

# lenotizie



Buone

F  
e  
&  
t  
e

# UNITRE Sommario

## Consiglio direttivo

### Presidente:

Giuseppe Ascari

### Vice presidente:

Eugenio Grassi

### Segretaria:

Paola Mauri

### Tesoriere:

Pietra Montana

### Direttore dei corsi:

Mariarosa Uggeri

### Consiglieri:

Enrico Balestreri

Gian Piero Bartolini

Luciani Nardi

Silvano Rovagnati

### Gruppo gestione Sistemi Informatici:

Fausto Elli

Piera Galliena

Antonio Galimberti

Antonio Mauri

Angelo Rota

Corrado Santambrogio

Marco Schiatti

Giuseppe Trisiano

### Gestione

#### Sistemi Hardware:

Eugenio Grassi

#### Manutenzione del verde

Luciano Nardi

#### Sito Unitre

Corrado Santambrogio

#### Grafica e impaginazione

Giovanna Cesari

Maria Spotti

## Segreteria

Carla Arienti

Mara Barison

Simona Bergo

Vera Ceoloni

Renata Diotti

Rosalba Fumagalli

Rita Galliani

Arcangela Ghezzi

Daniela Girgenti

Paola Mauri

Pietra Montana

Roberta Muner

Chiara Orlando

Paola Pagani

Mariangela Picco

Milena Peverelli

Mario Seveso

### Orario di segreteria

Da lunedì a venerdì:

ore 9.20 – 12.00

ore 14.20 – 18.30

### Documentazione varia per la gestione dei corsi

Giuseppe Ascari

### Assistenti sussidi audiovisivi

Doriano Aggio

Clara Contiero

Antonio Masiero

Maurizio Tamiazzo

### Redazione

Giuseppe Ascari

Tiziano M. Galli

Luciano Nardi

Anny Rossi

Roberta Sacchetto

## IN QUESTO NUMERO:

- 3 Assemblea straordinaria
- 4 La natura madre matrigna  
9° Concorso letterario
- 6 Enogita in Valtellina
- 8 Four days in Dublin
- 10 Io e l'Unitre
- 12 Open day 2024
- 13 Pensiero di cicala
- 14 Incontriamo i nostri docenti
- 15 Lasciare impronte
- 16 L'Unitre al Teatro Excelsior
- 18 Percorso benessere
- 20 Il mio amico invisibile
- 21 Affitto e condominio
- 22 I superpoteri di Aedes albopictus
- 24 La sorella di Shakespeare
- 26 Dante Paradiso canto XVII
- 28 L'influenza della comunicazione
- 30 10° Concorso letterario
- 31 Nonni



Sabato 11 maggio 2024: una data che resterà nella storia dell'Unitre di Cesano Maderno per un evento notevole: l'effettuazione della prima Assemblea Straordinaria nella recente storia della nostra Unitre, da quando cioè siamo entrati nell'era del RUNTS (Registro Unico Nazionale del Terzo Settore). All'ordine del giorno due soli punti: Modifiche allo statuto ed Acquisizione della personalità giuridica.

All'apparenza un avvenimento relativamente semplice, all'atto pratico invece una attività che ha richiesto mesi di preparazione ed un impegno non comune da parte degli addetti ai lavori.

Anzitutto una lunga ricognizione nella contabilità dell'associazione da parte del perito revisore dei conti dott. Gianmaria Viganò, per poter garantire la veridicità degli stessi, in particolare nei rapporti con l'Amministrazione comunale. E assisterlo nel lavoro, per consentirgli di verificare tutto quanto di sua competenza, vi assicuro che non è stato un compito facile: non sono mancate le incomprensioni e le tensioni, data la precisione richiesta dalla delicatezza della materia.

In secondo luogo l'intervento della dottoressa Susanna Beretta, incaricata di stilare l'aggiornamento dello Statuto, affinché quest'ultimo risultasse in sintonia con le linee guida del Runts e le novità introdotte dall'Unitre Nazionale. Il risultato ottenuto potrà risultare sovrabbondante rispetto al necessario. In effetti al momento

## ASSEMBLEA STRAORDINARIA DEGLI ASSOCIATI

diverse parti non ci riguardano, ma se nel futuro si dovesse verificare la necessità di usarle, lo statuto è già pronto, non richiede cioè l'introduzione di alcuna modifica. E questo è molto importante perché apportare anche una piccola modifica allo statuto richiederebbe un'altra assemblea straordinaria, con tutte le difficoltà organizzative inerenti la sua realizzazione...

Da ultimo, ma non è certamente la difficoltà minore, gli argomenti da trattare hanno richiesto l'effettuazione di un'assemblea straordinaria, in seconda convocazione, non richiede un numero minimo di partecipanti, quella straordinaria richiede invece la presenza della metà più uno degli associati. Nello scorso anno accademico gli associati sono stati 1087, per cui per la validità dell'assemblea necessitava la presenza, fisica o in delega, di almeno 545 persone. Da tenere presente che la partecipazione alle assemblee ordinarie Unitre è sempre stata molto limitata, massimo 15-20 persone...

È stato quindi necessario un notevole impegno organizzativo della segreteria per fornire dapprima una informazione capillare a tutti gli associati per illustrare l'importanza dell'atto, e successivamente una pressante marcatura per poter raccogliere tutte le deleghe da assegnare al momento opportuno agli associati che avevano dato la disponibilità a presenziare di persona l'assemblea.

Il risultato pratico è stato eccezionale: ben 145 associati sono risultati presenti fisicamente e 586 in delega, per un totale complessivo di 731 presenze, debitamente annotate dal notaio Giovanni Roncoroni nel suo atto ufficiale. Pertanto l'assemblea è risultata valida con ampio margine!

Approfittiamo dell'occasione per ringraziare tutti gli associati che hanno dato un aiuto fondamentale alla riuscita dell'assemblea.

Ora l'Unitre di Cesano, oltre ad avere uno statuto moderno ed aggiornato con tutte le normative, possiede la personalità giuridica che le consente di conseguire l'autonomia patrimoniale perfetta, dove i beni dell'Associazione sono separati dai beni personali dei soci.

E questo con buona pace e serenità di tutti.

*Giuseppe Ascari*

## Invito a collaborare

Il giornale è fatto dai suoi lettori: la collaborazione è aperta a tutti.

Chiunque avesse qualcosa di interessante da raccontare, comunicare o mostrare, può lasciare il suo contributo in Segreteria Unitre, o meglio può inviarlo per email all'indirizzo:

[giornale@unitrecesano.it](mailto:giornale@unitrecesano.it).

I pezzi (possibilmente scritti in Word) dovranno avere dimensioni contenute, perché il lettore sia invitato a leggerli.

La Redazione si riserva la decisione di pubblicare a suo insindacabile giudizio.

*La Redazione de leNotizie*



# 9° Concorso letterario 2023-2024

## La NATURA

*Madre Matrigna*

Quella fu un'estate luminosa e calda. Madre natura si apprestava a donare i suoi rigogliosi frutti, ma nella sua imprevedibilità mi cambiò la vita.

Avevo da poco terminato gli studi conseguito una laurea in musica. Sognavo di diventare una cantante e scrivere le mie canzoni, esprimere se stessi con una canzone è qualcosa di magico. Avevo formato un duo, tastiera e chitarra, con un mio caro amico e compagno di corso, la cui voce armonizzava bene con la mia, a breve ci saremmo esibiti per una serie di spettacoli e concerti in diverse località.

Quando anni prima avevo dato il mio annuncio di voler studiare musica, intuì la delusione di mio padre, ma aveva avuto la delicatezza di capire la mia passione. Forse sperava che un giorno mi sarei unita a lui nella conduzione della nostra azienda di famiglia, che avrei continuato a vivere in un luogo che entrambi amavamo molto.

Trascorsi la mia infanzia felice, giocavo nei ruscelli freschi e limpidi, inseguivo conigli nell'erba alta della campagna circostante, le montagne attorno poi formavano una barriera fisica rassicurante e la terra fertile dava frutti in abbondanza. Crescevo ascoltando i cantautori preferiti di mio padre, che avevano acceso le mie prime passioni per la musica.

Mentre i miei faticavano nel vigneto, occupandosi di tutto, dal piantare le viti, al proteggerle dagli insetti e dai voraci animali selvatici, fino alla vendemmia e alla pigiatura, io vivevo nel mio mondo incantato, beneficiandomi della natura incontaminata per diverse stagioni della mia vita.

Un radiosio sole del mattino fu oscurato da una nube che tinse tutto di un colore grigio verde, era il segno dell'arrivo di un tempesta.

Ricordo esattamente dov'ero, quando vidi morire mio padre.

Mi trovavo affacciata alla veranda che circondava casa nostra a guardare i filari, ben curati, gravidi di

## Primo premio conferito alla corsista: Patrizia Felicità

**Motivazione:** L'autrice coglie opportune analogie e le mette in parallelo con i disastri della natura provocati dal temporale e la solitudine e il vuoto lasciati nell'animo alla scomparsa del padre.

**Natura:** "la vigna stava per morire di asfissia radicale e il fango stava soffocando il terreno..."

**L'animo umano:** "provai dolore per la perdita di mio padre e sentivo disconnessa la parte spirituale e sensoriale insita in me..."

**Le proposizioni sono scorrevoli, ben accostate e prevalentemente lineari da rendere la lettura piacevole e adeguata alla tematica**



grappoli d'uva per la vendemmia di quell'anno. Pochi istanti dopo scoppio un violento temporale, gli argini del fiume, dove in primavera portavo i miei cani a correre in libertà, dove vedevo sbocciare le prime margherite, non erano riusciti a trattenere la troppa acqua piovuta. Un'onda improvvisa, scaturita dall'esonazione del fiume avvolse mio padre come un manto nero, trascinandolo via, in pochi istanti lo vidi sparire per sempre insieme a tutto il mio magico paesaggio.

Fu un soccorritore a salvarmi la vita, mi aggrappai a lui mentre attraversavamo l'acqua alta per raggiungere l'elisoccorso, con gli occhi sbarrati dalla paura nel vedere che l'acqua e il fango trascinati dai fiumi, avevano sommerso la valle, tutte le piante, distrutto i campi coltivati e il raccolto, gli animali nelle stalle non ebbero scampo, non c'erano più strade percorribili, sentivo grida di aiuto di persone ancora da salvare, le abitazioni allagate, famiglie sfollate, l'alluvione aveva travolto la mia vita e quelle di molte persone nella zona.

Nei giorni successivi avvertii emozioni e sensazioni particolari, provavo dolore per la perdita di mio padre, mi sentivo disconnessa dalla mia madre

terra, la parte spirituale e sensoriale, quella che mi aveva formato e resa quella che ero, arrabbiata con lei per la mia perdita e per essere stata sradicata dal mio ambiente, mostrandomi la sua natura matrigna.

Fronteggiavi il post alluvione, provando difficoltà per gli impegni quotidiani, avevo difficoltà a dormire, oltre ad avere ansia per ogni cambiamento climatico. Ogni volta che recuperavo nella melma un oggetto personale mi assaliva la tristezza e la nostalgia per il suo ricordo, la mia creatività artistica subì un duro colpo, avevo perso due dei più grandi amori della mia vita.

La vigna stava per morire di asfissia radicale, il fango stava soffocando il terreno rendendo la vita impossibile alle piante, il vigneto aveva bisogno di un intervento immediato ma senza la guida di mio padre avevo perso la speranza.

Poi un giorno, stavo riordinando la libreria di casa e trovai con mia grande sorpresa, ignara della loro esistenza, una serie di diari di mio papà, tutti con una copertina molto elegante in cuoio, non li avevo notati prima, mimetizzati tra gli altri libri. Praticamente scrisse le memorie di tutta la sua vita, riflessioni e annotazioni, lessi con le lacrime agli occhi

alcune pagine. Si prendeva cura della vigna quotidianamente, ma non sentiva il peso dell'impegno e dei sacrifici, amava la sua terra ed era grato per i frutti che gli donava, fiero della sua famiglia.

Aveva descritto in modo dettagliato alcuni interventi, quando aveva ereditato la vigna, ancora molto giovane, ed era stato obbligato al ripristino e bonifica dei terreni perché per anni erano stati abbandonati. Una scoperta incredibile! Mi incoraggiò.

Chiesi la collaborazione al nostro agronomo di fiducia e iniziammo subito gli interventi sul suolo, ricreando le condizioni chimico-fisico idonee per la ricrescita dell'apparato radicale, recupero delle strutture, dei fili, sostituzione dei pali, rimpiazzo di piante giovani.

Fu in primavera che arrivò il desiderio di risalire e di rinascere.

Mi accorsi che la vigna era sopravvissuta perché il ciclo della vite nasce come un pianto, una lacrima, che annuncia che tutto sta per nascere, come il vagito di un bambino. Dal quel momento i piccoli tralci crescono per aggrapparsi ai filari più sicuri. La forza della natura mi ispirò, i piccoli tralci mi motivarono, ritrovai la mia sicurezza, il mio equilibrio nel bagliore della primavera.

Quello fu l'autunno che cambiò la mia vita.

Avevo riunito le mie forze con quelle di tutte le persone a me vicino, uomini e donne, per un intero anno, tra perdite e sacrifici a fine stagione la vigna ci regalò un raccolto abbondante, gratificandoci. Ebbe inizio il rito della "Vendemmia", la nostra tradizione, la condivisione, lo scambio culturale e sociale rallegrò il cuore tutti.

La natura si rivelò matrigna e crudele, solo il tempo lenì il dolore, il duro lavoro permise la rinascita di quanto da lei era stato distrutto, donandomi i suoi frutti.

Il ritorno alla calma, alla normalità illuminò il buio dei miei pensieri, sparirono le mie incertezze, come il sole, ha dissipato la nebbia, tra ostacoli e gioie, compresi che il mio desiderio più forte era coltivare la vigna, come l'aveva fatto, perseguito e desiderato prima di me, mio padre.

*Patrizia Felicità*

# Enogita in Valtellina

## Un sabato di conviviale approfondimento



Un conto è Paula, un conto è la terra: vivere un incontro con il territorio è il punto di arrivo di ogni appassionato ed esperto di vino.

Per questo, ogni anno, organizzo un'Enogita, questa volta ho scelto la Valtellina ed i suoi vini. La mattina di sabato 11 maggio siamo saliti sul pullman direzione il paese di Mese dove si trova la cantina storica di Mamete Prevostini, la stessa in cui lavoravano il nonno ed il papà e che oggi custodisce le vecchie annate.

Ad attenderci c'era Matteo, giovane preparato cantiniere che ci ha guidato all'interno dell'antico Crotto, una cavità naturale tra le rocce della montagna dove soffia un vento naturale che permette di mantenere costanti temperatura e umidità.

Matteo ha raccontato la storia delle origini di questa terra valtellinese così difficile dove la **viticoltura è definita eroica**, i vigneti sono situati su terreni con una forte pendenza ad una altitudine compresa tra i 300 e 700 m s.l.m., le operazioni di raccolta delle uve sono svolte manualmente e quindi le rese per ettaro sono molto basse.

Mamete Prevostini coltiva 30 ettari di ripidi vigneti terrazzati circondati da muretti a secco, arte riconosciuta nel 2018 patrimonio immateriale dell'UNESCO, nelle tre aree della denominazione: Valtellina Superiore DOCG sotto zone **Sassella, Grumello e Inferno**.

E dopo tutte queste belle nozioni, Matteo ci ha condotti nella sala degustazioni dove abbiamo potuto apprezzare i migliori vini della produzione di Mamete Prevostini di seguito elencati:

- 1 - GUS **spumante** Metodo Classico
- 2 - Altitude riserva **Valtellina Superiore** DOCG annata 2019
- 3 - Corte di Cama **Sforzato** DOCG annata 2020
- 4 - Albareda **Sforzato** DOCG annata 2019
- 5 - Corte di Cama **Sforzato** DOCG annata 2012



Al termine della degustazione, come di consueto, ci siamo avviati al ristorante in questo caso il **Crotto Ombra** di Chiavenna: il Crotto è una cavità naturale tipica delle regioni montuose delle Alpi, in particolare della Valchiavenna, dove ad accoglierci c'era la signora Giovanna che, con i suoi preziosi suggerimenti, mi ha aiutato a concordare il menù.

Ovviamente la scelta è ricaduta su piatti con le ricette del territorio: una selezione di primi come gnocchetti alla chiavennasca e pizzoccheri alla valtellinese, a seguire i secondi come misto di carne alla piotta e costine di maiale alla lavecc con polenta, il tutto accompagnato da un vino Sassella Marena di Mamete Prevostini.

Nel pomeriggio non è mancata l'occasione per fare un giro per le vie di Chiavenna dove abbiamo potuto ammirare la Collegiata di San Lorenzo che è il principale edificio religioso della città.

La Collegiata, iniziata nel quinto secolo ed ampliata nei secoli successivi, è composta da tre navate, ha degli affreschi settecenteschi ed un quadriportico costruito nel medesimo periodo da maestri ticinesi.

Nel complesso della Collegiata si trova il Museo del Tesoro di Chiavenna, che al suo interno ospita opere come la Pace di Chiavenna, importante esempio di oreficeria medievale.

Durante il viaggio di ritorno siamo riusciti a fare una breve tappa al lago di Mezzola e poi via diretti a casa.

Tutto bene, un po' di stanchezza... ma ne è valsa la pena.

*Marcello Demurtas*



*Il Crotto di Mese della cantina Mamete Prevostini*



# FOUR DAYS IN DUBLIN

La sera, a tavola, ci sorprende un'ottima cena... Noi italiani, da buongustai sempre alla ricerca di buon cibo, non rimaniamo delusi!

**II° GIORNO** Ore 8.00 colazione in hotel. Alcuni di noi hanno voluto sperimentare la classica "full English breakfast" che però ci ha "accompagnati" per alcune ore... meglio un the e una brioches per loro!! Oggi si prospetta una giornata impegnativa con un tour guidato dalla nostra inesaurevole Maura attraverso il centro storico con la visita della storica post office, un elegante edificio georgiano situato in O'Connell Street, teatro di sanguinosi scontri durante la Sollevazione di Pasqua del 1916.

Di seguito ci rechiamo nella famosa Trinity College, università fondata nel 1592 che ospita il Book of Kells, uno dei più grandi tesori culturali d'Irlanda, realizzato oltre 1000 anni fa; inoltre si può ammirare la più antica arpa irlandese, simbolo nazionale dal 1916.

Concludiamo la visita accedendo ad un percorso interattivo davvero incredibile!

Il resto del pomeriggio, fino all'ora di cena, è dedicato al free time, così ci dividiamo in gruppi per visitare posti diversi...St. Stephen Green, St. Patrick's Cathedral...o semplicemente a zonzo per le vie principali (O'Connell Street, Parnell Street...) con il naso incollato alle vetrine.

In O'Connell Street ci stupisce il famoso The Spire (la guglia) chiamato anche Monumento della Luce, una torre d'acciaio alta 120 metri visibile da molto lontano e che, per noi, rappresenta un punto di riferimento.

La sera, percorrendo Jervis Street, raggiungiamo un famosissimo ristorante molto tipico, The Church Café, in pratica una chiesa sconsecrata con tanto di organo ed abside che però propone live traditional Irish music and dancing...una serata molto suggestiva con ottimo cibo, tante risate e canti stonati, i nostri!...Effetto della birra che qui scorre a fiumi!

**III° GIORNO** Oggi visita alla Kilmainham Gaol, una ex prigione, ora museo, che si trova in Cill Mhaighneann, un sobborgo di Dublino; questa visita, accompagnati da una giovane guida molto partecipe ed orgogliosa delle sue origini, ci ha veramente toccato il cuore ascoltando le tristi storie e il tragico destino di tanti rivoluzionari che hanno difeso la loro terra a costo della libertà e spesso della vita.

Usciti dal carcere la nostra nuova visita sarà dedicata alla sede della Guinness, ci vuole proprio una generosa "pint of beer" per risollevarci lo spirito...SLAINTE!!!

La Guinness è davvero sorprendente, offre un percorso che spiega le varie fasi di preparazione della famosa bevanda oltre a vari punti di ristoro e ovviamente fiumi di birra...non si può non assaggiare e noi seguendo la tradizione, ordiniamo le nostre pinte.

La sera, per cena, ci rechiamo in un altro tipico locale, il Celtic Nights Dinner & Show: una serata davvero unica con canti, balli molto coinvolgenti e cibo irlandese...tutto ottimo!

Ormai ci sentiamo parte integrante di questa atmosfera così cantiamo a squarciagola sulla scia dei cantanti..."oh bring back my Bonnie to meeeeeeee..."

**IV° GIORNO** Dopo breakfast, no "full English breakfast" thank you, ci attende la visita alla distilleria Teeling Whiskey; qui incontriamo una simpatica guida che parla anche italiano (cosa che non fa felice la nostra teacher, ma molto felice noi!!!). Ci mostra i vari passaggi per ottenere un ottimo whiskey e ovviamente ci offre un assaggio che noi non disdegniamo...ormai facciamo parte delle tradizioni di questo popolo e le riaspettiamo!

Conclusa la visita rimane un po' di tempo, prima di recarci all'aeroporto, per acquisti e vari gifts che ci ricorderanno questo viaggio.

Nel corso di questi giorni abbiamo potuto osservare il comportamento e le abitudini degli irlandesi: sono estremamente gentili e molto disponibili nei confronti dei turisti che si distinguono perché usano l'ombrello...sì non è una battuta, gli irlandesi infatti non lo usano, affrontano il freddo e la pioggia con noncuranza, forse troppo abituati a questo meteo così bizzarro che alterna momenti di sole a scrosci di pioggia improvvisa.

Abbiamo anche incontrato persone in accappatoio e ciabattine che si recavano tranquillamente al mare mentre noi eravamo imbacuccati in giacche a vento e sciarpe...mah!!

Comunque, per concludere questa interessante parentesi, possiamo sinceramente affermare che questo viaggio ci ha arricchito, ci ha mostrato uno stile di vita diverso dal nostro ma così entusiasmante ed unico.

Hi Irlanda...the English group e la nostra tireless teacher ti salutano e chissà, magari un giorno o l'altro ci ritorneremo.

**BUONE VACANZE HAPPY HOLIDAY SAOIRE SHONA**

Emma



## L'anima di Dublino

Rimasta sola, la coscienza di sé si sposta in questo mondo come in altre dimensioni, sempre viaggiando ovunque come i soldati che hanno combattuto a Waterloo, dall'Irlanda al Belgio, dalla Gran Bretagna all'America, fino ad oggi, nelle lotte quotidiane sostenute per una fratellanza universale, a cena da lord Wellington con l'empereur Napoléon, infine per ritrovare sé stessi nella storica prigione del Kilmainham Gaol Museum dove soffrirono gli irredentisti irlandesi, a Dublino o a casa propria, nel silenzio senza nebbie sotto il cielo d'Irlanda, sotto il cielo del mondo, quando l'aria cambia direzione e i cuori battono all'unisono siccome il suo sguardo una luce ha acceso dentro di me, poi le libere gocce delle nostre coscienze tutte assieme nel vasto mare saranno senza tempo nel mutevole universo del nostro tessuto quotidiano.

Tiziano Maria Galli

24 maggio 2024: l'English group, capitanato dall'instancabile teacher Maura, parte per una nuova avventura che quest'anno ci porterà a Dublino.

**I° GIORNO** Atterrati all'aeroporto troviamo, oltre il nostro bus, una giornata tipicamente irlandese: cielo nuvoloso che minaccia costantemente pioggia.

Il nostro albergo, che si trova a circa un'ora dal centro città, è proprio affacciato sul mare. Così, lasciate le valigie, alcuni di noi decidono di recarsi in spiaggia, sfidando il vento freddo e una temperatura che si aggira intorno ai 10°, ma che non scoraggia alcuni bagnanti del posto: coraggiosi che non temono il freddo ma pensano sia già arrivata l'estate!



## 10 E L'UNITRE

**N**on riesco a risalire all'anno in cui mi sono iscritta per la prima volta all'Unitre di Cesano Maderno e neppure il vero motivo per cui avevo deciso di frequentare ma, certamente, era verso l'inizio del 2000, quando mi ero resa conto che i miei figli erano diventati indipendenti e io mi trovavo con del tempo libero.

Ricordo invece perfettamente che una mia amica mi aveva accennato a questa Università della terza età, come si chiamava allora, in cui c'era la possibilità di fare qualcosa di diverso, di interessante e stimolante.

So di essere stata molto scettica, almeno inizialmente: da subito avevo scartato i corsi che richiedevano manualità perché non ne avevo mai avuta. Corsi di cultura??? mah...ai tempi della scuola, non c'era nessuna materia che mi interessasse particolarmente: studiavo per avere un voto che mi permettesse di arrivare al diploma e questo mi bastava. Devo però dire che, seguendo i miei figli nel loro percorso scolastico, mi ero accorta che alcuni argomenti avevano iniziato a incuriosirmi e avrei voluto approfondirli ma i doveri di casalinga e mamma di famiglia non me ne avevano mai lasciato il tempo.

E quindi, "perché no?" mi sono detta ed eccomi con in mano il libretto con tutte le materie presentate. Mamma mia, c'era di tutto... cosa potevo scegliere?

Avevo frequentato una scuola superiore ad indirizzo linguistico per cui mi sono detta che non mi avrebbe fatto male seguire dei corsi per rispolverare un po' la conoscenza delle lingue straniere. Inizialmente mi iscrissi a francese e tedesco ed in seguito a inglese che continuo a frequentare. Mi accorsi dall'inizio di avere fatto una scelta ottima. Da subito mi trovai benissimo, in un ambiente molto piacevole, con i docenti estremamente disponibili e lo scoprire che nei cassetti della memoria avevo trattenuto quello che avevo imparato quasi 50 anni prima mi aveva anche "inorgoglita".

E poi, vista la mia totale ignoranza in materia, scelsi di seguire il corso di "Storia dell'arte", tenuto allora dalla professoressa Maderna che era stata mia preside durante la scuola media.

Mi si aprì un mondo: ricordo con quanto amore e passione spiegava le opere dei grandi pittori. Non dimenticherò mai le prime lezioni a cui assistetti in cui spiegava la Primavera e la Nascita di Venere del Botticelli che chiamava "il nostro Sandro", perché forse lei lo aveva studiato e analizzato così tanto da sentirlo quasi un amico.

Io che, visitando le città, non avevo mai voglia di entrare nei musei, mi ritrovai a desiderare di andare a Firenze apposta per

ammirare dal vivo queste opere così magistralmente spiegate. Il mio desiderio di conoscere meglio il mondo dell'arte continuava e trovai un altrettanto valido insegnante in fratel Claudio: a questi due docenti va la mia gratitudine per avermi introdotta in questo meraviglioso mondo e per avermi portato a scoprire il piacere che si può provare davanti ad un dipinto.

Sono cresciuta in una famiglia profondamente cattolica, dove la fede veniva vissuta come un elemento naturale della vita e dove era normale non avere mai nessun dubbio. Maturando e, soprattutto, confrontandomi con la mentalità dei più giovani, iniziavo però a pormi domande sulla religione che mi era stata inculcata fin da piccola. Ed ecco le lezioni di mons. Giavini: quanto ho imparato da lui e spero di continuare ad imparare grazie ad un giovane Sacerdote che attualmente tiene il corso sulla lettura della Bibbia. Certo, alcune verità continuano ad essere poco comprensibili ma come è bello scoprire le radici della nostra religione, sentire spiegate le sacre Scritture che prima avevo sentito solo durante le Messe e che, sinceramente, capivo poco.

Altri corsi che mi hanno tanto entusiasmato sono quelli di letteratura italiana: riscoprire i grandi scrittori, rileggere le opere di poeti dall'inizio del 1200 fino ai giorni nostri, alcuni canti della Divina Commedia, ultimamente i Promessi Sposi, mi fanno uscire dall'aula sentendomi arricchita.

Una scoperta è stata la lettura del Decamerone. A scuola si parlava dei tre grandi autori: Dante Petrarca e Boccaccio; mai, però, si arrivava a analizzare brani di quest'ultimo ma andava bene così: c'era meno da studiare! ed invece quanto è stato bello sentir leggere alcune delle novelle e immaginare i ragazzi, fuggiti dalla peste, mentre se le raccontavano. E finalmente ho avuto anche modo di capire il motivo per cui a scuola non si studiava questa opera: ai miei tempi, certi argomenti sarebbero stati oltremodo scandalosi anche se trattati in modo eccellente da un grande della nostra letteratura.

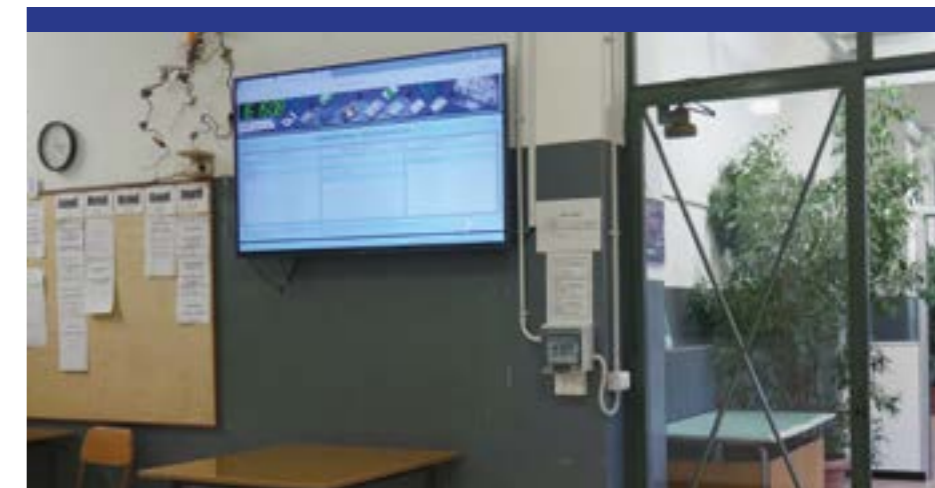
Una delle passioni di mio papà era la musica lirica: ricordo quando si sedeva accanto alla radio (in casa nostra non c'erano dischi e giradischi!) e tutti in casa si doveva stare in silenzio perché trasmettevano arie di opere e lui voleva goderne al massimo: non lo avevo mai capito. Come poteva apprezzare di più una noiosa melodia di Verdi, di Puccini, di Mascagni rispetto a una canzone di Celen-tano, di Mina o di Morandi???? Sarà l'età che avanza ma quanto adesso realizzo che aveva proprio ragione. Seguo da parecchi anni il corso di "Opera e balletto" e anche qui mi si è aperto un mondo. Mai avrei pensato di potermi emozionare a seguire un'opera o vedere un balletto. E invece succede quasi sempre!

E come non apprezzare le varie uscite organizzate dai docenti? Bologna, Mantova, Sirmione e altro. Città che già avevo viste ma mai con visite organizzate che mi hanno dato modo di vedere al meglio i vari monumenti che, magari, prima avevo solo notato.

Un vivo apprezzamento meritano le uscite per assistere a spettacoli alla Scala o ad altri teatri di Milano. Mai avrei immaginato di potermi sedere in un palco, come una gran signora, nel teatro più famoso del mondo.

Last but not least, come si usa dire, una delle cose più belle dell'Unitre, oltre alla bravura, disponibilità e generosità di tutti i docenti, è il clima di socializzazione che vi si respira e le amicizie che vi possono nascere. È bello, all'inizio dell'anno accademico, entrare nell'atrio e rivedere facce conosciute, scambiarsi opinioni di ogni genere e poi entrare nelle aule, sedersi ai banchi e avere l'impressione di tornare studenti, con qualche anno in più ma con il desiderio di apprendere sempre qualcosa di nuovo. Il cervello umano è una scatola che non è mai piena e io non smetto mai di meravigliarmi che più elementi vi si mettano dentro e più nasce il desiderio di mettercene ancora.

*Tiziana Tarantola*





# open day 2024

Consuetudine di ogni fine anno accademico è l'open day. Noi corsisti di creatività artistica pensiamo già dall'inizio e per tutto il percorso dell'anno il modo che esso non sia una ripetitiva esposizione di manufatti bensì una presentazione ogni anno innovativa e fantasiosa. Con l'avvicinarsi del faticoso giorno si progetta la disposizione dei tavoli, si pensa al colore delle tovaglie, alla migliore collocazione dei nostri "capolavori". Sì! Capolavori perché eseguiti con tanto impegno ed amore sperimentando e potenziando abilità spesso ignorate o inutilizzate. Il giorno dell'allestimento è un brulicare di corsisti in fermento per ammirare per primi il completamento della preparazione espositiva e già si preannunciano i commenti dei visitatori sia il pomeriggio del sabato che della domenica.

Fieri, possiamo affermare che sono valutazioni e giudizi positivi che riempiono d'orgoglio i nostri animi e sono da stimolo per il futuro open day.

*Corsisti creatività artistica 1-2*



## Pensiero di cicala



**N**

Non tutti sanno che in "Primavera" è sbocciata a Seveso e dintorni un'iniziativa culturale molto interessante, stimolante, creativa, artistica.

La New Radio di Seveso, nata dalla collaborazione con Radio Cantù storica emittente Brianzola, ha creato un progetto che punta a valorizzare Musica e Arte, utilizzandoli come strumenti di socializzazione.

Questa iniziativa dà la possibilità a tutti i partecipanti, principianti, artisti, affermati e non, di condividere i propri lavori.

Il progetto prevede di elaborare una copertina di un "Libro Immaginario", realizzando il manufatto con la tecnica che si preferisce: collage, pennarelli, matite colorate, disegni ecc..., e invita a partecipare alla creazione della "Libroteca". Le copertine neutre sono gratuite e distribuite in diversi punti di ritiro nella zona, attività commerciali di Seveso e Meda, nelle Biblioteche di Seveso, Barlassina, Carimate, Cesano Maderno.

Su proposta della Docente Anny Rossi, abbiamo intuito l'opportunità di poter divulgare il lavoro svolto nel corso di "Fiabe, Leggende e Miti" e "La Via delle Spezie".

Abbiamo realizzato le copertine

"Libro" dei racconti pubblicati nel giornale "le Notizie", Unire di Cesano Maderno, in corso d'anno "Il lombrico che non è", "Maya e le Nubi", con una sintesi della storia e una frase d'effetto che incuriosisca il lettore.

Una copertina che presenta il Corso "La Via delle Spezie", che argomenta un percorso illuminante tra benefici, curiosità e l'utilizzo, con perizia, di queste "appariscenti" sostanze aromatiche.

Una copertina, individuale, "Diario delle mie Lezioni" di Tango Argentino, che mi ha dato la possibilità di esprimere un mio pensiero personale, valorizzando "l'Abbraccio", l'essenza di questa danza. Avvalendosi, per la parte grafica digitale, della collaborazione di un corsista fotografo in pensione.

In occasione della Festa di Calendimaggio a Seveso, le copertine che abbiamo realizzato sono state esposte nello Stand della Radio in piazza G. Verdi, scelte tra le tantissime arrivate che hanno partecipato alla Libroteca.

L'idea del libro immaginario ha stimolato lo spirito culturale di molte persone e coinvolto la comunità della zona. Si sono messi alla prova adulti, bambini e scuole

per esprimere una riflessione, un'esperienza personale, un'emozione, inventando una breve storia, cimentandosi con tecniche diverse ed elaborando grafiche interessanti e creative.

Questo evento, che andrà avanti ancora un po', sta avendo molto successo. La mostra delle copertine, nel contesto urbano, prosegue con altre iniziative della Radio e nella Vetrina di via S. Martino a Seveso. Inoltre, ogni giovedì, nel programma di approfondimento culturale, "Pensiero di Cicala", che va in onda dalle 17,00 alle 18,00 su New Radio Seveso, tra i vari argomenti, vengono lette alcune storie delle copertine scelte.

*Patrizia Felicità*



# INCONTRIAMO I NOSTRI DOCENTI



*Emmita Mangili*

## N La Musica ed io

Nei miei ricordi di bambina c'è sempre stata la musica.

Una zia materna pianista ed il nonno melomane, che mi canticchiava brevi romanze e mi invitava ad apprezzarne la melodia.

I miei genitori pure amavano la musica e periodicamente, ma non spesso data la mia tenera età (mia ed in seguito di mio fratellino), andavano a serate danzanti.

Ricordo che intorno ai 10-12 anni papà la sera ascoltava la radio e quando sentiva un brano ballabile, invitava a turno la mamma o me per un balletto in casa.

Crescendo, la musica mi ha accompagnata sempre. Ricordo che durante la preparazione alla maturità, ho consumato il disco della Butterfly come sottofondo.

Inevitabilmente mi sono ritrovata negli anni delle festuciole in cui ho iniziato a ballare con gli amici e ad imparare vari passi. Il ballo, quindi, è diventato da allora una passione, un sostegno per il mio equilibrio psico-fisico. Una valvola di sfogo che, in quello spazio temporale, mi distoglieva dai vari pensieri e problemi in cui ci si ritrova negli anni.

Fortunatamente ho incontrato una persona che aveva gli stessi miei interessi, compreso musica e ballo, mio marito. Abbiamo iniziato una attività agonistica che ci ha dato molte soddisfazioni.

L'insegnamento è stato la naturale conclusione di un percorso molto soddisfacente. Il trasmettere ciò che amo ed ottenerne buoni risultati mi gratifica moltissimo.

Ultimo e non ultimo, i ricordi dei risultati ottenuti nel percorso di competitrice mi accompagna sempre.

Emmita Mangili

## Lasciare impronte

Quale è lo scopo della nostra vita? Possiamo dire che questa è la domanda delle domande. Le risposte che ci sono state proposte sono molteplici, io vorrei proporre un'altra. Mi ha fatto riflettere la storia di Sammy Basso affetto da progeria e morto all'età di 28 anni, per effetto della sua patologia di invecchiamento precoce. Il suo passaggio sulla Terra è stato breve, eppure è stato il testimone di questa rara malattia al fine di sensibilizzare la società e promuovere una ricerca scientifica, appoggiato dai suoi genitori che hanno fondato l'Associazione Italiana Progeria Sammy Basso. Se ne è andato, ma mentre era qui ha parlato in teatri e in televisione. Il suo handicap non l'ha fermato, anzi è stata la sua molla vitale. In questo modo lui ha lasciato la sua impronta, ha messo in atto per il meglio quello che era la sua realtà.

Allora la risposta è questa, dovremmo lasciare impronte del nostro passaggio, non in senso di devastazione, ma nella migliore accezione del termine. Tempo fa feci una seduta di Channeling a una persona e le fu detto "Non lasci impronte". Il senso di questo messaggio era: stai attraversando la vita senza mettere in atto nulla di significativo per gli altri. Per riuscire ovviamente dobbiamo aver fatto un nostro percorso personale dove ci siamo trovati, accettati e amati. Dopo possiamo metterci al servizio degli altri e del mondo, condividendo i nostri talenti o quello che ci è stato dato. Nella condizione che siamo e con ciò che abbiamo, come è successo per Sammy.

Lasciare impronte significa quindi migliorare il mondo, ovvero lasciarlo non come lo abbiamo trovato ma dando impulso a situazioni, pensieri e condizioni molto più positive.

Non dobbiamo diventare super eroi o star televisive con grande visibilità. Basta che le nostre impronte influenzino la nostra realtà, i nostri familiari, i nostri amici, tutte le nostre relazioni. Chiediamoci: Quanto siamo presenti con gli altri? Quanto attraverso il nostro esempio siamo dei motivatori? Se le risposte non ci soddisfano, cominciamo con poco, ma facciamo il primo passo. Occuparci degli altri, dopo esserci occupati di noi stessi, ci metterà sulla strada giusta, quella su cui lasciare le nostre impronte.



# L'Unitre al Teatro Excelsior



Come di consueto anche l'anno accademico 2023/2024 si è concluso con due serate al Teatro Excelsior di Cesano Maderno.

EVVIVA è il titolo del saggio di fine Anno Accademico 2023-2024 dell'UNITRE-Università delle Tre Età di Cesano Maderno svolto presso il Teatro Excelsior il 16 maggio 2024 alle ore 20,45. Il saggio di fine anno rappresenta una tappa importante per insegnanti e allievi perché si possono mostrare al pubblico i progressi e i traguardi perseguiti durante l'anno. Questo evento è carico di emozioni e sentimenti positivi: è un incontro di sensazioni tra i protagonisti del saggio e il pubblico.

Il programma è stato caratterizzato da cinque categorie di interventi che hanno intrattenuto il pubblico presente alla serata ricca di contenuti coordinati dalla regista Mariarosa Uggeri. Nella prima categoria sono scese in campo le autorità: il presidente dell'UNITRE Giuseppe Ascari, che ha sottolineato che su circa mille corsisti i due terzi vengono da fuori (e io mi chiedo come mai una città di quarantamila abitanti dia così poco

a questa benemerita istituzione cittadina), e il sindaco di Cesano Maderno Gianpiero Bocca, che ha posto l'accento sull'importanza culturale e sociale dell'UNITRE nel territorio comunale.

Vediamo ora gli altri aspetti dello spettacolo di luci e colori di questa bella serata tradizionale in cui i vari numeri si sono succeduti in ordine sparso e che io ho raggruppati per comodità espositiva in categorie. Quindi una seconda categoria di interventi è stata quella dei balli e delle danze. Il ballo e la danza contengono una molteplicità di forme espressive che possono essere eseguite individualmente, in coppia, in gruppo ed essere usate come elementi di supporto nel teatro e nel cinema e sono caratterizzati da un susseguirsi di movimenti del corpo ritmati e modellati su un testo musicale espressivo e interpretativo. Ed ecco allora i balli di gruppo del corso di Gaia Crippa, la salsa cubana rueda de casino del corso di Natale Giofrè, la danza e movimento di coppia del corso di Emmita Mangili, il boogie woogie corso base e corso intermedio di Francesco Finazzo,

le danze popolari del corso di Rita Maria Uggeri, le danze argentine del corso di Anita Cerliani.

Veniamo ora alla terza categoria di numeri costituita dalla recitazione. L'arte drammatica è l'arte del recitare. Diffusa in tutto il mondo, è riconducibile alla cultura e al costume dei diversi popoli e delle differenti etnie. L'arte della recitazione si perde nella notte dei tempi passando alle tragedie greche alla comicità di Zelig. Ecco dunque passioni e suggestioni femminili di Camillo Di Liberti, la compagnia teatrale di Mariarosa Uggeri con "La statua", una scenetta divertente in francese di Catherine Bouchet, la presentazione di Progressive rock e lo Storytelling di Marco Antonelli.

Una quarta categoria è stata rappresentata da Roberto Pavan con proiezioni del corso di PC: la bottega creativa. La quinta e ultima categoria ha visto le premiazioni dei concorsi in campo e dei docenti. Ha iniziato Vincenzo Aldigheri con l'assegnazione delle coppe ai primi tre classificati dei tre livelli del corso di Burraco, un gioco di carte probabilmente nato

in Uruguay circa negli Anni Quaranta, diffusi in Italia negli Anni Ottanta. Anny Rossi ha premiato Patrizia Felicità vincitrice del concorso letterario "La Natura Madre Matrigna" con un suo racconto in tema. Anny Rossi ha invitato le persone presenti a partecipare alla prossima edizione del concorso letterario senza timori di giudizio, ma con fiducia nelle proprie capacità narrative e poetiche.

Tra la prima e la seconda parte della serata, tutti noi docenti presenti siamo stati invitati sul palco, addobbato dai corsisti di creatività artistica, per ricevere in omaggio un Solar Power Bank per ricaricare il cellulare in viaggio e per ricevere l'applauso dei nostri corsisti che apprezzano le opportunità culturali che offre la nostra accademia.

Si è trattato di una serata piacevole trascorsa tra diversi momenti interessanti con l'appuntamento finale per l'anno prossimo.

*Tiziano Maria Galli*

Quest'anno lo spettacolo teatrale è stato diverso dagli altri anni, infatti è stato scelto come autore Giovanni Boccaccio e il suo Decamerone, composto fra il 1349 e il 1353.

Considerato un assoluto capolavoro ed un punto di riferimento per tutta la successiva letteratura umanistica in prosa, egli riconosce un valore particolare alla donna, a cui dedica l'opera.

Nel Decamerone la donna acquista dignità di personaggio: non è più subordinata all'uomo ma diventa autonoma e non ha il timore di esprimere i propri sentimenti; non c'è da stupirsi se una delle tematiche principali è l'amore, emblema della figura femminile.

Scegliere tra le cento novelle del Decamerone, è stato complicato sia per il linguaggio, che è stato addomesticato e reso fruibile per la rappresentazione teatrale (in questo sono stata aiutata da Emilia Bisi che ringrazio), sia per il tema delle novelle.

Ne abbiamo scelte sei fra le meno conosciute e ne è uscito uno spettacolo corale, forse un po' lungo, ma divertente, molto apprezzato dal numeroso pubblico in sala.

La Compagnia Teatrale replicherà lo spettacolo, in formato ridotto a quattro novelle, il 26 gennaio 2025 al Teatro di Barlassina e successivamente a Lazzate.

Le due serate sono visionabili su youtube dal sito di Unitre Cesano Maderno.

Ringrazio tutti i docenti, corsisti, collaboratori, che si sono attivati con entusiasmo per la buona riuscita dei Saggi, e ricordo che a gennaio 2025 si riparte ad organizzare le serate di fine anno accademico 2024/2025.

Arrivederci a maggio 2025.

*Mariarosa Uggeri*



# percorso benessere DI UN

## CALENDARIO PER UN

### BUON 2025

*“Cominciate a fare ciò che è necessario, poi ciò che è possibile, e all'improvviso vi sorprenderete a fare l'impossibile”*

san Francesco d'Assisi

#### FEBBRAIO

Semina la felicità nella tua mente e lascia che metta radici nel tuo cuore.

*Focalizzati sul bello delle cose*

Se la felicità è uno stato della mente, è da lì che dobbiamo cominciare, curando i nostri pensieri e la conseguente visione del mondo. *J.M.*

*Cercate la luna e, se non riuscite, in ogni caso sarete seduti tra le stelle.*

*vecchio modo di dire inglese*

#### APRILE

Accetta la sfida, accogli il cambiamento.

*Ciò che finisce ha esaurito la propria energia e bisogna lasciarlo andare.*

È sempre la cosa più difficile da accettare, ma se la metteremo in atto capiremo che era proprio ciò di cui avevamo bisogno. *J.M.*

*Negli ultimi 33 anni mi sono guardato allo specchio ogni mattina e mi sono chiesto: Se oggi fosse l'ultimo giorno della mia vita, vorrei fare ciò che sto facendo oggi? E ogni volta che la risposta è stata NO per troppi giorni di fila, ho capito che bisognava cambiare qualcosa.* *Steve Jobs*

#### MAGGIO

Il dolore insegna sempre qualcosa.

*Permettere al dolore di diventare un Maestro significa accettare ed imparare la sua lezione.* *J.M.*

Se senti dolore sei vivo, se senti il dolore degli altri sei un essere umano. *Lev Tolstoj*

*Esiste solo una cosa più vuota di una vita senza amore, ed è una vita senza dolore.* *Jo Nesbo*

#### GENNAIO

Comincia da te, nel presente.

*Conta solo il presente.*

Ogni attimo è la nostra vita, ma la nostra mente è per lo più altrove, persa in un passato che non può ritornare o in ansia per un futuro che non c'è. Noi siamo qui in questo attimo e possiamo scegliere se viverlo essendoci oppure sprecarlo nella disattenzione. *J.M.*

*Alcuni sono disposti a qualsiasi cosa, meno che a vivere qui e ora.* *John Lennon*

#### MARZO

Se tu non stai bene con te stesso, gli altri non possono star bene con te. La relazione con il mondo parte dalla relazione con noi stessi. Ogni disagio interiore lo portiamo all'esterno e ciò ci impedisce di vivere gli altri in modo armonico per accogliere ed essere accolti. *J.M.*

*Mi chiedi qual è stato il mio più grande progresso? Cominciare a essere amico di me stesso.* *Seneca*

Ti dirò il più grave dei miei errori: quello di non aver amato abbastanza me stessa. Cioè di aver dimenticato che il grande comandamento “Ama il prossimo tuo come te stesso” parte dal presupposto di amare prima e innanzitutto se stessi. Ho amato la vita in astratto, sforzandomi di amare gli altri. Ma è tempo che io riconosca la più banale delle verità: tra gli altri ci sono anch'io. È tempo che io sorrida, che rida.

*Oriana Fallaci*

#### GIUGNO

L'errore ci mostra la strada giusta.

*La lezione rifiutata è solo rimandata.*

Ciò che dobbiamo imparare è sul nostro percorso; rifiutarlo significa solo che ritornerà nella nostra vita e sarà più difficile. Meglio allora accoglierlo subito.

*J.M.*

*Non abbiate paura di fallire, imparate tutto ciò che potete dal fallimento*

*J.K. Rowling*

Gli errori sono necessari, utili come il pane e spesso anche belli: per esempio la torre di Pisa.

*Gianni Rodari*

#### AGOSTO

Per liberare te stessa...perdona.

*È una delle cose più difficili da fare, ma la sua efficacia è potente. Purtroppo lo si capisce solo quando lo pratichiamo. Il perdono alleggerisce la nostra vita: nella mente, nel corpo e nello spirito. Dovremmo provarci.* *J.M.*

Perdonare qualcuno non significa condonare, nemmeno dimenticare e neppure concedergli di farti ancora del male. Perdonare significa liberare un prigioniero e scoprire che quel prigioniero sei tu.

*Louise Hay*

#### OTTOBRE

Quando c'è una meta, anche il deserto diventa una strada.

*Motivazioni e obiettivi sono la forza che ci conduce. Senza di loro siamo bloccati dove siamo.* *J.M.*

Quando le vostre gambe sono stanche, camminate con il cuore. *Giovanni Paolo II*

*Meglio stanchi ma in cammino, che la noia di chi è fermo.* *Papa Francesco*

#### DICEMBRE

L'energia che dai con amore ti carica. L'energia che dai per dovere ti esaurisce.

*Se ci interroghiamo su ciò che ci ha spinto ad agire, ci renderemo conto che, quando è stato l'amore, la fatica è scivolata via e ci ha lasciato solo appagamento.* *J.M.*

È un amore povero quello che si può calcolare. *William Shakespeare*

*Non ci sono sei o sette meraviglie nel mondo. Ce n'è solo una: è l'amore.*

*Jacques Prevert*

#### LUGLIO

Impegnarsi vuol dire mettersi in gioco.

*Porta ogni giorno un miracolo nella tua vita.*

Se il nostro sguardo sul mondo sarà sintonizzato sulla meraviglia, ogni giorno saremo pronti ad incontrare un miracolo e a riconoscerlo. *J.M.*

*Prega come se tutto dipendesse da Dio. Lavora come se tutto dipendesse da te.*

*Sant'Ignazio di Loyola*

#### SETTEMBRE

Siamo qui per imparare.

*Prima di ignorare le critiche, chiediti quanto potremmo esserti utili.*

Tutto quello che gli altri dicono dovrebbe essere un momento di riflessione. Solo dopo potremo capire se non serve né a noi né alla nostra vita. *J.M.*

*Non tutte le tempeste arrivano per distruggerti la vita. Alcune arrivano per pulire il tuo cammino.* *Seneca*

#### NOVEMBRE

Quando fai una scelta chiediti come ti sentirai dopo, chiediti se sarai felice.

*Essere consapevoli e responsabili è l'unico modo di scegliere ciò che è giusto per noi.* *J.M.*

Innamorati di te, della vita e dopo di chi vuoi *Frida Kahlo*

*Le maggiori mancanze le ho fatte a me stessa, quando ho permesso che mi facessero sentire sbagliata solo perché non ero giusta per loro.* *Marilyn Monroe*

Pagine a cura di Maria Luisa Sambruna,

con le riflessioni di JOSE MAFFINA, docente di BENESSERE EVOLUTIVO

## Il mio amico

### INVISIBILE



“Io da bambina ho avuto un amico invisibile” raccontai in uno di quei momenti di intimità in cui siamo disposti ad aprire il baule dei nostri segreti. “Era un amico speciale, capace di rendermi felice. Condividevo con lui le emozioni e le tentazioni di bambina un po’ trascurata, non per colpa di mamma, e anche le preoccupazioni, quelle che non riuscivo a descrivere con le parole ma che mi facevano star male, che mi tenevo dentro perché gli adulti, non avevano la capacità di capirlo. Con lui parlavo tanto perché mi sapeva ascoltare, non con sufficienza, così tanto per assecondarmi, ma perché proprio mi capiva. E non giudicava: gli adulti si aspettano sempre qualcosa di diverso da me, che fossi una bambina così, che mi vestissi cosà, che mi comportassi in un certo modo, ma a lui non importava un bel niente, lui mi accettava così com’ero e stavamo bene insieme. Questo amico l’ho costruito con tanta fantasia e originalità e collocato in una dimensione parallela dove vigono regole stabilite da noi bambini e dove gli adulti non hanno accesso in nessun modo. Era sempre disponibile, giorno e notte, era leale, non faceva mai la spia ed era fedele; non mi sono mai sentita tradita. Faceva qualsiasi cosa per me e si accollava volentieri

il compito di effettuare alcune imprese eroiche e pericolose che io avrei avuto difficoltà a fare. Ma ero consapevole che si trattava di un parto della mia fantasia? Senza dubbio, ma non si trattava solo di un gioco, io avevo bisogno di lui, soprattutto in certi momenti: gli attribuivo desideri, intenzioni, capricci, bugie, paure. Gli scaricavo addosso colpe e responsabilità. E, come facevano gli adulti con me, lo punivo o lo lodavo, lo sgridavo e lo abbracciavo. Con lui dicevo cose o rivelavo stati d’animo che altrimenti avrei fatto fatica a esprimere. Per evitare incomprensioni con i miei genitori, lo tenevo segreto, tanto non mi avrebbero capita, anzi sono convinta che si sarebbero preoccupati. Eh, già! L’amico invisibile esiste fino a quando chi lo ha creato crede in lui. Il mio è esistito per diversi anni, poi l’ho sacrificato sull’altare della crescita. Il suo posto fu preso da un compagno di scuola che si faceva rispettare da tutti e che mi faceva sentire protetta. E voi, ce l’avete mai avuto un amico invisibile?

Marisa Cermenati

## N

Negli ultimi decenni la sfera condominiale si è evoluta significativamente, soprattutto con l’entrata in vigore della legge n.220/2012 il 18 giugno 2013. Molte ancora sono le risposte attese ai quesiti che sopraggiungono dalle situazioni quotidiane. Un aiuto concreto lo si riceve da parte della Giurisprudenza ed anche della Dottrina, le liti condominiali hanno una percentuale importante relativamente alle cause civili. A volte capita che sentenze che trattano di eguali tematiche emesse dalla Corte di Cassazione (massimo grado di giudizio) siano tra loro contrastanti, pertanto si ricorre alle cd. Sezioni Unite e la sentenza collegiale potrà essere utilizzata, in seguito, come riferimento. Un cultore del diritto fu sicuramente Irnerio (Lucerna iuris) ovvero il fondatore dell’attuale università di Bologna “Alma Mater Studiorum” (prima università fondata a livello europeo), che però sicuramente non trattava esplicitamente del condominio anche se alcuni aspetti oggi contemporanei derivano da tempi ben lontani, come ad esempi i diritti reali, il Dominus concedeva la terra al vassallo e temporaneamente ne cedeva i relativi diritti (vassallaggio). Basti pensare che i Romani duemila anni fa avevano la res pubblica dove il volere del popolo era sovrano, scalzata poi dall’era degli imperatori, paragonabile alle attuali democrazie. I principali statuti di diritto contemporanei traggono origine dal diritto romano.

Spesso i Condòmini non sono a conoscenza di quelli che sono gli obblighi propri e dell’amministratore, ma anche i relativi diritti. Ad esempio, può essere chiesto, da parte di coloro che ne abbiano titolo, copia dell’estratto conto relativo al conto corrente condominiale.



## Affitto e condominio

Circa l’80% delle famiglie nel nostro paese vivono in edifici condominiali, ma i conoscitori della materia sono ben pochi anche dovuto alla relativa complessità. Il condominio non si costituisce con un atto notarile, bensì ipso iure et facto ovvero di fatto, cioè quando vi siano almeno due distinti proprietari per lo stesso edificio, così che venga a crearsi la comproprietà delle parti comuni (scale, tetto, cancello carraio, corsello box, androni, ecc.), si specifica che la nomina dell’amministratore del condominio risulta obbligatoria oltre gli otto condòmini bensì non unità.

Anche la tematica relativa alle locazioni (impropriamente definita affitto) è sempre di maggior interesse.

La prima regolamentazione ufficiale si ebbe con l’entrata in vigore della legge n.392/1978 poi sostanzialmente abrogata dalla legge n.431/1998. Particolare innovazione portarono, nel 2017 e 2018 due importanti provvedimenti normativi, rappresentati dal D.L. 24 aprile 2017 n. 50 e il D.L. 4 ottobre 2018 n. 113, da cui derivano i cd. affitti brevi ovvero appartamenti concessi in locazione per un periodo non superiore a trenta giorni. Queste nuove modalità di affitto, soprattutto nei centri città ha generato

malcontenti e polemiche da parte dei residenti per via del disturbo della quiete e del riposo dovuto al turnover. La differenza tra un affitto di tipo standard con durata 4+4 (abitativo) ed una locazione breve sta nel fatto che la seconda risulta maggiormente remunerativa per il locatore. Un’ulteriore distinzione andrebbe eseguita tra affitti brevi e CAV (casa affitto vacanze indi attività commerciali), entrambi per finalità turistiche ma nel primo caso vi è esclusivamente la concessione del bene mentre nel secondo caso generalmente vengono forniti servizi aggiuntivi quali ad esempio servizio biancherie e colazione. Il regolamento condominiale di tipo contrattuale (indi approvato all’unanimità) può vietare gli affitti brevi, purché vi sia specifica clausola.

Domanda ricorrente è se il subaffitto sia lecito, la risposta è affermativa, l’art. 1594 contempla il subaffitto da parte del conduttore purché il locatore sia informato ed esprima il proprio consenso, ed inoltre non deve esservi specifico divieto all’interno del contratto di locazione.

Alessandro Bartolini



## I superpoteri di Aedes albopictus

### ovverosia della zanzara tigre

Questa zanzara misura circa 5 mm e arriva dalle remote foreste del Sud Est Asiatico.

È parente stretta di *Aedes aegypti* (chiamata anche *Stegomyia*) diffusa quest'ultima nei paesi a clima tropicale e equatoriale dell'Africa e dell'America meridionale, responsabile della diffusione dei virus della Febbre gialla, della Dengue, della Chikungunya e del Zika.

La zanzara tigre vola raramente a più di 150 metri dal suo luogo di nascita, le uova, eppure è riuscita a colonizzare il mondo intero.

Come spiegare una simile conquista?

Ci sono almeno tre ragioni.

Prima di tutto, se la zanzara tigre ha fatto così tanta strada è grazie a noi umani che siamo diventati alleati involontari della sua proliferazione attraverso il commercio internazionale, in particolare di quello dei pneumatici usati, insieme al cambiamento/surriscaldamento climatico.

Le gomme sono il mezzo ideale dove deporre le uova e farsi trasportare da un continente all'altro. Ammassati all'esterno, questi pneumatici sono facilmente accessibili e raccolgono l'acqua piovana.

A causa della loro forma, l'acqua non scola mai del tutto, e questo facilita la sopravvivenza delle uova della zanzara tigre. È così che *Aedes albopictus* è arri-

vata in Italia nel 1990. Nella vicina Francia è arrivata nel 2004, a Mentone, e piano piano ha conquistato il continente.

In Europa questa zanzara ha un mezzo di trasporto preferito: l'automobile. In uno studio del 2017, alcuni ricercatori hanno ispezionato l'interno delle auto fermate in un casello vicino a Barcellona, in Spagna. Anche se meno dell'1% dei veicoli trasportava zanzare, moltiplicando questa cifra per il numero di tragitti quotidiani si ottengono numeri enormi.

Dei 6,5 milioni di spostamenti quotidiani in automobile nell'area metropolitana di Barcellona, tra i 13.000 e i 71.000 possono facilitare o facilitano il movimento della zanzara tigre.

Il riscaldamento climatico ha influito, invece, aumentando il periodo di attività di questa zanzara. *Aedes albopictus* è attiva da maggio a novembre, ma con l'aumento delle temperature il periodo si è prolungato anche di 3-4 settimane. Un periodo di attività più lungo significa più tempo per riprodursi, più uova e dunque più zanzare e su una superficie sempre più vasta interessando addirittura il nord Europa.

Ma il ruolo degli esseri umani non spiega tutto. Se l'*Aedes albopictus* si è diffusa in modo così capillare è anche grazie a una combinazione unica di sue caratteristiche fisiologiche. Questa zanzara tigre, infatti, è una sorta di super zanzara possedendo 3 superpoteri.

Il primo riguarda la resistenza delle uova all'essiccamento. La maggior parte delle zanzare ha bisogno di acqua per deporre le uova. Senza l'acqua, le uova muoiono. Non però per *Aedes albopictus* che produce attorno alle sue uova un involucro che permette di conservarne l'umidità.

Senza questa capacità, le uova non sarebbero sopravvissute a un viaggio tra i continenti all'interno di gomme automobilistiche usate.

Il secondo superpotere riguarda la diapausa, una forma di ibernazione che permette all'insetto e alle sue uova di superare l'inverno. Nelle nostre regioni temperate, tutte le zanzare sono in grado di entrare in diapausa. Alcune lo fanno sotto terra, altre in ripari come le grotte o in cavità nei tronchi degli alberi.

La particolarità della zanzara tigre è che la diapausa avviene all'aria aperta, nei vasi, nei secchi, nei sottovasi o in altri recipienti. Questo significa che anche in piena fase di ibernazione, quando è inattiva, *Aedes albopictus* può muoversi grazie agli spostamenti di questi oggetti e ai traslochi o ai trasporti di merce, continuando così la conquista di territori sempre più vasti.

Il terzo superpotere è scritto nel DNA. *Aedes albopictus* ha, infatti, molti più geni rispetto ad altre zanzare. Per esempio, rispetto alla *Culex pipiens* (la nostra zanzara comune) il DNA della zanzara tigre è quattro volte più lungo. È come se avesse a disposizione una biblioteca più grande per sviluppare strumenti che le permettono di sopravvivere. Questo è un grande vantaggio perché permette a questa zanzara di reagire in modo più rapido ed efficace alle minacce ambientali. In caso di freddo, per esempio, grazie al suo DNA, può aumentare la produzione di proteine antigelo.

A questo punto è d'obbligo porsi una domanda:

È pericolosa questa zanzara?

Purtroppo sì, poiché attraverso la sua puntura può trasmettere i virus della Dengue, Chikungunya e Zika.

Nel 2023 in Italia sono state diagnostiche 362 infezioni di Dengue di cui 82 autoctone cioè non importate dall'estero. L'Italia ha il più alto numero di casi di Dengue in Europa seguita da Francia e Spagna.

Ricordo che la terapia di queste virosi (Dengue, Chikungunya e Zika) al momento attuale è solo sintomatica e di supporto ma non eziologica.

Ma c'è anche una bella notizia: a febbraio 2023 l'Agenzia Italiana del Farmaco (AIFA) ha autorizzato

l'utilizzo e la commercializzazione di un vaccino tetravalente a virus vivi attenuati molto efficace per la prevenzione della Dengue. Questo vaccino ha anche ricevuto l'approvazione, a dicembre 2022, della Agenzia Europea per i Medicinali (EMA).

Le Agenzie Internazionali Sanitarie hanno diffuso qualche consiglio per combattere la proliferazione della zanzara tigre. Il più importante è quello di colpire i siti dove *Aedes albopictus* depone le uova. Cosa vuol dire? È una piccola abitudine da prendere una volta la settimana: controllare sotto i vasi e le fioriere, svuotando tutti i luoghi in cui potrebbe esserci dell'acqua o riempiendoli di sabbia per evitare l'acqua stagnante. Possiamo anche assicurarci che le grondaie siano in buono stato e che l'acqua scorra via bene, oltre a tenere al riparo tutto il materiale da giardinaggio e i giochi per i bambini e magari condividere queste buone abitudini con i nostri vicini e i nostri amici.

**E SOPRATTUTTO CERCHIAMO DI NON FARCI PUNGERE!**

*Giorgio Enrico Abbate  
Medico Chirurgo*



# LA SORELLA DI SHAKESPEARE



Allo studio dell'esperienza letteraria femminile la Woolf si dedicò fin da giovane, cioè da quando iniziò a collaborare con la rivista "Times Literary Supplement" affermandosi così come una delle voci più importanti della critica anglosassone.

"La storia dell'Inghilterra è la storia delle genealogie maschili non di quelle femminili", così scriveva Virginia nel saggio "Le donne e il romanzo" pubblicato nel marzo 1929. Pertanto ciò che lei si propone di fare in questo libro è ricostruire la storia della letteratura inglese scritta da donne a cominciare dal Seicento, secolo del quale si conosce poco, per mostrare nel contempo una storia della coscienza femminile che si batte per affrancarsi e far udire la propria voce distinta e autonoma.

Come esperta di critica letteraria la Woolf infranse i confini tra "ciò che è reale e ciò che è finzione", e in questo libro fa sfilare le potenziali scrittrici da lei inventate: Joan Martyn, Judith Shakespeare, l'ipotetica e dotata sorella di William e Mary Carmichael accanto alle consorelle esistite veramente del Settecento (Fanny Burney, Mary Wollstonecraft, Dorothy Wordsworth) e a quelle di epoca vittoriana, quali Jane Austen, Charlotte ed Emily Bronte e George Eliot fino ad arrivare alle contemporanee tra le quali si annoverano Katherine Mansfield e Vita Sackville-West.

Nell'introduzione al libro, Oriana Palusci afferma che Virginia è consapevole che solo a partire dall'Ottocento si intravede una visione evolucionistica della letteratura e del romanzo femminile. Il successo del romanzo femminile viene collegato dalla Woolf ad alcuni sviluppi sociali capaci di attenuare la subalternità femminile quali il maggior tempo libero, la maggiore istruzione, l'eccezionalità della scelta di un marito e il non avere figli. Tuttavia la svolta ottocentesca, dice Virginia, non esclude compromessi e margini di ambiguità come accade con la scelta di presentare i propri scritti con

## e altri ritratti di scrittrici di Virginia Woolf

pseudonimi maschili che comunque rappresenta un passo avanti rispetto a ciò che avveniva nel passato, dove dominava per le donne la pubblicazione anonima, ricacciando le scrittrici nell'oscurità.

Sempre nell'introduzione si ribadisce che alle origini della letteratura moderna l'attenzione della Woolf si focalizza su una doppia matrice sociale: quella dell'aristocrazia femminile e quella di origine borghese a cui appartengono narratrici quali Fanny Burney, Jane Austen o Aphra Behn, la prima donna che alla fine del Seicento, vincendo le resistenze della famiglia e della società scrive da "professionista" non disdegnando il guadagno che deriva dalla sua attività di romanziera e commediografa, senza dimenticare la stessa Virginia, che poco più che ventenne, diventerà indipendente economicamente grazie ai proventi dei suoi saggi e delle sue recensioni.

Il libro si presenta come una raccolta di brevi saggi critici scritti da Virginia Woolf e pubblicati su diverse riviste, sull'opera e la vita di ventotto scrittrici partendo dal Seicento fino ad arrivare alla modernità. Un lavoro molto interessante dell'autrice che ci dà l'idea di quello che è stato il panorama della letteratura inglese al femminile nel corso di tre secoli.

*Nadia Marmonti*

VIRGINIA WOOLF nata Stephen (Londra 1882-Rodmell 1941) fu una scrittrice, saggista e attivista britannica. Considerata come una delle principali figure della letteratura del XX secolo. Fu attivamente impegnata nella lotta per la parità dei diritti tra i sessi. Nel periodo fra le due guerre fu fondatrice del Bloomsbury Group e figura di rilievo nell'ambiente letterario londinese.

Virginia, grazie ai genitori venne allevata in un ambiente riccamente influenzato dalla società letteraria vittoriana. Come era d'uso in quella società non le fu mai consentito di frequentare un istituto scolastico e della sua educazione si occupò la madre mentre il padre le consentì sempre di leggere i libri presenti nel suo studio.

Una serie di lutti familiari portarono al primo serio crollo nervoso di Virginia ai quali seguirono frequenti esaurimenti nervosi e crisi depressive che la portarono a diversi tentativi di suicidio. Iniziò a scrivere nel 1905 per un Supplemento del Times facendo conoscenza con molti intellettuali tra i quali colui che diventò suo marito Leonard Woolf. Ebbe anche diverse relazioni con donne come Violet Dickinson, Vita Sackville-West e Ethel Smyte che influenzarono la sua vita e le sue opere letterarie.

Il marito nel tentativo di aiutarla a superare la sua malattia fondò per lei una casa editrice, la Hogarth Press che pubblicò i romanzi di Katherine Mansfield, T.S. Eliot, James Joyce e della stessa Virginia. Il suo stato di salute comunque peggiorò finché il 28 marzo del 1941, all'età di 59 anni, Virginia si riempì le tasche di sassi e si annegò nel fiume Ouse nei pressi di Rodmell nel Sussex.

Le sue opere più famose comprendono i romanzi "La signora Dalloway" (1925), "Gita al faro" (1927), nei quali utilizza la tecnica del flusso di coscienza e "Orlando" (1927) dedicato all'amica e amante Vita Sackville-West. Tra le opere di saggistica emergono "Il lettore comune" (1925) e "Una stanza tutta per sé" (1929).

I suoi lavori sono stati tradotti in cinquanta lingue; si ricordano le traduzioni di Jorge Luis Borges, Marguerite Yourcenar e Nadia Fusini che ha anche scritto una bellissima biografia della Woolf.



# Dante

## Paradiso, canto XVII

**S**ono ben tre i canti che rappresentano la scalinata per giungere all'antenato Cacciaguida.

Il percorso è preceduto da un profondo silenzio che avvolge la croce luminosa, seguito da uno straordinario e inatteso fenomeno luminoso che dal braccio destro scende fino ai piedi della croce. Segue poi lo stupore del poeta sottolineato dall'uso della lingua latina che dà autorità e solennità al personaggio: sanguis meus (o sangue mio).

L'atmosfera è impregnata dalla teologia del tempo: tutto ciò che vive nell'universo ha ricevuto da Dio, all'atto della creazione, una forma e un ordine. La natura stessa recando questa impronta, non accoglie traccia di male. Solo il Creatore conosce tutti gli eventi che avverranno, poiché la storia umana è più breve d'un battito di ciglia. Soltanto l'uomo è dotato di libero arbitrio e la libertà è il dono più grande che Dio gli abbia fatto.

Il trisavolo Cacciaguida è insieme un antenato con un nipote. Dante che si consiglia con il suo avo è il Poeta che si consiglia con la sua coscienza.

“ TU LASCERAI OGNE COSA DILETTA  
PIÙ CARAMENTE; E QUESTO È QUELLO STRALE  
CHE L'ARCO DE LO ESSILIO PRIA SAETTA.

TU PROVERAI SI COME SA DI SALE  
LO PANE ALTRUI, E COME È DURO CALLE  
LO SCENDERE E 'L SALIR L'ALTRUI SCALE.”



Il colloquio tra i due nel suo complesso conserva una fisionomia domestica e affettuosa.

Nessuno più di una persona di famiglia poteva confortare Dante e consigliarlo nella sua sventura; e l'ha trovato in un antenato lontano.

Nel canto XVII, il canto dell'esilio, trovi la dignità del poeta, i suoi dolori e lo sdegno amoroso dell'esule. Il carattere si manifesta qui più chiaramente che altrove; cogli una forza morale sostenuta e temperata da tanta delicatezza.

Senza l'esilio la “Commedia” non sarebbe stata possibile.

Esso ha collocato Dante a una certa distanza da Firenze: egli ha potuto farsi suo giudice nell'oltremondo.

L'esilio gli ha tolto ogni cosa più cara ma sembra aver reso più ampia e più libera la sua mente.

È evidente che tutti i valori che in Cacciaguida si assommano tendono a riflettersi nel personaggio di Dante e che una spirituale affinità legghi il glorioso antenato al poeta.

La figura del poeta è avvolta in una tenera solennità visibile sia quando lascerà gli altri esuli che quando conoscerà l'umiliazione del mendicante.

Dante vede chiaramente la crisi dell'Impero e il disorientamento dei Cristiani, e ciò più radicata doveva farsi nel poeta la convinzione che il genere umano dovesse essere nuovamente condotto alla salvezza: dalle tenebre alla luce, dall'errore alla Grazia, dall'Inferno al Paradiso, ripetendo il viaggio che più che un simbolo scolpisce una confortante prefigurazione.

*Luciano Nardi*

# L'influenza della comunicazione nei rapporti che contano



Siamo inflazionati, avvolti, circondati dalla “Comunicazione”!

Si spazia dalla comunicazione digitale a quella informativa, quella istituzionale, di marketing, dei social media...ma restringiamo il campo, in questo articolo ci focalizzeremo sulle Comunicazioni Interpersonali, quelle che ci vedono maggiormente in contatto con i familiari, i colleghi di lavoro, gli amici, i clienti, i vicini, i fornitori abituali.

Conosciamo realmente da COSA è composta la comunicazione?

Qualche nota informativa sul massimo studioso che l'ha analizzata ed ha sviluppato la Teoria della comunicazione umana insieme ai suoi colleghi della Scuola di Palo Alto in California: Paul Watzlawick psicologo e filosofo austriaco naturalizzato americano nato nel 1921 e deceduto nel 2007 dal cui lavoro è nata la sua principale pubblicazione dal titolo “La pragmatica della comunicazione umana”.

In concreto vedremo cosa comprende la Comunicazione fra persone e quali sono i principi che la guidano partendo da dove ha origine il termine “**comunicazione**”: dal latino “com”, “con”, e “munire”, ovvero “legare” – significa “mettere in comune”, cioè condividere

informazioni, richieste, pensieri, opinioni, esperienze, sensazioni e sentimenti con gli altri.

Solitamente riteniamo che siano le parole che vengono utilizzate che ci permettono di interagire con le persone, in realtà i livelli comunicativi sono tre e tutti collegati tra loro: Verbale, Paraverbale e Non Verbale. Ognuno di questi tre aspetti incide sull'altro.

Contano le parole che usiamo, il tono di voce con cui le esponiamo e l'atteggiamento corporeo con cui ci avviciniamo.

Esempio: una parola apparentemente gentile come “grazie del pensiero” ma pronunciata con un tono di voce aspro e un atteggiamento rigido “non guardando la persona, o senza un sorriso, o con un gesto stizzito, o appoggiando con disinteresse l'oggetto ricevuto” vanificano la gentilezza del termine in quanto quello che si trasmette all'altro è una “incongruenza comunicativa” cioè quello che dico non è coerente con il come lo dico.

Sicuramente a tutti noi è capitato di trovarsi in situazioni analoghe o rilevarle in atteggiamenti altrui e ci siamo chiesti: “ma perché, cosa ho fatto? Cosa ho detto? Ho espresso cose carine/intelligenti/ educate/significative etc. e lui/lei ha reagito male!

Chiediamoci COME abbiamo espresso la nostra comunicazione e osserviamoci sul COSA il nostro tono di voce e il nostro comportamento hanno trasmesso perché sono questi due aspetti che manifestano all'altro la nostra influenza emotiva su ciò che stiamo dicendo con le parole.

Una comunicazione è efficace se i tre livelli V,PV, NV, sono congruenti e se la comunicazione è finalizzata ad entrare realmente in contatto con l'altro per dare e ottenere fiducia, o affermare, o tranquillizzare, o coinvolgere, o affascinare, o comprendere e farsi comprendere...

In sintesi:

> *la comunicazione verbale* è il canale in cui scorrono le parole e i loro significati.

La *comunicazione verbale* (V) si occupa di trasportare l'informazione. Questo livello interessa il contenuto formale della comunicazione, composto di parole dette, scritte o lette.

> Per *comunicazione para verbale* (PV) si intende il canale che veicola la comunicazione verbale, il canale attraverso cui parole e significati vengono esposti. La voce e le sue sfumature, il ritmo, la velocità trasmettono significati emotivi a quello che, nel verbale, è mero contenuto logico-grammaticale.

> Infine *la comunicazione non verbale* interessa il canale che accompagna visivamente e fisicamente i contenuti (V) e la voce (PV), parliamo quindi della dimensione relativa al corpo come lo sguardo, la mimica facciale, la postura, la rigidità o la scioltezza, la tensione o la rilassatezza, la gestualità.

Tutto il nostro non verbale (NV) volontario e involontario, rinforza o impoverisce ciò che diciamo e come lo diciamo.

Esempio: se qualcuno punta il dito verso l'interlocutore, associamo immediatamente quel gesto a un'accusa, o a un rimprovero, o a un giudizio, o a una minaccia.

Basta il gesto per caricare di significati la comunicazione!

Fare pratica nel fare attenzione a ciò che diciamo e come lo diciamo uniti all'ascolto autentico dell'altro, agevolano la capacità di creare e conservare relazioni più gratificanti anche in situazioni di divergenza e di contrasto in quanto nessuna relazione ne è immune anche se, a volte, facciamo finta di nulla per “il quieto vivere”.

Essere consapevoli che questi tre elementi, V-PV-NV, possono influire nell'agevolare o nel compromettere una relazione significa che siamo anche coscienti che

Comunicare è l'unico mezzo che l'essere umano ha disposizione per essere interconnessi gli uni agli altri, anche quando siamo in silenzio, anche quando crediamo che il non dire parole ci renda non comprensibili, in realtà l'interlocutore darà comunque una sua interpretazione al nostro comportamento decodificandolo attraverso la sua soggettiva percezione individuale.

“Non è possibile non comunicare” è il I° assioma della comunicazione di P. Watzlawick, così come non è possibile realizzare un non comportamento non è possibile non comunicare.

Anche se decidiamo di rimanere in silenzio o non presentarci a un appuntamento, o evitare di reagire ad una provocazione vera o presunta, questi comportamenti stanno comunque dicendo qualcosa di noi agli altri.

Credo sia interesse di ognuno essere a conoscenza di questi aspetti per poter ampliare la propria capacità comunicativa e darsi la possibilità di aggiungere un pizzico di attenzione in più nelle relazioni fra le persone in un contesto sociale in cui siamo immersi da stimoli comunicativi di ogni genere ma si ha poca cura di cosa e come li si esterna.

Mercedes Antonioli



# 10° CONCORSO LETTERARIO DI NARRATIVA E POESIA

2024-2025

## TITOLO

**Il bello della vita è nelle piccole cose:  
anche nel dire o ricevere un grazie...**

**Racconta con una narrazione o con una poesia come  
una "Piccola cosa" abbia lasciato un segno importante nella tua vita**

### REGOLAMENTO

- Il concorso è rivolto a tutti i corsisti che siano regolarmente iscritti in una sede Unitre nell'anno accademico in corso e che abbiano compiuto 18 anni.
- Gli elaborati potranno essere svolti e presentati singolarmente o in gruppo.
- Ogni autore potrà presentare una sola opera.
- Le opere devono essere scritte in lingua italiana, rigorosamente inedite e mai segnalate in altri concorsi.
- Vengono ammesse al concorso solo opere pertinenti al tema assegnato; le opere consegnate non saranno restituite.
- Per la narrativa gli elaborati non dovranno superare le 4 pagine A4, carattere Arial, dimensione 12 e spaziatura 1,5.  
Per la poesia gli elaborati non potranno superare i 35 versi, carattere Arial, dimensione 12.

I premi saranno assegnati dalla giuria alle diverse sezioni: Poesia e Narrativa e verranno consegnati alla fine dell'anno accademico.

Tutti i partecipanti riceveranno un attestato.

### MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE

Ogni concorrente dovrà consegnare in segreteria dell'Unitre di Cesano Maderno DUE BUSTE così confezionate:

- nella PRIMA INSERIRE IL SOLO ELABORATO (narrativa, poesia) senza nome e cognome;
- nella SECONDA UN FOGLIO con indicati: nome, cognome, recapito telefonico ed e-mail;
- chiudere separatamente le due buste e consegnarle in segreteria Unitre entro il 28 marzo 2025

# Nonni



La vita è costellata da tanti momenti importanti che restano indimenticabili, la nostra adolescenza, gli amici, il matrimonio, la nascita di un figlio, la morte di un padre o di una madre ma quello che veramente resta e lascia emozioni vere è la nascita di un nipote o, nel mio caso, di una nipotina.

Se poi quella nascita arriva quando la nostra età comincia a essere un po' avanzata, quando vedi quell'esserino così piccolo, ma che piange con dei volumi e dei toni che ti fanno credere che hai una futura cantante lirica in famiglia... allora sì che ti cambia veramente la vita.

Per lei faresti di tutto, le dai quelle attenzioni che non hai avuto da giovane per tuo figlio, perché allora avevi sempre così tanti impegni e una visione della vita davanti che non ti permetteva di avere spazio per lui.

Si dice che "i nonni viziano i nipoti" ma non è così, si dedicano ai nipoti in un modo diverso.

Aver vissuto già da genitore ci ha insegnato qualcosa che solo l'esperienza passata ti può dare, essere vicini, condividere la crescita di quella nipotina così estroversa ma anche così simpatica, con le sue emozioni, i suoi stati d'animo che cambiano ogni 5 minuti, così difficile da capire ma così semplice insieme.

Adesso il nostro obiettivo resta quello di invecchiare serenamente con un esserino a fianco che ci accompagna e che per noi diventa qualcosa di unico ed indispensabile, da seguire con attenzione.

Cresce in fretta, sembra ieri che piangeva disperatamente perché aveva fame e oggi è già un amore di bimba che corre, salta e ti riempie la giornata con la sua allegria ma quello che veramente ti provoca un'emozione incredibile è quando ti chiama: Nonnooo, con quel suo modo strano di dire le o.

Il tempo vola, oggi lo vediamo veramente perché ci accompagnano i nipoti, lo viviamo intensamente insieme a loro, stanchi morti dopo qualche ora vissuta insieme ma l'indomani non si vede l'ora di rivederli.

Comunque i nipoti ti accompagneranno in questa fase della vita, la rendono piena e ti fanno vivere un'esistenza gratificante che non si dimenticherà mai, grazie di esserci!

*Giuseppe Di Grado*

## Rubrica dei nonni

Riservata a tutti i nonni e le nonne che partecipano all'Unitre. Dateci notizie dei vostri nipoti, le renderemo pubbliche.

In caso di nascita: nome, data, ora, peso, il nonno/nonna che annuncia.

In caso di laurea: nome, data, specializzazione, titolo della tesi, voto, nome dell'università.

Potete lasciare l'annuncio in segreteria Unitre, oppure farcelo avere via e-mail: [giornale@unitrecesano.it](mailto:giornale@unitrecesano.it).





Università delle Tre Età - APS - UNITRE  
Via Federico Borromeo, 11 - Cesano Maderno - 20811 MB  
Tel. 0362 540 085 - Cell. 331 731 1773  
unitre@unitrecesano.it - [www.unitrecesano.it](http://www.unitrecesano.it) - [giornale@unitrecesano.it](mailto:giornale@unitrecesano.it)