo nella Milano che non conosci e allora sappi che esiste **You Are Verdi**, un'esperienza immersiva in realtà virtuale che ti trasporta nella città dell'Ottocento attraverso la voce e la musica di Giuseppe Verdi.

Un viaggio tra realtà, emozione e memoria, perfetto per chi cerca esperienze culturali originali da fare a Milano. Accompagnato da una guida culturale esperta, passerai tra le strade più nascoste e affascinanti del centro storico di Milano, dove la storia ha lasciato segni invisibili ai più.

Ad arricchire il percorso, cinque momenti in Realtà Virtuale immersiva che ti porteranno: Nei salotti borghesi dell'epoca, Tra gli applausi del Teatro alla Scala, In mezzo alle rivoluzioni che hanno cambiato la città, Accanto a Verdi, nel suo mondo più intimo e autentico.

Ascolterai Musiche eseguite dall'Orchestra THAIS e dal Coro della Corale Lirica Ambrosiana.

L'esperienza è presentata in due atti distinti, che vivrai in prima persona, nel primo atto sarà la sera della prima del Nabucco, il 9 marzo 1842.

Neveca. Lasciati trasportare in un vicolo, dove, attorno a te, fermenta la vita della Milano dell'epoca. Osserva il Teatro alla Scala. Le luci si accendono: è l'inizio dell'opera che renderà famoso il giovane Verdi.

Vivrai "da dentro" lo spettacolo, gli abiti delle persone, le acconciature delle signore e...la musica.

Nel secondo atto invece cambia completamente la prospettiva: I tumulti popolari della Milano del 1848 invadono la città. Lasciati circondare dalle numerose fiamme provenienti dagli edifici vicini. Dopo l'ultimo attacco, si diradano i fumi e la polvere. Le bandiere col tricolore sventolano: Milano ha vinto. Verdi ti racconta le Cinque Giornate, di volere l'Italia "libera, una e repubblicana" e che con la sua arte può sostenere la rivoluzione in atto.



Per concludere proponiamo una esperienza molto interessante nella quale sarete solo spettatori: i concerti **Candle-light** sono un'esperienza musicale e multi-sensoriale in luoghi mozzafiato illuminati dalla luce confortante delle candele.

Quindi musiche bellissime per tutti i gusti, ma lo stupore è l'atmosfera creata da... quante candele?

Pensate un numero...50 nooo, 100...noo, migliaia di candele accese, noi vi proponiamo Tributo a Fabrizio De André all'Auditorium San Fedele, tra i pezzi che ascolterete Via del Campo, La canzone di Marinella, Amore che vieni amore che vai, La guerra di Piero, Il bombarolo, Il pescatore, Don Raffa e altre eseguite dal Quartetto D'Archi WE Ensemble. Come detto vi proponiamo Fabrizio De André ma l'offerta prevede anche i ColdPlay oppure il jazz con Marvin Gaye o il balletto con La bella addormentata nel Bosco, sempre e soltanto a lume di candela.

Queste opportunità sono presenti nel catalogo di **Fever** facilmente rintracciabile sul vostro PC, così come potrete trovare orari, costi e prenotazioni.



Elio Rodriguez alla 8a Giornata della creatività, a San Donato Milanese

Il nostro fedelissimo centenario lettore di San Donato Milanese è stato uno dei protagonisti della 8a Giornata della creatività, nell'ultimo fine settimana di maggio, presso lo Spazio delle Comunità di San Donato Milanese, a cura di APVE sezione SDM, in collaborazione con l'amministrazione comunale. Sono state esposte molte opere pittoriche, fotografiche, da collezionismo e oggettistica varia. In allestimento anche le fotografie e i cimeli del centenario Elio Rodriguez, profondo stimatore di Enrico Mattei e apprezzato dalla città per il suo impegno sociale.

L'iniziativa nata e voluta da Lucio Deluchi esponente di punta di APVE sezione SDM, scomparso nel 2019, richiama ogni anno appassionati, veterani, i sandonatesi ma anche i cittadini limitrofi. Il prossimo appuntamento con la creatività è per maggio 2027.

Intervista alla scrittrice

Marina Marazza



Per prima cosa Marina ti chiedo di spiegare ai nostri lettori come mai hai dedicato una saga a Giulia Barolo.

M.: Juliette Colbert de Maulevrier che è diventata Giulia di Barolo è il personaggio dell'anno. A gennaio a Torino le hanno dedicato una statua, la prima di una donna in città, una statua molto storytelling che la raffigura mentre tiene tra le braccia una popolana sofferente.

Un po' la sintesi di quella che è stata tutta la sua vita, spesa al servizio di chi ha bisogno. Un'esistenza che parte dalla Rivoluzione francese, aspramente sofferta, si snoda in un esilio che la condurrà poi alla corte di Napoleone come dama di compagnia dell'imperatrice Giuseppina e poi a conoscere il marchese Tancredi di Barolo e sposarlo, naturalizzandosi piemontese e diventando una delle persone più influenti e attive del Piemonte restaurato sotto i Savoia.

Amica di santi sociali come Cottolengo, Cafasso e Bosco, intima di principi e re come Carlo Alberto e poi Vittorio Emanuele II e soprattutto delle loro sventurate mogli, sovrintendente delle carceri dove cambia la vita delle detenute con la sua mentalità illuminata e rivoluzionaria, Giulia di Barolo al fianco del suo formidabile marito Tancredi è

una figura di sorprendente modernità, sfaccettata e combattente, capace di allacciarsi il grembiule alla vita e versare la zuppa ai poveri alla mensa allestita a Palazzo Barolo, come l'asilo per i bambini più miserabili, e poi salire nei suoi appartamenti e indossare le toilettes ultima moda per trasformarsi nell'influencer e salonniera che ha contatti con i Cavour, i d'Azeglio, i Seyssel e le migliori famiglie che vengono da lei coinvolte in un progetto sociale di enorme portata.

Rispetto ai tuoi romanzi precedenti la saga è una novità, come mai questa scelta?

M.: Tanta materia che si srotola in un lasso temporale che comprende Rivoluzione francese, Terrore, Guerra di Vandea, direttorio, epoca napoleonica, Restaurazione, Risorgimento via via fino all'Unità d'Italia, mescolando Storia e storie, fatti e cronaca, svelando i retroscena umanissimi delle più note figure dell'epoca conosciute sui banchi di scuola, Cavour, d'Azeglio, Pellico, i re e i principi Savoia, necessitava di un respiro narrativo superiore alle mille pagine distribuite in una trilogia di cui Il rosso del re appena uscito costituisce il cuore pulsante. Tra le varie cose che ha fatto, Giulia ha creato il vino barolo, eccellenza del made in Italy, e questo è un altro romanzo dentro il romanzo, un'avventura durata anni, culminata in fatti leggendari come la processione delle centinaia di botti che la marchesa di Barolo ha mandato al re Carlo Alberto dalla Cascina del Pilone a corte con una formidabile operazione di marketing ante litteram. Ho mantenuto una scansione cronologica, ma ciascun volume può essere letto indipendentemente dagli altri e ha forti protagonisti che si affiancano a Giulia e Tancredi, come Cavour, Pellico, Lamartine, Cottolengo, Carlo Alberto, e la cronaca del tempo è parte del vissuto e del narrato, come l'affaire della sedicente medium Carlotta che cercò di ingannare il re e il thriller/horror di uno dei primi serial killer della storia, un canavesano che fu soprannominato la jena di San Giorgio.

Quali sono le licenze che ti sei permessa a livello storico?

M.: Mi permetto un minimo esiguo di licenza storica, perché i miei romanzi sono costruiti col materiale documentale che serve a un saggio, come dimostra la bibliografia di centinaia di titoli che metto in fondo e che costituisce un po' la punta dell'iceberg, dato che è documento storico una lettera, un vestito, un oggetto, un ritratto.

Ho fatto scivolare qualche volta gli avvenimenti un poco più avanti o indietro nell'economia temporale, ma tutto quel che è narrato nella saga ha una solida base documentale. È curioso notare che gli episodi più incredibili e clamorosi siano proprio quelli più documentati e la fantasia del romanziere è poca cosa al confronto delle bizzarre verità della Storia.

Ho notato che a chiusura dei tuoi romanzi dedichi uno spazio speciale per i

Sangue delle Langhe La saga dei Barolo di Marina Marazza

Il libro narra le vicende di Giulia Barolo, all'anagrafe Juliette Colbert. Con estrema accuratezza e grande maestria l'autrice ne ripercorre la vita dall'infanzia al ruolo di dama dell'imperatrice Giuseppina, moglie di Napoleone, fino all'incontro con il futuro marito, il marchese Tancredi Falletti Barolo.

Giulia e Tancredi non riuscirono ad avere figli naturali e si dedicarono ai bisognosi con attenzioni e aiuti economici, per migliorarne la situazione sociale. Questo amore caritatevole li portò a farsi prossimo in tutti i modi possibili, con una grande dedizione e in piena sintonia.

Marazza si è presa qualche licenza narrativa, ma con estrema naturalezza ha reso palpabile la forza, la tenacia e la temerarietà della marchesina Giulia Barolo. Scorrendo le pagine si avverte la sua voce, il suo esemplare modo di porsi agli altri, la sua intraprendenza e lungimiranza.

Come di norma, a chiusura del volume, l'autrice si rivolge ai suoi lettori svelando aneddoti e misteri relativi alla narrazione. Appuntamento immancabile e tanto atteso dai suoi fedelissimi lettori.

Recentemente è uscito il secondo volume della saga dei Barolo, Il rosso del Re



tuoi fedeli lettori, vuoi raccontarci di cosa si tratta?

M.: Proprio per chiarire le eventuali licenze narrative, alla fine del romanzo c'è una potente appendice che comprende un elenco dei personaggi, trattandosi di una narrazione fortemente corale che fa agire figure

naggio o quell'accadimento con occhi nuovi e si rendono conto che il passato e chi ha vissuto prima di noi non sono cose lontane, noiose e remote e che la più grande romanziera rimane la Storia, a patto di raccontarla senza censure e con trasparenza nei confronti degli uomini e delle donne che ci hanno preceduto, con i loro difetti e le loro virtù.

Non esistono eroi e santi, nei miei libri, solo esseri umani che hanno fatto del loro meglio e del loro peggio, come tutti noi, hanno fatto cose giuste e sbagliate, sono caduti e si sono rialzati. Il tutto in una mescolanza totale di genere letterario perché il romanzo storico è un grande contenitore trasversale: romanzo di formazione, d'amore, di guerra, giallo, thriller, horror, fantastico, comico, tutto si mescola, come nella vita, pennellando un grande affresco che ti scorre davanti come una fiction, in capitoli brevi e serrati dove le battute di dialogo sono spesso prese dalle lettere scritte dai protagonisti. In fondo al libro lascio sempre una mail per dare modo a chi ha letto di mettersi in contatto con me: il feedback del lettore è prezioso.

Vorrei che la storia di Giulia venisse conosciuta dal maggior numero di persone possibile, perché è incredibilmente moderna e tocca temi ancora scottanti, come le condizioni carcerarie, la pena di morte, l'impegno di chi può dare qualche cosa a chi ha di meno, la condizione femminile che racconto, sia delle principesse che delle serve.

Ce ne vorrebbero ancora, di Giulie, in questo 2026 che segna il 240esimo anniversario dalla sua nascita, per trascinarci con la forza dell'esempio a fare qualche cosa di buono per gli altri.

www.marimara.it



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

Direttore Editoriale: Giorgio Conca
Direttore Responsabile: Enrico Kerschaft
Coordinatore di Redazione:
Massimo Turci

Hanno collaborato: Carla Paola Arcaini,
Stefania Arcaini, Daniele Bertoni,
Carla Bordoni, Emanuele Caruso,
Fabio Del Prete, Dario De Pascale,
Angelino Gentile, Alessia Iannotti,
Diletta Leone, Teresina, Andrea Zanatti.

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

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.

Diamo voce alle Associazioni del territorio

La rubrica nasce con l'intento di dare voce alle associazioni territoriali, raccontandovi la loro realtà e i loro progetti. Questo mese vi proponiamo un' intervista a...

Roberto Biolchini, direttore di ASSIA ODV di San Donato Milanese

Roberto da quanto tempo è nel direttivo?

R.: ho il piacere di essere il Direttore di ASSIA OdV di San Donato Milanese da settembre 2024, periodo che è coinciso con i festeggiamenti per i 50 anni di attività dell'Associazione: una ricorrenza importantissima che testimonia la storia dell'impegno sul territorio a servizio delle persone con disabilità e delle loro famiglie. Dal 16 maggio 1974 molte cose sono state realizzate seguendo i cambiamenti intervenuti nella società e avendo però sempre chiaro gli obiettivi di concretezza e sostegno delle fragilità.

Vuole raccontare ai nostri lettori di cosa si occupa ASSIA ODV?

R.: ASSIA gestisce un Centro diurno a favore delle persone con disabilità medio-grave che offre due servizi: dalle ore 08.30 alle 15.30, il Centro Socio-Educativo (CSE) "Mandala" e, dalle 14.30 alle 18.00, il Centro di Aggregazione Disabili (CAD) "Giodis". Durante la sua apertura vengono svolti diversi laboratori e attività a favore di oltre cinquanta utenti di tutte le età, attraverso il contributo di sette educatori, trenta volontari, un Direttore e una Responsabile amministrativa.

Le varie attività diurne (laboratori quali quello di ceramica, falegnameria, psicomotricità, arteterapia, ballo, cantoterapia...) perseguono la creazione di una rete relazionale, il raggiungimento della massima autonomia possibile e l'inclusione sociale, tenendo conto delle varie esigenze dei partecipanti, e vengono realizzate sia attraverso le convenzioni strette con diversi Comuni del circondario, inviando le persone che frequentano i nostri servizi, sia attraverso attività di fundraising che ci consentono di sostenere le nostre attività e i nostri progetti.

Il servizio "Tempo libero" in cosa consiste?

R.: I servizi CSE "Mandala" e CAD "Gio-

dis" sono integrati da iniziative dal servizio "Tempo libero", programmate e organizzate dai volontari della nostra Associazione. Si cerca di creare occasioni di relazione che vedono protagoniste, senza intermediari, le persone con disabilità accompagnate e assistite dai volontari e contestualmente si offrono alle famiglie ed eventualmente ad altri servizi momenti di "respiro".

Le attività del tempo libero vengono programmate tra settembre e maggio di ogni anno sociale e durante questo periodo è possibile coinvolgere quasi la totalità degli utenti che aderiscono ai nostri servizi diurni. Alcune iniziative permettono di coinvolgere un numero ampio di persone, per altre vengono coinvolte solo poche persone con disabilità per una migliore gestione del gruppo.

Come supportate i caregivers?

R.: La direzione di ASSIA e l'équipe educativa hanno spesso rilevato un senso di solitudine e smarrimento dei caregivers di fronte alla gestione della quotidianità e alle scelte che riguardano il presente e il futuro dei loro cari.

Per rispondere a questi bisogni il Consiglio direttivo di ASSIA ha deciso di mettere a disposizione un nuovo servizio: lo "Sportello famiglie" che ci si augura possa diventare luogo di scambio e sostegno reciproco per coloro che si trovano ad affrontare esperienze simili.

Come è strutturato lo "Sportello Famiglie"?

R.: Lo "Sportello Famiglie" mette a disposizione tre aree di intervento:

- lo Sportello pedagogico utilizzando la professionalità di un'educatrice per condividere e confrontarsi rispetto a problematiche della vita con persone adulte con disabilità;

- lo Sportello burocratico-amministrativo utilizzando l'esperienza di un volontario per richieste riguardanti agevolazioni economiche, tesseramenti, pratiche INPS;

- Il Progetto "AriLoAle": un progetto pensato per sorelle e fratelli di persone con disabilità. Nasce dall'esigenza di offrire uno spazio, fisico e relazionale, dedicato a chi vive, spesso in silenzio, un ruolo complesso e carico di emozioni: quello di "sorella o fratello di...".

Vuole raccontare ai nostri lettori dell'iniziativa "Incontriamoci all'arrivo"?

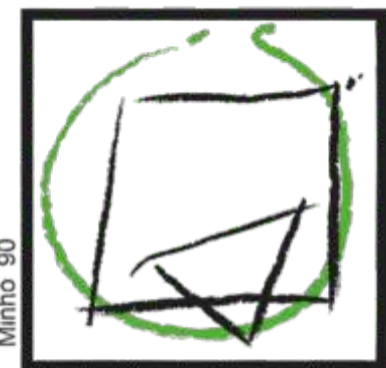
R.: Infine, una volta l'anno, nel mese di settembre realizziamo la camminata non competitiva "Incontriamoci all'arrivo", alla quale lo scorso anno hanno partecipato oltre 750 persone, sono stati venduti circa 3.500 biglietti della lotteria abbinata all'evento e hanno aderito diversi testimonial: i giornalisti Massimo e Simone De Luca, Antonio Raimondi e la ex pallavolista Rachele Sangiuliano oggi commentatrice e conduttrice TV, gli ex giocatori del Milan Filippo Galli e Marek Jankulovski, l'ex arbitro Paolo Casarin, i campioni paralimpici Simone Baarlam, Chiara e Fabio Colombo, Stefano Codega, Cristina Nuti, la ex sciatrice e oggi dirigente sportiva Claudia Giordani, Enrico Colzani Presidente di IMAS Italia. Si tratta di una camminata che si svolge su 3 percorsi (1,8 km, 4 e 10 Km) e che coinvolge tutto il territorio del Sud-est Milano in una giornata di grande festa che pone al centro dell'attenzione il tema dell'inclusione.

Quest'anno la manifestazione, giunta alla sua 37ª edizione, si svolgerà il prossimo 27 settembre.

Come vi interfacciate con le istituzioni e le associazioni territoriali?

R.: I rapporti con gli enti pubblici e le altre associazioni e cooperative del territorio si sviluppa sotto più profili grazie alla partecipazione a tavoli di confronto e la condivisione di diversi progetti. Il cuore delle relazioni che cerchiamo di creare, si ispira al concetto fondante di collaborazione e solidarietà duratura

ASSIA



Minho 90

ODV

ORGANIZZAZIONE
DI VOLONTARIATO

con le varie realtà a noi vicine. Diverse sono anche le attività svolte con varie realtà imprenditoriali per lo svolgimento di tirocini socializzanti, la pulizia di parchi, visite guidate presso aziende ed altre iniziative inclusive e di solidarietà.

Per chi volesse entrare in contatto con ASSIA ODV?

R.: Per chi volesse approfondire la conoscenza di ASSIA può visitare il nostro sito www.assia-odv.it oppure seguire le nostre attività tramite la pagina Instagram www.instagram.com/assiaodv/ o la pagina facebook www.facebook.com/profile.php?id=100062689789688

www.assia-odv.it

ASSIA OdV
Associazione per lo Sviluppo e la
Salvaguardia degli Interessi degli
HAndicappati
20097 San Donato Milanese (MI)
Via Unica Belgiano, 2
Tel. 0255604020



Cerco Casa

...disperatamente...



Referente per la Provincia
Antonella Gullo 392 007 9155



CLAIRE

Clare ha 5 anni ed è una splendida simil Labrador di taglia media. È una cagnolina dolcissima e super affettuosa, ama le coccole e stare in compagnia delle persone... anche dei più piccoli!
Con gli estranei si apre subito ed è molto socievole. È educata, brava in casa e va d'accordo con cani maschi e femmine. Attualmente convive serenamente anche con un gatto!
Al momento passa troppe ore da sola e questa situazione non è adatta a lei: Clare ha bisogno di una famiglia che possa darle tempo, attenzioni e tanto amore. Si trova a Milano.
Per info o adozione contattaci! 351 648 9266



MASHA



CERCA CASA

Abbiamo poco tempo per lei, la famiglia per gravi problemi è costretta a cederla
MASHA, 11 anni, dolcissima con le persone, compatibile con cani maschi.
Chiamate per lei
allo **392 007 9155**



E POI... UNA CASA



OTTO,
uno dei tre cuccioli abbandonati a Mediglia, grazie a Milano Zoofila OdV che li ha presi in carico ora ha una super famiglia ed è felice



**GRAZIE
PER AVERLO
ACCOLTO!!**



NATHAN

Nathan, 14 anni, mix terrier. Non fatevi ingannare dall'età!
È un cagnolino super in forma ed energico! No gatti, no cani maschi.
Per info 351 648 9266





DIAMOCI LA ZAMPA

via C. Battisti, 19 - San Donato Milanese (MI) - 347.54.86.359 whatsapp 335.72.23.954 - 02.75.32.990

diamocilazampaonlus@gmail.com



Il dolcissimo Mike aspetta ancora pazientemente una famiglia. Non ha grandi pretese, sta bello tranquillo, nn ha bisogno di tanta attività fisica, quello che non deve mancare però sono le coccole ♥♥ ha solo 4 anni.



Mike

ADOTTAMI



Donaci il tuo 5 x mille 92559660151

Miagolandia Organizzazione Volontariato

rifugio.miagolandia@gmail.com - www.miagolandia.com

VIENI A TROVARCI 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



Tempo di dichiarazioni! non dimenticate la destinazione del **5 x 1000!**

Si tratta di una misura fiscale, che permette ad ogni contribuente di devolvere una quota del proprio IRPEF (pari appunto al 5 per mille del totale) per sostenere le attività di volontariato. E' per noi associazione una forma di sostentamento diretto molto

importante e che al contribuente non costa nulla! Anche quest'anno, in sede di dichiarazione dei redditi, ricordati di noi e inserisci nell' apposito riquadro, sostegno del volontariato, il codice fiscale della nostra associazione

97080630151

e apponi la firma. Facilissimo aiutarci. Grazie



La nostra associazione si basa esclusivamente sul volontariato, fondamentale risorsa per aiutare i nostri amici a 4 zampe.

Siamo sempre alla ricerca di volontari da inserire nel nostro Team per aiutare i cani del rifugio, per la loro pubblicizzazione, per le raccolte fondi, per i social ... !!!

Cerchiamo passione, un po' del vostro tempo, energia positiva e tanta voglia di fare...

Cambia la tua vita e quella di tanti cani in cerca di casa, diventa volontario, farai del bene a loro, ma anche a te stesso :-)

Per info: 3475486359 - vivianadzdue@gmail.com
Sede San Donato Milanese - rifugio Arzago d'Adda

L'UMARELL



Questo mese il nostro umarell ci segnala che l'area cani di via Cà Matta a Bettola ha bisogno urgente di lavori di manutenzione: parte della recinzione sta venendo giù e la fontana perde acqua alla base ed è circondata da vespe! Confidiamo che venga presto sistemata!



IL MAGICO MONDO DELLE FAVOLE

C'è un'età in cui le storie arrivano prima di saper leggere, dalla voce di qualcuno, magari come rito della buona notte prima di andare a dormire. Carla Paola Arcaini sembra ricordarselo bene, infatti il suo "Il magico mondo delle favole" non è solo un libro: è un progetto che mescola formati con la naturalezza di chi sa che una buona fiaba trova sempre la strada.

Nato come raccolta custodita negli anni, il volume è approdato prima in podcast su Radio Active 20068 – ascoltabile su www.radioactive20068.it – e oggi diventa e-book sfogliabile su heyzine.com, pagina dopo pagina come un libro vero. I QR code disseminati tra le pagine sono una porta, un invito a leggere e ascoltare insieme, a ritrovare quella dimensione doppia che appartiene alle storie fin dall'inizio.

Il volume è ampio e personale. Oltre alle fiabe principali, una sezione natalizia e "Il quaderno dei racconti di Fantasilandia", scritto con la figlia Benedetta Mainetti negli anni scolari, il capitolo più intimo della raccolta. Le illustrazioni sono di Benedetta, Barbara Benvegnù e Donatella De Mercurio, con incursioni nell'intelligenza artificiale; la copertina è firmata da Giulia Garlaschi, anch'essa con IA.

Come dice Carla Paola Arcaini: le fiabe arricchiscono chi sa ascoltarle.

L'e-book è disponibile gratuitamente su heyzine.com, il podcast su www.radioactive20068.it



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

Via Lambro, 9 - Peschiera Borromeo (MI)
Tel. 0255302028 - mail: gorinicatering@virgilio.it



ULTIMA CREAZIONE DI SIMONE RIVA

De Romedi - Simone Riva
feat Elena De Romedi
feat Giorgio Rusconi

Un nuovo singolo del pirotecnico Simone Riva, un inno alla donna che lavora, una lancia spezzata in favore dei diritti delle donne sul lavoro.

<https://youtu.be/xH95lj1vT-E?is=2MBS9OKINPhICCOu>

El dialètt milanes

di Carla Bordoni

BELLA L'ESTATE!

Mare, montagna; finalmente tutta la famiglia insieme in vacanza.

Le giornate assumono un altro sapore! Uniti, sorridenti e tanta complicità



BELA L'ESTAD!

Mar, muntagna; finalment tuta la famiglia insemma in vacansa.

Le giornad i gan un altor saur! Unide, surridenti e tanta cumpagnia.

RUBRICA GRATUITA



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



**VENDO
50€**

**CONGELATORE POZZETTO
102L AKAI**

Per informazioni Cell. 339 754 2579 Barbara

Residente a San Donato Milanese,
cerca lavoro come

**IMPIEGATA
PER PRATICHE D'UFFICIO**

possibilmente part time al mattino.
Stefania Tel. 347 092 0874

**AIAS ETS Milano
ricerca EDUCATRICI
ed EDUCATORI**

da inserire in contesti di educativa
scolastica e/o domiciliare a Milano
e sui comuni del sud est milanese.
Inviare il proprio curriculum a:
areasociale@aiasmilano.it

**DISTRIBUZIONE VINI
ricerca
AGENTE
DI COMMERCIO**

**PER ZONA MILANO SUD EST
E BASSA BERGAMASCA**

**INVIARE CURRICULUM A:
selezioni@in-serviziit.it**

La Tenera Carla
di Carla Bordoni

LA CICALA



La cicala Marilena
con la mente si allena.
Non solo sa cantare
ma si vuole migliorare.

Diventare cantautrice
è la sua vera passione!

Così frequenta uno stage,
in biblioteca comunale.
Legge, studia
con eccellente profitto,
per inseguire i suoi sogni....
firmare nuovi testi
per le prossime stagioni.

HOTEL MOTEL LUNA



Privacy & Confort

www.hoteluna.it

02.70200530

TUTTOFARE

- SOSTITUZIONE
E RIPARAZIONE
- TAPPARELLE E CINGHIE
- TENDE DA SOLE
- ZANZARIERE
- MONTAGGIO/SMONTAGGIO
- MOBILI - PORTE
- SERRAMENTI
- SERRATURE
- IMBIANCATURE
- PICCOLI LAVORI EDILI
- SOSTITUZIONE LAMPADINE
- VETROFANIE
- INSEGNE
- SCRITTE ADESIVE

**Alessandro
348.88.05.126**

idee

the place to be



Scopri, vivi, condividi.

TUTTI I GIORNI dalle 9.00 alle 20.00

PAULLESE
CENTER

paullecenter.it

