



La Notizia LONDRA

CULTURA - SPETTACOLO - ECONOMIA - POLITICA - SPORT - INFORMAZIONE

Direttore Salvatore Mancuso Tel: 020 8879 1378 Mob: 07976 299 725

smlanotizialondra@gmail.com - www.smphtonewsagency.com

SMPhtonews - La Notizia Londra riceve i contributi previsti dalla legge per la stampa italiana all'estero



Private Medical Clinic

www.italiandoctors.co.uk



To order a print: +44 (0)7552 899528 - www.giodo.uk

chiaro: "in via eccezionale, per l'anno 2025", la rivalutazione automatica degli assegni "non è riconosciuta ai pensionati residenti all'estero" se ricevono "trattamenti pensionistici complessivamente superiori al trattamento minimo Inps". Minimo che per il 2024 era 598,61 euro al mese.

Creando figli e figliastri nella corresponsione delle pensioni l'Inps risparmierebbe 8,6 milioni di euro, che nel contesto del bilancio statale è una cifra quasi irrilevante. Basti pensare che nel 2023 ha pagato all'estero 353.514 pensioni (in 160 Paesi diversi) per un totale di un miliardo e seicento milioni di euro (il 2,3% del totale). Quelle versate a persone residenti in UK erano in tutto 8.657 (contro le 49.017 in Germania e le 29.528 in Francia)

In effetti la questione è più simbolica che di sostanza: chi all'estero prende la "minima" vedrà infatti aumentato il suo assegno di appena lo 0,8% e salirà a 616 euro al mese.

La maggior parte dei pensionati che a fine 2023 ricevevano le pensioni all'estero ha un assegno più basso del minimo, in molti casi perché dall'Italia ricevono soltanto una porzione di pensione (per gli anni lavorati in patria) integrata dalla pensione di uno stato estero.

Quelli penalizzati perché prendono più del minimo erano a fine 2023 60.746. Per oltre 42mila di loro non si può proprio parlare di pensione d'oro dato che il loro assegno mensile è infe-

A pag. 11

Pensionati INPS all'estero: trattati da figliastri

Ci sono figli e figliastri, si sa. In questo caso i figliastri sono i pensionati Inps all'estero, discriminati in modo plateale dalla legge di bilancio per il 2025 approvata dal governo Meloni.

Per il solo fatto che non risiedono dentro i patrii confini non avranno la pensione Inps rivalutata sulla base

dell'inflazione, a meno che non ricevano la minima o meno della minima. L'esclusione colpisce poco più di 60.000 persone, una buona parte dei quali ha un assegno inferiore a mille euro al mese.

La Finanziaria approvata a fine dicembre dal parlamento italiano parla

Servizi consolari: nel 2025 continueremo a migliorare

"Continueremo a lavorare per garantire che ogni membro della nostra comunità si senta sostenuto e rappresentato al meglio. Con lo sguardo rivolto al 2025, l'obiettivo è continuare a migliorare". È l'impegno preso dal Console Generale Domenico Bellantone nel tradizionale messaggio d'auguri per il Natale e l'Anno Nuovo rivolto alla comunità italiana di Londra.

Il diplomatico ha preso spunto dal messaggio "per soffermarsi sui risultati dei mesi passati, per tracciare bilanci e avviare nuovi progetti per il futuro".

"Nel 2024 - ha indicato il CG - la nostra comunità ha superato i 393.000 iscritti all'AIRE, con un aumento del 4% rispetto al 2023. Questo incremento ha portato a una maggiore richiesta di servizi consolari a cui il Consolato ha risposto rendendo sempre più efficienti le procedure. Quest'anno abbiamo finalizzato oltre 120.000 pratiche, con un aumento dell'11% rispetto al 2023; abbiamo emesso più di 41.000 passaporti, stabilendo un nuovo re-



CG Domenico Bellantone

cord con un incremento del 15%; il numero di carte di identità elettronica rilasciate è quasi raddoppiato".

Non basta: "Nel quadro dell'iniziativa "Consolato Spazio Aperto", sono stati organizzati 14 seminari e conferenze su tematiche di interesse per la nostra comunità. Tutto ciò anche con l'obiettivo di fare in modo che il nostro Consolato Generale non sia solo visto come un centro di erogazione di servizi ma anche come un luogo di

aggregazione ed incontro per i nostri connazionali".

"Sono risultati importanti, ma - ha sottolineato il Console Generale - non intendiamo fermarci qui. Sappiamo quanto sia essenziale avere servizi consolari funzionali e facilmente raggiungibili e continueremo a lavorare per garantire che ogni membro della nostra comunità si senta sostenuto e rappresentato al meglio. Con lo sguardo rivolto al 2025, l'obiettivo è continuare a migliorare. Guardiamo al futuro con determinazione, puntando a rendere il Consolato Generale d'Italia a Londra sempre più un punto di riferimento per tutti voi".

"L'augurio è - così tira le somme Bellantone - che il 2025 sia un anno di crescita e di soddisfazioni per ciascuno di voi, un anno in cui possiate realizzare i vostri progetti personali e professionali, sempre con la certezza di avere il Consolato al vostro fianco. Vi ringrazio per il senso di comunità e la fiducia che ogni giorno ci dimostrate". LaR

AULETTA: "CHE ABBIAMO FATTO NOI ITALIANI PER QUESTA NAZIONE? TANTO"

Un "ragazzo" di 80 anni, attivo più che mai e sempre pronto a mettersi a disposizione per gli altri italiani con qualche problema da risolvere: in un'intervista al nostro giornale Vincenzo Auletta, lucano doc, rievoca la sua lunga vita in UK (ci arrivò nel 1962 e per quasi mezzo secolo ha lavorato in posizioni anche di grande responsabilità nell'NHS) e ricorda quella volta che fu ricevuto a Buckingham Palace dalla Regina Elisabetta ("Per me è stata una gioia grandissima, ero talmente emozionato che non avevo parole").

Quando pensa di tirare i remi in barca, Cav. Auletta?

Vista la mia propensione ad essere a disposizione degli altri è una domanda a cui non riesco a rispondere. Oggi più che mai, vista l'intensa attività consolare in collaborazione con Padre Ziliotto. Impegna molto entrambi, perché c'è un'altissima richiesta di pratiche amministrative da parte degli abitanti della zona sud di Londra e una volta al



mece ci si trova a casa mia per raccogliere le impronte per i passaporti

Quante persone gestite in un mese?

Direi una cinquantina, consideri la difficoltà nel gestire questi numeri da parte del consolato e gli alti costi di trasporto che ricadono sui cittadini

Segue a pag. 12

Torna a casa, "cervello"!

A pag. 4

Tutti a Roma! è l'anno del Giubileo

A pag. 4

Summit della Pizza a Olympia

A pag. 6

Docuserie su italiani in UK

A pag. 8

COMITES DI LONDRA:

GLI IMPEGNI PER L'ANNO NUOVO



Nel 2025 "uno degli obiettivi principali del Comites di Londra sarà quello di raggiungere, supportare e relazionarsi con un numero sempre maggiore di Connazionali, utilizzando le moderne tecnologie, organizzando eventi sul nostro vasto territorio e, non da ultimo, interagendo con le importanti realtà associative che operano nella nostra Circostrizione Consolare".

È l'impegno preso da Alessandro Gaglione, presidente del Comites di Londra, in un messaggio d'auguri ai connazionali. A suo dire va fatto il possibile

affinché gli italiani in UK "non costituiscano solo una presenza numerica ma che diventino sempre più una Comunità".

"La Circostrizione Consolare di Londra che, nonostante il nome, comprende tutto il sud dell'Inghilterra ed il Galles, è unica al mondo sia numericamente, sia per composizione, e rispecchia in pieno quella di una grande città in Italia", sottolinea Gaglione nel messaggio.

LaR

L'ITALIA NON SI FRANTUMERÀ IN TANTI STATERELLI

L'Italia non si frantumerà in una serie di staterelli com'era prima dell'unità faticosamente raggiunta nel 1861: il rischio è stato sventato dalla Corte Costituzionale che lo scorso novembre ha posto un severo freno all'applicazione indiscriminata della controversa legge sull'autonomia differenziata.

Fortemente voluta dalla Lega, uno dei tre partiti di maggioranza che supportano il governo Meloni, la legge prevedeva che le regioni interessate potessero negoziare con lo stato centrale per ottenere piena autonomia in 23 diversi settori, dalla salute, all'istruzione, dall'energia ai trasporti, passando per cultura e commercio estero.

La sentenza della Corte Costituzionale non boccia il principio astratto alla base dell'autonomia indifferenziata ma riafferma in modo prioritario "l'importanza di un quadro normativo che salvaguardi l'uguaglianza tra i cittadini e l'unità dello Stato". A detta dei giudici supremi la riforma può andare avanti soltanto se sottoposta ad una drastica revisione in modo da assicurare una maggiore coerenza con i principi costituzionali e con il rispetto del principio di leale collaborazione tra Stato e regioni.

La sentenza richiama tre principi fondamentali che non vede rispettati a pieno nel testo di legge approvata dalla maggioranza.

Il primo riguarda il primato dei Livelli essenziali delle prestazioni (Lep): secondo la Corte i Lep devono essere determinati e garantiti prima di qualsiasi trasferimento di competenze alle regioni, per evitare che l'autonomia differenziata generi disuguaglianze nei diritti fondamentali dei cittadini.



Il secondo principio chiave è quello della solidarietà interregionale: l'attribuzione di nuove autonomie non deve tradursi in un privilegio per alcune regioni, ma deve rispettare i principi di equità e solidarietà previsti dall'art. 119 della Costituzione.

Il terzo punto essenziale riguarda il ruolo delle istituzioni nazionali: la Consulta rimarca infatti che fondamentale che Parlamento e Conferenza Unificata abbiano un ruolo significativo nella definizione e approvazione delle intese, per garantire un equilibrio tra autonomia regionali e interessi nazionali.

Facendo buon viso a cattivo gioco, la Lega capeggiata dal vicepremier Matteo Salvini si è impegnata a rimaneggiare la legge alla luce dei rilievi mossi dalla Corte Costituzionale. I partiti dell'opposizione e la stragrande maggioranza dei costituzionalisti danno però per morta e sepolta la spinta al drastico regionalismo differenziato (ben visto solo dalle ricche regioni del nord governate dalla destra) promosso dalla Lega.

LaRedazione

Google, ma perché l'Iran attacca Israele?

Nel corso del 2024 la domanda più frequente rivolta dagli italiani a google è stata: perché l'Iran attacca Israele? Riguarda il Medio Oriente anche il quesito al terzo posto (dopo quello sulle ragioni che animano la protesta degli agricoltori): perché Israele attacca il Libano?

Il Medio Oriente si conferma una grossa fonte di preoccupazione se si quantifica l'uso del popolare motore online per scoprire il significato di un'espressione o di una parola: in questa categoria gli italiani hanno chiesto in massa al loro fidato motore di ricerca online che cosa voglia dire "All Eyes on Rafah" (è uno slogan pro-palestinese) e hanno poi tentato di saperne di più su Cumbia (una musica folk della Colombia) e frascheria (capriccio, vanità, idea balzana).

Più prevedibili i personaggi di gran lunga più ricercati su google dagli italiani durante l'anno appena passato: svetta la cantante Angelina Mango, vincitrice dell'ultimo Festival di Sanremo (Sanremo è sempre Sanremo!). Seguita dalla



principessa Kate Middleton (per il cancro) e dalla tennista Jasmine Paolini (per la sua ottima performance). L'elefante in cristalleria, e cioè il neopresidente americano Donald Trump, è soltanto ottavo.

La guerra in Ucraina sembra totalmente scomparsa dai radar della Penisola (non figura in nessuna Top 10 delle più ripetute ricerche su google) mentre nella categoria "Cosa fare a...", la città più gettonata per informazioni in vista di una breve vacanza non è stata né Londra né Parigi, bensì Durazzo (Albania).

LaR

SI LAVORA A DIPLOMA EUROPEO DI LAUREA



A Bruxelles si lavora ad un altro importante passo verso l'integrazione del Vecchio Continente: la creazione di un diploma europeo di laurea, riconosciuto da tutti i Paesi Ue.

A fine dicembre la Commissione Ue ha pubblicato una relazione complessiva su sei progetti per dar vita ad un diploma europeo, basato su un programma congiunto alla luce di una serie comune di criteri concordati e realizzato su base volontaria. Unanime il consenso sul fatto un tale

diploma di laurea, proposto per la prima volta nel marzo scorso, rappresenterebbe un progresso significativo nell'istruzione superiore europea, creerebbe maggiori opportunità per gli studenti di tutta l'area Ue e attirerebbe molti giovani extra-europei.

Elaborata da 140 istituti di istruzione superiore e 17 ministeri, la relazione fornisce raccomandazioni su come approfondire la cooperazione transnazionale a livello universitario e contiene un elenco concordato di 16 criteri per il diploma europeo.

"L'istruzione - ha sottolineato Roxana Mînzatu, Vicepresidente esecutiva per i Diritti sociali - è un catalizzatore fondamentale per un' Ue forte, competitiva e preparata. Il diploma europeo è un passo importante per migliorare la qualità dell'istruzione europea, basandosi sulla mobilità degli studenti e fungendo da trampolino verso la quinta libertà. la circolazione delle conoscenze".

USB-C: NON AVRAI ALTRO CAVO ALL'INFUORI DI ME

Dallo scorso 28 dicembre è vietata in tutti i Paesi dell'Unione Europea la vendita di dispositivi elettronici come smartphones, tablets, tastiere, fotocamere, navigatori satellitari e altoparlanti portatili che non abbiano per la ricarica la porta Usb-c.

Anche la Apple si è piegata alla legge dopo aver fatto fuoco e fiamme a difesa del tradizionale e inconfondibile cavetto che utilizza da molti anni per i suoi iPhones e Ipad. Dal 28 aprile 2026, l'obbligo della porta Usb-c si estenderà ai

Anche il Regno Unito sta perseguendo Bruxelles che ha deciso il passaggio con una norma approvata di avvantaggiare i consumatori e salvataggio del pianeta sommerso. La vita dei consumatori viene

in prospettiva non ci sarà più bisogno di più caricatori a seconda dei dispositivi. Ne basterà uno. Con ovvio vantaggio per l'ambiente perché ridurrà la quantità di "immondizia elettronica".

Negli ultimi anni gli europei hanno speso in media 250 milioni di euro all'anno per l'acquisto di caricatori che diventano sovente obsoleti e superflui e vanno così ad alimentare le 11.000 tonnellate di "electronic waste" create ogni anno nel Vecchio Continente.

La legge approvata nel dicembre 2022 con l'obiettivo di una sua entrata in vigore nei 24 mesi successivi permette alle aziende del settore di continuare a sfornare caricatori con standard proprietari specifici (ad esempio capaci di ricariche molto veloci). L'importante è che la porta sia quella universale e ci sia il cosiddetto "usb power delivery" e cioè un protocollo di alimentazione condiviso.

"La regola" per l'introduzione del caricabatterie universale USB-C "vale per tutti, non è fatta contro nessuno. Non costringiamo nessuno a entrare nel mercato interno, ma ci sono delle regole che si applicano a tutti", aveva dichiarato l'allora commissario europeo per il Mercato interno, Thierry Breton, quando la norma sul caricatore universale era stata approvata e aveva aggiunto: l'UE "è il primo mercato digitale del mondo, il nostro ruolo è dare delle regole chiare ai consumatori e alle imprese".



- Immediate account creation
- 24/7 Ordering with Real-time stock availability
- £100 Minimum order in London & M25
- Best Value Pizza Essentials Range
- Nationwide Delivery Service
- Highest quality brands guaranteed

SALVO
1968

www.salvo1968.co.uk

The UK's Leading Online Italian Food Wholesaler

Supplying the restaurant and catering industry since 1968

SCAN HERE TO DOWNLOAD
OUR NEW APP

Use Code **CIAO10** to get
10% Off your first order

ciao@salvo1968.co.uk

0808 122 1968

2025, INCERTEZZA IL SENTIMENTO DOMINANTE

Incertezza: è questo il sentimento predominante tra gli italiani per le aspettative del 2025 che ha appena fatto i suoi primi passi. Secondo un sondaggio di Demopolis la vince di gran lunga su stati d'animo come speranza e fiducia (che sono merce sempre più rara...).

Non è chiaro dal sondaggio quale nesso ci sia con l'imperversante incertezza ma per gli italiani l'evento di gran lunga più importante del 2024 è la vittoria di Donald Trump alle elezioni presidenziali americane e poi vengono - altro fattore poco rassicurante - le guerre a Gaza e in Ucraina.

Se si spostano i riflettori sui problemi di casa gli italiani appaiono particolarmente preoccupati dal crescente degrado della sanità pubblica, dall'inarrestabile crisi dell'industria nostrana dell'auto e dai cataclismi provocati dal cambiamento climatico.

Unico evento che in qualche modo alza il morale: il trionfo del tennis italiano, con Jannik Sinner numero 1 al mondo.

Perché la Penisola viva in questo clima di incertezza lo spiega bene nel suo rapporto annuale il Censis.

"Il Paese - sottolinea l'autorevole centro ricerca socio-economica- si muove intorno a una linea di galleggiamento, senza incorrere in capitolomboli rovinosi nelle fasi recessive e senza compiere scalate eroiche nei cicli positivi". Serpeggiano "disincanto, frustrazione, senso di impotenza, risentimento, sete di giustizia, brama di riscatto, smania di vendetta ai danni di un presunto colpevole" ma questa sequela "non è sfociata in violente esplosioni di rabbia".

Altro dato negativo: "la spinta propulsiva verso l'accrescimento del benessere si è smorzata" e l'85,5% degli italiani, è convinto che sia molto difficile salire nella scala sociale mentre una consistente maggioranza - il 68,5% - ritiene che le democrazie liberali non funzionino più.

Il Censis avverte che gli italiani non sembrano preparati culturalmente al salto d'epoca all'orizzonte perché in parte privi di "conoscenze di base". Per fare qualche esempio (allarmante), il 49,7% degli italiani non sa indicare correttamente l'anno della Rivoluzione francese, il 30,3% non sa chi è Giuseppe Mazzini (per il 19,3% è stato un politico della prima Repubblica), per il 32,4% la Cappella Sistina è stata affrescata da Giotto o da Leonardo, per il 6,1% il sommo poeta Dante Alighieri non è l'autore della Divina Commedia...

L'involuzione culturale si accompagna ad un calo delle attività manifatturiere (cadute del 3,6% nell'ultimo anno). L'unico settore che si espande anno dopo anno è l'industria turistica, grazie soprattutto all'aumento della componente estera (+26,7%).

LaR

PROGRESSISTA MA NON DI SINISTRA?

PER EX-PREMIER CONTE SI PUÒ

Si può essere progressisti ma non di sinistra? Molti politologi ne dubitano ma per l'ex-premier Giuseppe Conte si può e il Movimento 5 Stelle da lui guidata è proprio questo: progressista ma non di sinistra, benché opposto alla destra, conservatrice di natura.

Alla ricerca di uno spazio che sembra sempre più ridursi per il partito fondato dal comico geno-veve Beppe Grillo, Conte non sembra molto in sintonia con le definizioni di progressista e sinistra consultabili sull'enciclopedia italiana per eccellenza, la Treccani.

Progressista è per la Treccani chi

"sostiene la necessità di accelerare il progresso, cioè l'evoluzione della società, nell'ambito politico, sociale ed economico, e si comporta e agisce di conseguenza (spec. in contrappo a conservatore, reazionario)". La stessa enciclopedia qualifica di sinistra "generalmente i partiti a carattere popolare e progressista originariamente di matrice liberale e successivamente di ispirazione socialista e comunista".

Sull'esistenza di uno stretto legame è ancora più categorica l'enciclopedia elettronica Wikipedia che considera il progressismo "una filosofia tipica delle

BYE BYE, LOCANDA LOCATELLI!

Il ristorante aperto nel 2002 dallo chef Giorgio Locatelli nel quartiere londinese chic di Marylebone ha chiuso per sempre i battenti subito dopo il cenone del New Year's Eve.

L'annuncio della "chiusura permanente" della Locanda Locatelli è stato dato a sorpresa su Instagram "con tristezza nei nostri cuori e per ragioni al di fuori dal nostro controllo".

L'avventura di Locatelli in UK, incominciata con crescente successo nel 1983, sembra però tutt'altro che conclusa: non a caso si legge nella stessa nota su Instagram che "quando si chi-

de una porta, se ne riapre un'altra" e si invitano quindi gli affezionati clienti del locale a seguire "i nostri social per aggiornamenti a proposito di un nuovo progetto". A quanto si sussurra, questo "nuovo progetto" consisterebbe nell'apertura di un ristorante in uno dei luoghi culturali più iconici di Londra: la National Gallery.

Locatelli è diventato molto famoso anche in Italia grazie alla televisione, come giudice di "Masterchef". La sua locanda aveva 80 coperti e vantava dal 2003 una stella Michelin.

LaRedazione



I POLLEDRI OVVERO LA FAMIGLIA PRIMA DI TUTTO

A cavallo tra il 19esimo e 20esimo secolo quattro fratelli di origine contadina - Antonio, Giacomo, Giuseppino e Giovanni Polledri - partirono con le loro famiglie da Morfasso in provincia di Piacenza alla volta dell'Inghilterra nella speranza di un futuro migliore, seguendo le orme di numerosi altri emigranti italiani prima di loro.

Quel viaggio ha pagato, tanto che i loro discendenti hanno preso l'abitudine di incontrarsi due volte all'anno, tenendo quindi vivi e saldi i rapporti

di parentela. L'ultimo rendez-vous è avvenuto lo scorso 10 novembre al ristorante "Little Italy" di Soho, gestito da due membri dell'estesa famiglia: Antonio e Luigi Polledri.

All'appuntamento erano presenti centoventicinquere persone legate ai quattro fratelli partiti più di 120 anni fa da Morfasso, la più giovane di due anni e la più vecchia di novantacinque. Vi ha partecipato anche padre Alberto Vico, direttore della casa di riposo Villa Scalabrini, che ha dato loro la benedi-

zione.

L'incontro conviviale ha permesso la raccolta di 4.400 sterline, devolute in parti eguali per charity a Villa Calabrin e alla Fondazione Sam Polledri.

I Polledri si vantano di essere riusciti a trovare in UK quel futuro migliore agognato dal quartetto di fratelli piacentini ma soprattutto di essere finora rimasti fedeli al famoso motto dei tre moschettieri, "Uno per tutti, tutto per uno".

La famiglia Polledri è strettamente associata all'iconico Bar Italia aperto nel 1949 a Soho, in Frith Street dove si trova anche il ristorante Little Italy. E il ramo della famiglia che gestisce il Bar Italia ha appena fatto il bis aprendo un secondo - in stile avveniristico - nell'Outernet Now Building Tottenham Court Road Station.

Va detto che fa parte della famiglia anche il ventinovenne Jake Polledri, che è nato a Bristol e ha giocato con successo nella nazionale italiana di rugby.

LaR



Nino Polledri con i suoi parenti più stretti nel nuovo avveniristico Bar Italia di Tottenham Court Road

politiche di sinistra".

Padre padrone del M5S dopo aver estromesso Grillo a colpi di referendum degli iscritti, Conte - che è stato a capo di due governi, il primo in sodalizio con un partito di destra-destra come la Lega - si è palesemente inventato l'etichetta di progressista indipendente nel tentativo di distinguersi il più possibile dalla più importante compagine politica della sinistra italiana e cioè il partito democratico (PD). "Quelli di sinistra" - ha spiegato Conte in un'intervista - votano la commissione Ursula, noi no. Quelli di sinistra mandano le armi a oltranza in Ucraina, favorendo l'escalation, noi no. Aggiun-

go: queste cose il Pd le ha votate assieme a Giorgia Meloni. Per questo ci definiamo "progressisti indipendenti". Perché siamo un'altra cosa, del tutto nuova ed originale".


Malgrado alle prossime elezioni legislative le opposizioni potranno insidiare l'attuale maggioranza di centro-destra soltanto se faranno tutte assieme fronte comune, Conte ha avvertito che se si vo-tasse oggi l'M5S non farebbe alleanze se il PD non aderisce alla strategia "No a Ursula, no alle armi". "È la logica conseguenza della nostra coerenza. Questi punti per noi sono assolutamente di-scriminanti", sostiene.

LaR




Italian Food
Crafted, Imported & Delivered with Passion
Since 1966


WWW.CARNEVALE.CO.UK




Dairy Products




Premium Sausages



CARNEVALE
Established 1966
Prodotti di Qualità



Fresh Pasta



Cured Meats

C. CARNEVALE LTD
CARNEVALE HOUSE, 107 BLUNDELL STREET, LONDON N7 9BN
Phone: 020 7607 8777 • info@carnevale.co.uk

BRANCHES
BEDFORD: 01234 607 700
GLASGOW: 0141 882 7223
HUDDERSFIELD: 01484 514117
BRISTOL: 01179 374 980

TORNA A CASA, "CERVELLO"!

Si moltiplicano in Italia le iniziative per agevolare il rientro dei cervelli, nella consapevolezza che non ci sarà un grande futuro per la Penisola se i giovani più preparati e motivati continuano a espatriare alla ricerca di migliori opportunità di lavoro.

Basta un dato per capire quanto il problema sia cruciale: dal 2012 al 2022, 138mila giovani laureati (25-34 anni) hanno lasciato l'Italia, attirati da migliori opportunità di retribuzione e carriera.



Massimo Ungaro

Una serie di proposte "Per il ritorno dei talenti italiani" è stata presentata lo scorso 9 dicembre a Roma alla Camera dei Deputati dalle associazioni Orizzonte Italia e United Italian Societies h.

"La prima proposta - ha spiegato Guglielmo Santamaria, Managing Director di United Italian Societies - si chiama "Vado e Torno": si tratta di borse di studio destinate agli studenti meritevoli e con limitate possibilità economiche che desiderano intraprendere percorsi universitari d'eccellenza all'estero, vincolati al ritorno in Italia".

"Le borse di studio sarebbero destinate - ha aggiunto Niccolò Babbini, Global Head dell'Italian Symposium e direttore presso United Italian Symposium - a studenti le cui famiglie sono al di sotto di un certo ISEE, lo stesso individuato dal Ministro dell'Università per studiare sul territorio italiano. I fondi erogati dal Ministero non coprirebbero solo la retta, ma anche il vitto e alloggio dello studente. Le aziende italiane che parteciperanno al programma potranno pubblicare all'interno di un portale le loro opportunità di

lavoro e lo studente, finito il percorso triennale, potrà rientrare in Italia già con un lavoro, portando con sé tutto il bagaglio di conoscenze conseguito all'estero. In alternativa, lo studente può tornare in Italia per proseguire il suo percorso accademico, o ancora, posticipare il suo rientro, continuando a studiare all'estero".

Ulteriori proposte riguardano la semplificazione del riconoscimento dei titoli di studio esteri, per favorire il rientro di laureati e ricercatori, e gli incentivi fiscali. Sarebbe utile oltre a incentivare l'offerta di personale qualificato, riducendo le tasse per i lavoratori, creare un incentivo a favore dell'azienda che assume un lavoratore che rientra dall'estero, come una riduzione dei contributi a suo carico.

"Le proposte si focalizzano su misure innovative per incentivare lo sviluppo delle competenze d'eccellenza e il ritorno dall'estero dei talenti italiani. Crediamo che il nostro Paese possa fare molto di più per valorizzare il talento italiano che si trova all'estero, sia promuovendone il rientro sia sfruttan-

do meglio il potenziale di chi rimane fuori", ha sottolineato Giulio Gottardo di Orizzonte Italia, dottorando di economia all'Università di Oxford e research fellow in SDA Bocconi con il PNRR Lab.

Alla fine dello scorso novembre un gruppo di cittadini rientrati in Italia dall'estero (tra di essi ex-parlamentare Massimo Ungaro) ha fondato dal canto suo l'associazione 'Italia Chiama' che "aspira a creare una rete tra quelle esperienze che vogliono confrontarsi sul futuro del Paese, chiedendo ai tanti italiani controesodati che si sono fermati in diversi settori un contributo culturale e di idee slegato dal dibattito partitico odierno e con un orizzonte di lungo termine".

"Negli ultimi anni - ha dichiarato Ungaro - abbiamo incentivato il ritorno dei cosiddetti cervelli soprattutto per accelerare il cambiamento culturale di cui ha bisogno il nostro paese per affrontare il futuro. Molti sono tornati non solo per gli sconti fiscali ma anche per dare un contributo, e con Italia Chiama vogliamo metterli in condizione di farlo. Per uscire dalla stretta della crescita anemica e del debito pubblico, all'Italia servono non tanto nuove risorse quanto una narrazione nuova,

basata sui valori dell'uguaglianza di opportunità, del metodo scientifico, dell'impresa individuale, dell'Europa unita e dell'inclusione".

"Con Italia Chiama - ha sottolineato un altro animatore dell'associazione "civica e "apartitica", il manager Giulio Del Balzo - nasce una comunità che si mette in ascolto, raccoglie idee e scrive una nuova visione per il futuro del paese trapiantando 'geni positivi' dall'estero. Italia Chiama vuole essere una fucina di idee che mette in discussione lo status quo attraverso un dibattito plurale, chiedendo un contributo alle tante energie disperse in Italia e nel mondo".

A cavallo tra novembre e dicembre "Italia Chiama" ha esordito con tre giorni di incontri, dibattiti e gruppi di lavoro a Milano per la messa a punto di ricette rientra-cervelli. LaR



A Roma sono attesi da 30 a 35 milioni di pellegrini per il Giubileo 2025, iniziato ufficialmente lo scorso 24 dicembre quando Papa Francesco, in carrozzella per le non buone condizioni di salute, ha aperto con rito solenne la Porta Santa della basilica di San Pietro, altrimenti sempre chiusa, e ha detto: "Varchiamo la soglia ed entriamo nel tempo della Misericordia e del perdono, perché a ogni uomo e a ogni donna sia aperta la strada della speranza".

Quello appena iniziato è il venticinquesimo Giubileo universale ordinario della storia della Chiesa cattolica.

Il Giubileo, detto anche Anno Santo, è l'anno della remissione dei peccati, della riconciliazione, della conversione e della penitenza sacramentale.

Concede ai pellegrinaggi in arrivo a Roma dai quattro angoli della Terra l'indulgenza plenaria. L'ultimo risale al 2000 mentre il primo fu indetto da papa Bonifacio VIII nel 1300.

Dal 29 dicembre al 5 gennaio altre tre Porte Sante sono state aperte (oltre ad una quarta simbolica il giorno di Santo Stefano nel carcere romano di Rebibbia): quelle di San Giovanni in Laterano, della Basilica di Santa Maria Maggiore, e della Basilica di San Paolo fuori le mura.

"Il Giubileo - ha scritto Papa Francesco quando nel 2022 ha affidato a monsignor Rino Fisichella la preparazione dell'evento -ha sempre rappresentato nella vita della Chiesa un evento di grande rilevanza spirituale, ecclesiale e sociale. Da quando Bo-

GIUBILEO: 30-35 MILIONI DI PELLEGRINI ATTESI A ROMA

nifacio VIII, nel 1300, istituì il primo Anno Santo - con ricorrenza secolare, divenuta poi, sul modello biblico, cinquantennale e quindi fissata ogni venticinque anni -, il santo popolo fedele di Dio ha vissuto questa celebrazione come uno speciale dono di grazia, caratterizzato dal perdono dei peccati e, in particolare, dall'indulgenza, espressione piena della misericordia di Dio. I fedeli, spesso al termine di un lungo pellegrinaggio, attingono al tesoro spirituale della Chiesa attraversando la Porta Santa e venerando le reliquie degli Apostoli Pietro e Paolo custodite nelle Basiliche romane. Milioni e milioni di pellegrini, nel corso dei secoli, hanno raggiunto questi luoghi santi dando testimonianza viva della fede di sempre".

L'Anno Santo 2025 si concluderà con l'Epifania del 2026 e sarà scandito da numerosi eventi religiosi e sociali. Tra luglio e agosto è ad esempio previsto il Giubileo dei Giovani che richiamerà circa due milioni di partecipanti, confermando il forte impatto globale di

questa kermesse religiosa.

Un simbolo centrale di questo mega-evento è Piazza Pia, recentemente rinnovata e pedonalizzata con un investimento di 85 milioni di euro. La piazza collega Castel Sant'Angelo alla Basilica di San Pietro ed è ora in grado di ospitare fino a 150 mila persone e rappresenta il legame fisico e spirituale tra Italia e Vaticano.

La parola Giubileo prende nome dallo yobel, il corno di montone, il cui suono annuncia il Giorno dell'Espiazione (Yom Kippur) e anche quello 2025 si profila come una manna per ristoranti e alberghi della città eterna. Richiede anche un costoso e massiccio dispiegamento di dispositivi di sicurezza, in particolare per il timore di attentati da parte di "lupi solitari" islamisti. Controlli con metal detector, barriere anti-kamikaze, dispositivi anti-drone, unità cinofile e tiratori scelti sui tetti garantiscono l'incolumità dei pellegrini. "La vigilanza è necessaria, ma senza cedere ad inutili allarmismi", ha dichiarato il ministro dell'Interno,

Matteo Piantedosi.

Per l'occasione l'Italia ha anche creato uno speciale visto "Turismo-Giubileo", disponibile per chi partecipa ai pellegrinaggi a Roma organizzati dalle Chiese locali. La richiesta dello speciale visto "Turismo-Giubileo" è riservata esclusivamente ai pellegrini che partecipano ad un pellegrinaggio diocesano (o di una comunità interna alla diocesi)..

Altra novità: per la prima volta il Giubileo ha una mascotte, battezzata Luce. Si tratta di una bambina pellegrina, con occhioni azzurri a illuminarle il volto, l'anorak giallo sulle spalle, una bella croce missionaria sul petto, il bastone del viandante e gli scarponcini infangati per il tanto cammino verso Roma. LaR



Est. 2003

CIBOSANO

AUTHENTICALLY ITALIAN

@cibosanoldt

21

ANNIVERSARIO

Est. 2003

Head Office

☎ 01992 804 716 ✉ orders@cibosano.co.uk

📍 Unit 4, I.O. Centre, Lea Road, Waltham Cross, Waltham Abbey, EN9 1AS

Scotland Branch

☎ 01506 901 557 ✉ scotlandorders@cibosano.co.uk

📍 Unit 19, Inchwood Park, Starlaw Road, Bathgate, Edinburgh, EH48 2FY

GAZA: IL PAPA ACCUSA ISRAELE DI CRUDELTÀ E SI CHIEDE SE NON SIA GENOCIDIO

Papa Francesco ha accusato Israele di crudeltà per la guerra a Gaza, dopo essersi chiesto se lo stato ebraico non abbia intrapreso una vera e propria forma di genocidio nei confronti del popolo palestinese.

Di "crudeltà" il pontefice ha parlato lo scorso 21 dicembre prendendo spunto dal fatto che il "ieri sono stati bombardati bambini". "Questa è crudeltà, questa non è guerra...voglio dirlo perché tocca il cuore", ha commentato con durezza.

La parola genocidio era stata invece menzionata dal capo della Chiesa Cattolica a metà novembre, in un libro da lui scritto per il Giubileo.

"A detta di alcuni esperti, ciò che sta accadendo a Gaza - ha affermato papa Francesco - ha le caratteristiche di un genocidio. Bisognerebbe indagare con attenzione per determinare se si inquadra nella definizione tecnica formulata da giuristi e organismi internazionali".

Queste critiche sono state respinte con sdegno dal governo del primo ministro Benjamin Netanyahu.

"Il 7 ottobre 2023 c'è stato un massacro genocida di cittadini israeliani e da allora Israele ha esercitato il proprio diritto di autodifesa contro i tentativi provenienti da sette diversi fronti di uccidere i suoi cittadini. Qualsiasi tentativo di chiamare questa autodifesa con qualsiasi altro nome significa isolare lo Stato ebraico" ha reagito a novembre



l'Ambasciata Israeliana presso la Santa Sede.

"Le osservazioni del Papa - ha risposto dal canto suo il ministero degli esteri israeliano alle accuse di crudeltà - sono particolarmente deludenti in quanto sono scollegate dal contesto reale e fattuale della lotta di Israele contro il terrorismo jihadista, una guerra su più fronti che gli è stata imposta a partire dal 7 ottobre. Basta con i due pesi e le due misure e con il prendere di mira lo stato ebraico e del suo popolo".

I rapporti tra Vaticano e Israele hanno chiaramente conosciuto giorni migliori LaR



CLUB DI LONDRA: SINDACO USCENTE DELLA CITY AL POSTO DI SIR ROCCO

Cambio della guardia al vertice del Club di Londra: sir Rocco Forte lascia la carica di presidente e al suo posto subentra Michael Mainelli, sindaco uscente della City.

Il passaggio delle consegne è stato annunciato lo scorso 16 dicembre durante la tradizionale cena di Natale del Club, al Brown's Hotel.

Rocco Forte ha motivato le dimissioni dall'incarico con i crescenti impegni professionali e con il recente trasferimento della sua residenza in Italia.

Dopo "un'attenta valutazione", il Consiglio Direttivo ha individuato in una "figura di spicco" e cioè il Prof. Michael Mainelli il "successore ideale" per guidare il Club a partire da gennaio 2024. "Sono onorato di passare il testimone a una figura come il Prof. Michael Mainelli, certo che sa-

prà dare nuova energia e continuità alla nostra missione," ha dichiarato Sir Rocco, che resterà parte del Club in qualità di Presidente Onorario.

"È un onore - ha dichiarato dal canto suo l'ex-lord mayor - essere chiamato a ricoprire la presidenza di un'organizzazione così prestigiosa e influente. Pur avendo in programma di potenziare i successi di quasi quattro decenni, intendo rimanere fedele al cuore e all'anima di questa straordinaria comunità italo-britannica."

Alla cena del Club di Londra, sulla breccia dal 1986 con la missione di rafforzare ancor più i rapporti Italia-UK, hanno preso parte il Console Generale Domenico Bellantone, il direttore dell'ufficio londinese dell'ITA Giovanni Sacchi e il direttore dell'Istituto di Cultura Francesco Bongarrà. LaR



FOR JOBS OPPORTUNITY
PLEASE EMAIL:
INFO@TENTAZIONIUK.COM
ALL INQUIRIES WELCOME

Italian top quality Food

TENTAZIONI UK

EST. 2005

FIRST LONDON'S

ITALIAN CASH & CARRY AND WHOLESALE
(CASH & CARRY NOW OPEN TO PUBLIC)



UNIT G1, 56 MAGNET RD, WEMBLEY HA9 7FP

T 020 8427 6336 - WWW.TENTAZIONI-UK.COM - EMAIL INFO@TENTAZIONEUK.COM



A OLYMPIA LA VERA PIZZA IN TUTTE LE SUE DECLINAZIONI

Crocante, sottile come un'ostia, soffice con varie gradazioni di spessore, con un cornicione più o meno importante: prima ancora che i topping il segreto della vera pizza sta nel sapiente mix di farina alla base, come si è toccato con mano all'European Pizza Show 2024 che nei suoi due giorni d'apertura – il 26 e 27 novembre scorsi – ha attirato all'Olympia di Londra quasi diecimila visitatori (per la metà in arrivo dall'estero).

È stata un'occasione più unica che rara per assaggiare pizze di ogni tipo. Basti pensare che 277 brand del settore Food & Beverage vi hanno presentato più di 4.500 prodotti (in buona parte pure leccornie...) offrendo una panoramica completa delle ultime tendenze in fatto di ingredienti, attrezzature e servizi.

Organizzato da Bellavita Expo, Cibus Parma e TuttoFood Milano, che ne vogliono fare un evento annuale dato il successo riscontrato, l'European Pizza Show 2024 puntava a fissare un nuovo standard di innovazione e qualità per il più popolare piatto della cucina italiana e a sviluppare contatti e connessioni nel settore e ha attirato particolare attenzione verso protagonisti del settore come Carnevale, Cibosano,

Salvo 1968, MFP Pizza Flour, Marco Fuso, Caputo, Casa Julia, La Credenza, Tentazioni, Gelati Ariela, Cirio, Biscottificio Paolo Forti.

Oltre alle tantissime degustazioni, la "due giorni" di Olympia ha ospitato il World Pizza Summit, con più di 50 relatori internazionali che hanno discusso delle opportunità e delle sfide emergenti nel settore. Ha fatto anche da sfondo alla cerimonia per i Bellavita Awards, premi annuali che celebrano le eccellenze nel settore alimentare e delle bevande in cinque distinte categorie.

Valutati da 215 esperti internazionali con il supporto del Cibus Buyer Programme, i premi sono stati assegnati a Base per Pizza Senza Glutine di Revolution Food (Miglior Prodotto), Maurino - Olio Extra Vergine d'Oliva Biologico di Scovaventi (Miglior Packaging), Buratina di La Latteria (Miglior Storytelling), Fior di Latte a Lenta Maturazione di Sorì (Miglior Ingrediente) e Gelato Foresta Nera a Base d'Acqua di Ariela's Gelato (Prodotto Più Innovativo).

Non basta. La kermesse gastronomica di Olympia è servita anche da cornice per l'European Pizza Chef Competition, con una giuria composta da pizzaioli di fama mondiale come Davi-



de Civitiello, Antonio Falco, Errico Porzio, Peppe Cutraro, Michele Pasarella, Fabrizio Polacco e Alberto Buonocore.

Due i vincitori dell'European Pizza Chef Competition. Elio Barbone, Pizzeria Pellone a Londra in East Finchley, l'ha spuntata nella categoria Pizza Napoletana Tradizionale mentre per la Pizza Contemporanea ha primeggiato Wojciech Madys, Neapolska Pizzeria, a Czesotkowa in Polonia. Nella lista "50 Top World Artisan Pizza Chains", stilata dalla guida "Top Top Pizza" per segnalare le migliori catene artigianali di pizzerie al mondo, la prima posizione è stata assegnata al gruppo spagnolo Grosso Napoletano.

Dal canto suo la Federazione Italiana Chefs nel Regno Unito ha organizzato, sempre all'interno dell'evento, un concorso per il migliore Pasta Chef, sponsorizzato dalla Cirio, azienda famosa principalmente per i pomodori in lattina. Due i premi assegnati da questo concorso con un assegno di

1000 sterline ciascuno: il primo ad Andrea Zanzarella che ha cucinato degli Schiaffoni con crema di fagioli cannellini, cozze, alici, crema all'aglio nero, taralli, olio infuse e cialda di Pecorino Romano, e il secondo a Giovanni Gianusa che ha preparato degli Spaghetti al Pomodoro Ricordi Del Sud usando un ingrediente per ogni regione del sud Italia come la nduja, le acciughe, la burrata ed il pecorino sardo.

"L'European Pizza Show di Londra - ha dichiarato soddisfatto Aldo Maz-

zocco, CEO di Bellavita Expo - ha superato tutte le aspettative, accogliendo quasi 10.000 visitatori in due giorni, inclusi ospiti da 34 paesi al di fuori del Regno Unito. Siamo orgogliosi di essere il punto di riferimento globale per il settore della pizza, riunendo sia i principali marchi internazionali che innovatori emergenti. I feedback estremamente positivi confermano la fiducia del settore nel nostro evento come piattaforma per costruire connessioni significative e favorire la crescita. C.P.



Salvatore Mancuso, direttore del nostro giornale, figura tra le personalità di Londra che lo scorso 16 dicembre in una location davvero suggestiva e inconsueta – l'interno della grande chiesa italiana di St Peter a Clerkenwell – sono state premiate per il

Direttore "SM La Notizia Londra" tra i premiati con "Italian Food & Beverage Award"

loro impegno a difesa e promozione dell'autentico "Made in Italy", si tratti di importatori, comunicatori, avvocati.

La cerimonia per la consegna degli "Italian Food & Beverage Awards" – preceduta da una messa officiata dal parroco, Padre Andrea - è stata abbinata ad una successiva degustazione di prodotti pugliesi doc organizzata

nell'oratorio della chiesa (olive grandi quasi come un uovo, burrata, sottaceti e anche un panettone con l'olio al posto del burro, chiamato gustamente Panettolio, prodotto a Corato in provincia di Bari dalla ditta Pozzoserpi).

L'evento "è un riconoscimento della capacità dell'uomo di lavorare per l'uomo ed è quello che Dio vuole", ha

sottolineato il sacerdote.

Tra i premiati anche il direttore dell'ufficio ITA di Londra Giovanni Sacchi e il deputato leghista Simone Billi, presidente del comitato sugli Italiani nel Mondo.

Ricevendo il premio ("un riconoscimento che mi riempie d'orgoglio") Billi ha tenuto a sottolineare come il suo impegno per la comunità italiana all'estero non è mai di parte ma punta al bene comune. A suo giudizio lo svolgimento della cerimonia "in una location suggestiva e carica di signifi-

cati anche spirituali com'è la St. Peter's Italian Church" conferma che la chiesa "è un forte punto di aggregazione per la comunità italiana".

Istituiti nel 2008 a New York da Giusi Malcangi, direttrice di Puglia Top Quality, e assegnati ogni anno sia nella Grande Mela che a Roma, gli "Italian Food & Beverage Awards" puntano a segnalare "le eccellenze italiane", in particolare quelle nel settore agroalimentare. L'evento del 16 dicembre alla St Peter's Church è stato il loro debutto nel Regno Unito. L

LaR

ADL | ADL SOLICITORS

ADL Solicitors is an English and Italian well established law firm based in the city of London

- Italian and English Probate • Will Drafting • Litigation • Franchising
- Medical Negligence/No Win No Fee • Commercial & Corporate Law

Avv. Gerardo Arovitolo is one of the firm's founding Partners

131-133 Cannon St, London EC4N 5AX - Telephone: 0207 929 4311 - Mobile: 07888 840318
gerardo@adlsolicitors.com www.adlsolicitors.com



“BOND STREET AWARD” A LONDON ONE RADIO PER I SUOI 10 ANNI



London One Radio, unica emittente in italiano su piazza a Londra, ascoltabile online, ha compiuto 10 anni e per il raggiungimento di quest'importante traguardo il suo fondatore

e mattatore Philip Baglini è stato premiato alla cerimonia 2024 dei “Bond Street Awards”, avvenuta lo scorso 4 dicembre in una cornice d'eccezione: la Cholmondeley Room e la terrazza della Camera dei Lord con affaccio imperdibile sul Tamigi.

Il toscano Baglini (nativo di Pietrasanta e che sia toscano lo dice il suo inconfondibile accento) si è commosso quando l'onorificenza gli è stata rimessa dall'ambasciatore d'Italia in UK Inigo Lambertini.

Nell'intenzione degli organizzatori, capeggiati da Giuseppe Masella, consulente “in business restructuring solutions and global strategies”, i “Bond

Street Awards” hanno l'ambizione di segnalare ogni anno una serie di imprenditori, manager e compagnie che hanno raggiunto livelli di “eccellenza mondiale” in vari campi e che posseggono una “cultura del business corrispondente ai più alti standard etici e professionali”. I premi, assegnati a partire dal 2016, vogliono anche essere un'occasione per creare una piattaforma di “networking”.

Tra i sedici vincitori dell'edizione 2024 spiccavano oltre a Philip Baglini l'imprenditore Roberto Costa nuovo presidente della Camera di Commercio italiana a Londra (presente nella capitale britannica con le sue macelle-



Premiati e organizzatori

rie), l'architetto Piero Luigi Cerano, l'immobiliarista Tony Di Piazza, l'industriale Luigi Ceruti Puricelli, l'artista polivalente Beppe Stanco, l'esperto in cybersecurity Luca Tagliaretti e la soprano Lucia di Bella.

Roberto Costa e Lucia di Bella hanno ricevuto il “Bond Street Award” dalle mani del console generale d'Italia a

Londra Domenico Bellantone.

Alla affollata serata dentro la House of Lord era presente Paolo Capone, segretario generale dell'UGL, un sindacato italiano nato nel 1996 come erede della Cisl (sindacato storicamente vicino al defunto partito neofascista MSI, Movimento Sociale Italiano).

GIOVANI TALENTI ITALIANI: IN UK FANNO CARRIERA E SONO PREMIATI

questo sono stati segnalati in quattro distinti concorsi (Italy Made Me 2024; Paravani-Mellinghoff Scholarship; Talented Young Italians 2024 e Il Circolo Awards 2024: The power of dialogue).

La serata si è aperta, alla presenza dell'ambasciatore Inigo Lambertini, con l'assegnazione dei riconoscimenti “Italy Made Me 2024” a Federica Alice Antonio, Andrea Luppi, Federica Ragueo, Giacomo Fabrini, Alessandro Suglia, Elena Spinelli e Federica Bruni.

I primi cinque hanno sviluppato progetti di alto spessore scientifico sotto supervisione mentre le ultime due hanno compiuto ricerche di carattere letterario.

Equindi toccato alla Paravani-Mellinghoff Scholarship, assegnata quest'anno assegnata a Margherita Parimbelli.

La serata è poi proseguita con i vincitori dell'edizione 2024 del concorso “Talented Young Italians”: Maria Fiori per Finance and services; Gianluca

Sardi per Industry and commerce; Mattia Marcelli per Hospitality; Marco Pavoni per Arts and culture; Jasmin Cuppone per Media and Communication; e Luca Antonelli per Research and Innovation.

Il Premio “Il Circolo: The power of dialogue” è andato infine a Beatrice Limonti, Shide Mazaheri e Sebastian Willis.

LaRedazione



Una serata all'insegna dei giovani talenti italiani nel Regno Unito. È quella che si è svolta il 4 dicembre nell'Ambasciata d'Italia a Londra con una raffica di premiazioni.

In tutto sono stati diciassette i giovani italiani che hanno intrapreso una carriera di successo in UK nei campi più disparati delle scienze, della tecnologia e della letteratura e che per

Bringing you the very best from Italy

SAN CARLO
CICCHETTI
BAR | RISTORANTE | CAFFÈ | CICCHETTI

Covent Garden
30 Wellington St, London WC2E 7BD
Tel: 020 7240 6339

OPEN NOW



SAN CARLO
CICCHETTI
BAR | RISTORANTE | CAFFÈ | CICCHETTI

215. PICCADILLY, LONDON, W1J
9HL Tel: 0207 4949435

Cicchetti :- (pronounced chi - KET - tee) are small dishes, typically served in cicchetti bars in Venice. You can make a meal of them by ordering several plates which can be shared between friends.

WWW.SANCARLOCICCHETTI.CO.UK

@SC_Cicchetti

facebook.com/sancarlogroup



Con il cruciale supporto dell'agenzia ICE undici promettenti startup italiane sono sbarcate a Londra dove nel corso di cinque settimane hanno seguito un "percorso di accelerazione" allo scopo

di sviluppare al meglio le soluzioni innovative di cui sono portatori e di andare alla ricerca di nuovi investitori.

Questa esperienza è culminata lo scorso 28 novembre 2024 in un even-

Percorso di accelerazione a Londra per 11 start-up della Penisola

to all'Ambasciata d'Italia nel Regno Unito - il Final Demo Day - che ha permesso alle 11 startup italiane di mettere in mostra l'innovazione e il talento italiani di fronte a un pubblico selezionato di leader del settore tecnologico, investitori e partner britannici.

Le startup protagoniste - tra cui Cloov, Cylock, Displaid, Endymion, IllumyFi, Myndoor, Switch, Trainect, Calton, I2D e Zephyra - hanno presentato i loro progetti durante un programma

di pitch. Ogni startup ha avuto 4 minuti per convincere la platea della validità delle proprie soluzioni innovative.

Dopo una tavola rotonda dal titolo "Scaling international startups into the UK", la serata si è conclusa con una networking reception, offrendo ai partecipanti l'opportunità di creare nuove connessioni e discutere collaborazioni future.

Le undici startup sono venute nella metropoli britannica nel quadro del Global Startup Program, un'iniziativa a loro rivolta con l'obiettivo di accelerare l'espansione sui mercati internazionali. Il programma ha previsto un percorso intensivo di accelerazione della durata di 5 settimane, durante il quale le startup hanno partecipato a sessioni di formazione, mentoring, incontri

con investitori e aziende, e attività di networking. Un'esperienza immersiva nel panorama imprenditoriale locale, con l'intento di rafforzare competenze tecniche e finanziarie per affrontare mercati esteri.

Londra è stata scelta come una delle sedi del programma per la sua rilevanza strategica nel panorama dell'innovazione globale. La capitale britannica si distingue come uno dei principali centri di riferimento per la tecnologia e l'imprenditorialità, posizionandosi costantemente tra i primi al mondo, subito dopo la Silicon Valley e in linea con New York. Nel 2023, il Regno Unito ha visto oltre 16 miliardi di sterline investiti in start-up, di cui più della metà concentrati a Londra.

LaRedazione

Gli italiani in UK Mattatori di una Docuserie



Si intitola "Gocce d'Italia", è una docuserie e ha l'ambizione di "offrire una rappresentazione autentica della comunità italiana nel Regno Unito" proponendone "una fotografia dettagliata e realistica che mette in luce le diverse anime e le storie di chi oggi vive nel Paese e contribuisce al tessuto sociale, culturale ed economico dello stesso".

Promossa dai tre Comites del Regno Unito e prodotta da Complitaly Yv, la docuserie consiste in 19 puntate tematiche, ognuna delle quali racconta un aspetto distintivo della comunità italiana, dal mondo dell'impresa e dell'arte, a quello della cultura e dell'educazione, fino alle storie di integrazione e di successo.

Dopo un minuzioso lavoro di ricerca di sei mesi effettuato dal gruppo di lavoro, con rappresentanti di tutti e tre i COMITES del Regno Unito, in fase di produzione il progetto ha raccolto le storie di 169 persone, distribuite nelle diverse Circozioni: 76 nella Cir-

coscrizione di Londra, 53 in quella di Manchester e 40 in quella di Scozia e Irlanda del Nord. Le riprese hanno toccato ben 19 città e il team di produzione ha percorso oltre 10.000 miglia per catturare la bellezza e la diversità delle storie italiane sul territorio. Il processo di realizzazione ha richiesto 55 giorni di riprese in esterna e 150 giorni dedicati al montaggio, a testimonianza dell'impegno e della cura nel raccontare ogni dettaglio.

"Gocce d'Italia" vuole essere non solo una docuserie ma anche "un omaggio alla comunità italiana che vive nel Regno Unito, raccontata attraverso le esperienze, i sacrifici e i successi di chi ha scelto di farne parte".

La serie sarà presto disponibile su COMPLITALY+, l'applicazione sviluppata da COMPLITALY TV, offrendo al pubblico un ritratto toccante e coinvolgente della compagine italiana e del suo contributo alla vita e alla cultura britannica. Inoltre, grazie al lavoro dei Comites sul territorio verranno re-

alizzate delle serate di proiezioni nelle maggiori città dando la possibilità a tutta la comunità di approfondire ancora di più la propria storia e la propria identità.

"Gocce d'Italia" è stata presentata lo scorso 25 novembre nella Sala Stampa del Parlamento italiano, con la partecipazione di una delegazione di circa 40 persone provenienti dal Regno Unito. L'evento è stato moderato dall'onorevole Simone Billi e ha visto la partecipazione dei presidenti dei tre COMITES del Regno Unito: Alessandro Gaglione (Londra), Cesare Ardito (Manchester) e Giusy Arzillo (Scozia e Irlanda del Nord). A completare il panel Mirko Ricci, regista della serie, e Michela Calcagni, vice presidente del COMITES di Scozia e Irlanda del Nord, in rappresentanza del Gruppo di Lavoro.

"Gocce d'Italia" è stata finanziata dal Ministero degli Affari Esteri e ha il pieno supporto del Consolato Generale d'Italia a Londra, del Consolato Generale di Edimburgo e del Consolato

ONORIFICENZA ITALIANA A STAR DEL GIORNALISMO BBC



Flavia Gasbarri e Zeinab Badawi

Una delle giornaliste-star della BBC, Zeinab Badawi, ha ricevuto l'onorificenza di Ufficiale della Stella d'Italia "per il suo contributo alla promozione del patrimonio e della cultura italiana nel Regno Unito". L'onorificenza le è stata consegnata lo scorso 5 dicembre dall'Ambasciatore d'Italia in UK Inigo Lambertini, nel corso di una cerimonia nella sede diplomatica.

Giornalista e conduttrice di grande prestigio, nota per le sue interviste nonché ex-presidente della Royal African Society, l'angolo-sudanese Zeinab ha svolto un lavoro giudicato "straordinario" nella promozione della

cultura italiana attraverso il suo programma televisivo "Take Me to the Opera", con un'esplorazione dietro le quinte del teatro d'opera di Milano, La Scala, ed interviste con celebri artisti italiani quali la mezzo-soprano Cecilia Bartoli e il conduttore d'orchestra (anglo-italiano) Antonio Pappano, direttore musicale della Royal Opera House.

Dopo la cerimonia la giornalista BBC ha parlato di Africa in conversazione con la professoressa Flavia Gasbarri, docente nel Dipartimento di Studi sulla Guerra al King's College di Londra. Sull'argomento Zeinab Badawi ha appena pubblicato un libro intitolato "An African History of Africa: From the Dawn of Humanity to Independence".

"L'argomento non è solo interessante di per sé, ma è anche molto rilevante considerando l'attuale attenzione dell'Italia verso l'Africa. L'Italia in particolare - insieme ai suoi partner del G7 si è impegnata a sostenere lo sviluppo della produzione di energia pulita in Africa", ha dichiarato l'Ambasciatore Lambertini nel suo discorso introduttivo. LaR



<https://cibimarket.co.uk> 

info@cibimarket.co.uk 

+44 208 459 8101 Office 

+44 7454 965212 Rosa 

+44 7454 889128 Aldo 



ITALIAN FOOD DISTRIBUTION CENTER

Unit 8 Artesian Close Industrial Estate, Brentfield Road, London NW10 8RW

ENERGIA NUCLEARE: NON POTENDO IN CASA L'ITALIA PENSA ALLA LUNA

L'Italia non produce energia nucleare sul proprio territorio in base ad un referendum del 1987 ma progetta di farlo...sulla luna.

Produrre energia elettrica sul suolo lunare grazie a piccole centrali alimentate con energia nucleare è l'obiettivo dichiarato di un progetto tutto italiano denominato SELENE (Sistema Energetico Luna-re con l'Energia Nucleare) finanziato dall'Agenzia Spaziale Italiana (ASI) e condotto dall'ENEA come capofila, in collaborazione con il Dipartimento di Energia del Politecnico di Milano e Thales Alenia Space Italia.

Questo progetto – al momento tecnicamente fattibile perché non boc-

ciato da alcun referendum popolare – è risultato fra i vincitori, nel 2023, di un bando di finanziamento ASI per lo sviluppo di esperimenti scientifici per la Luna, e punta a studiare le tecniche per la produzione di energia sul nostro satellite, superando i limiti delle tecnologie energetiche tradizionali.

Nello sviluppo di questa ricerca sono coinvolti quattro centri di ricerca ENEA: Frascati, Casaccia, Bologna e Brasimone. L'obiettivo dell'infrastruttura denominata Moon Energy Hub (MEH) sarà di fornire una base energetica stabile ai futuri insediamenti lunari attraverso l'impiego di piccoli reattori nucleari a fissione, i Surface

Nuclear Reactors (SNR).

"L'Italia – spiega Angelo Olivieri, responsabile del settore Missioni Scientifiche dell'ASI – è fortemente impegnata nell'esplorazione della luna e nella realizzazione di una base lunare permanente. Per quanto riguarda l'approvvigionamento energetico, le soluzioni attualmente disponibili, basate sull'utilizzo dell'energia solare, non consentono di raggiungere gli obiettivi energetici sfidanti per le future attività sulla superficie lunare, a causa dell'alternanza di 14 giorni di luce e 14 di buio. La ricerca di una soluzione tecnologica adeguata rappresenta un campo di ricerca di notevole interesse

per l'ASI".

"In prospettiva – sottolinea Francesco Lodi del Laboratorio Progettazione e analisi dei sistemi nucleari di ENEA e coordinatore del progetto – queste innovazioni potrebbero consentire di superare i limiti dei pannelli solari che hanno mostrato bassa densità di potenza, scarsa scalabilità, breve vita operativa e vulnerabilità da irraggia-

mento cosmico. In questo senso, il MEH segna un passo rivoluzionario nell'esplorazione lunare, ponendosi al centro della strategia per espandere le capacità umane sulla Luna".

Il progetto ha dell'avveniristico anche per un altro risvolto: l'Italia è uno dei Paesi al mondo dove l'energia elettrica è in assoluto più cara.

LaRedazione



Ehi, viaggiatore spaziale, ti interessa un designer italiano?



A quali mercati può il design "made in Italy" puntare dopo essersi intrufolato ai quattro angoli della Terra grazie alla eccellenza innovativa? Non resta che il cosmo. In futuro le grandi stazioni orbitali, le mega-astronavi e le colonie sulla luna e sui pianeti non avranno forse bisogno di arredi e di esperti per sistemare gli ambienti e garantire un'accettabile qualità della vita?

Il Politecnico di Milano ci lavora dal 2001 e due suoi esperti – Annalisa Dominoni e Benedetto Quaquaro – hanno sviluppato sull'avveniristico tema un progetto multimediale itinerante presentato lo scorso 11 dicembre all'Ambasciata d'Italia a Londra, in occasione della quarta Giornata Nazionale dello Spazio.

La giornata è stata articolata di tre momenti: all'Istituto Marangoni di Londra i professori Dominoni e

Quaquaro hanno tenuto una lecture speciale per gli studenti, dedicata al fondamentale contributo italiano al Design Spaziale e agli innovativi oggetti già realizzati e in via di realizzazione. L'Ambasciata ha poi aperto le sue porte al pubblico per una visita alla mostra itinerante, un percorso di dodici tavole e contenuti multimediali dialoganti tra loro che hanno raccontato l'utilizzo degli oggetti di uso comune in un ambiente estremo come lo spazio. Dopo la visita Dominoni e Quaquaro hanno trasportato i presenti in una vera e propria esplorazione spaziale. Ricollegandosi alle tavole esposte nella mostra, hanno dimostrato come grazie all'eccellenza del design italiano sia concretamente possibile migliorare la qualità della vita e le performance degli astronauti.

Se il ministero dell'Agricoltura e

come pizze, tiramisù e tutti gli altri tradizionali piatti della Penisola potranno essere consumati al meglio in assenza di gravità il capitolo del Design Spaziale è invece finanziato dal ministero degli Esteri che ne evidenzia il "ruolo strategico".

Per questo campo d'avanguardia l'Italia pensa logicamente di poter dare un contributo importante sulla scia del successo terrestre registrato nel design ("sintesi di creatività e innovazione che agisce come un ponte tra scienza, tecnologia e bellezza").

Il design per il cosmo proietta l'umanità in un futuro (che a dir la verità non sembra proprio dietro l'angolo...) in cui sarà e possibile vivere su un altro pianeta adattandosi ad ambienti ristretti e adotta gravità in un contesto potenzialmente ostile. Inevitabilmente bisognerà ridefinire la nostra comprensione di comfort e il modo in cui si spende l'esistenza. Ed è qui che entra in gioco il design, chiamato a ottimizzare la qualità di vita dei futuri viaggiatori e coloni del cosmo.

"What does it mean to Design for Space, and what does it involve? What principles guide design to enhance the quality of life and optimize astronauts' performance?", si chiedono Annalisa Dominoni and Benedetto Quaquaro, che sono tra i massimi esperti mondiale in Architettura e Design per

lo Spazio e sono alla guida del primo corso internazionale di Design Spaziale Space4Inspiration supportato dall'Agenzia Spaziale Europea (ESA) presso la Scuola del Design del Politecnico di Milano.

Il loro progetto itinerante affronta anche problemi complessi come la produzione di microalghe sulla superficie

lunare e la creazione di speciali protesi per estendere e rafforzare la performance dei futuri lavoratori spaziali.

Chi si è perso la presentazione in Ambasciata ma è interessato al tema può andare su Youtube, digitare Design Spaziale Italiano e avere accesso così ad una serie di interessanti video.

LaRedazione



FRANCESCO BONGARRÀ (ISTITUTO DI CULTURA)

GRANDE UFFICIALE OMRI

Il direttore dell'Istituto Italiano di Cultura di Londra Francesco Bongarrà è stato nominato Grande Ufficiale dell'Ordine al Merito della Repubblica italiana (OMRI).

Al giornalista palermitano l'onorificenza è stata conferita "per il suo impegno e per i risultati ottenuti nella direzione della principale istituzione culturale della Repubblica italiana in Inghilterra".

Cinquant'anni, giurista per formazione, già cronista parlamentare dell'Agenzia ANSA, Bongarrà presiede a San Marino l'Autorità Garante per l'Informazione oltre a essere Ambasciatore a disposizione della Repubblica del Titano. È inoltre Visiting Scholar del Pembroke College dell'Università di Cambridge (Regno Unito), Honorary Visiting Fellow della Bayes Business School di Londra e docente nel Master di Giornalismo dell'Università LUMSA di Roma.

LaR

New Covent Garden's

VINCENZO'S

Specialist Fine Seasonal Italian (& French) Food Importers
Restaurants and Home Deliveries



0207 7203 721

WhatsApp
FOR BUSINESS

@vincenzo.ltd

A121/122 New Covent Garden Market, Nine Elms Lane, London SW8 5BH

orders@vincenzoltd.co.uk



GENOVA TRA LE "30 INCREDIBLE DESTINATIONS FOR 2025"

Venezia? Roma? Firenze? Macché: tra le 30 migliori destinazioni al mondo per il 2025 Lonely Planet promuove, a sorpresa, Genova.

"Few places in Italy are "undiscovered," but Genoa – sottolinea la guida turistica "Best in Travel 2025" – feels like a treasured secret. With a new high-speed-train connection in the works, now is the time to seek out this stately city with superlative culinary chops, a stunning seaside and a well-earned reputation as one of Italy's most historically and culturally vibrant cities".

Lonely Planet consiglia ai turisti in arrivo nel capoluogo ligure tre "highlights":

- Wander through the alleyways known locally as caruggi to capture the soul of the city and discover the sumptuous Palazzi dei Rolli.

- Indulge in endless versions of pesto (ideally on trofie pasta or focaccia) at the Mercato Orientale – and everywhere else.

- Walk the coastline to tiny Boccadasse and experience Cinque Terre vibes without leaving the city.

"È un onore che la città capoluogo della Liguria sia stata premiata tra le



migliori destinazioni al mondo per il 2025 da una rivista prestigiosa come Lonely Planet, un'autorità riconosciuta a livello globale nel settore del turismo...La Liguria non è solo una regione da visitare, ma un luogo da vivere, scoprire e amare", hanno commentato con ovvia soddisfazione in una nota congiunta il presidente della Regione Liguria, Marco Bucci, e l'assessore regionale al Turismo, Luca Lombardi.

Tra le "30 incredible destinations for 2025" (si spazia dal Cameroun all'Armenia, da Fiji al Kazakistan) Lonely Planet inserisce anche uno spicchio di UK: East Anglia, che "offers a taste of traditional England without the typical touristy attractions. Comprising Suffolk, Norfolk, Essex and Cambridgeshire" e ricca di "charming villages with 16th-century half-timbered houses, artistic wool towns and a coastline adorned with beaches and bird reserves where the sounds of bitterns can be heard in spring".

La lista completa, con corredo di foto e altri input, è consultabile al sito <https://www.lonelyplanet.com/best-in-travel>. LaR



TURISMO "MANGIA E BEVI": TOSCANA DETRONIZZA SICILIA

La Toscana ha detronizzato la Sicilia come meta preferita dei turisti enogastronomici italiani, quelli cioè che viaggiano per mangiare bene e bere meglio.

Il sorpasso emerge dal Rapporto 2024 di AITE (Associazione Italiana Turismo Enogastronomico), presentato lo scorso 16 dicembre a Parma.

I dati parlano chiaro: la Toscana è balzata a al vertice delle preferenze nazionali, scelta dal 39,3% dei turisti italiani per i viaggi passati e dal 33,9% per quelli futuri.

Dopo la Sicilia figurano tra le regioni più gettonate dai viaggiatori in cerca di ristoranti ed enoteche l'Emilia-Romagna e la Puglia. Napoli e il resto della Campania sono invece particolarmente apprezzati dai turisti stranieri come eccellenze della ristorazione.

"Il rapporto di AITE - commenta il presidente della Regione Toscana Eugenio Giani - conferma che l'attrattività della Toscana deriva anche da una sapiente unione di enogastronomia e

cultura, che si esprime anche nei borghi minori e nelle aree interne, la cui scoperta è stata il motivo che ha mosso ben il 19% degli intervistati".

Stando al rapporto, redatto dalla presidente dell'AITE Roberta Garibaldi e giunto alla sua settima edizione, il turismo enogastronomico continua a crescere a doppia cifra, registrando un incremento del 12% sul 2023 e del 49% rispetto al 2016, e ha ormai un'importanza strategica per l'economia e il territorio italiano. Basti pensare che nel 2023 ha generato un valore economico complessivo di 40,1 miliardi di euro, contribuendo significativamente al PIL italiano.

"La forza del turismo enogastronomico - sottolinea Roberta Garibaldi - risiede nella sua capacità di valorizzare le identità locali e di promuovere uno sviluppo territoriale sostenibile. Per consolidarne il ruolo strategico, è necessario agire su più fronti: infrastrutture, innovazione tecnologica, educazione e formazione, oltre a un modello

di governance più coeso.

I turisti enogastronomici non sono ad ogni modo una categoria omogenea. Il rapporto AITE identifica cinque profili di base: i Ricercatori (42,1%) a caccia di esperienze autentiche legate alla cultura locale, i Festaioli (23%) che vedono nel cibo un'occasione per socializzare, gli Intellettuali (19%) che si concentrano sull'arricchimento culturale, i Figli dei Fiori (11,5%) che puntano al benessere personale e gli Edonisti (4,3%) che scelgono il lusso.

Tra i prodotti iconici dell'identità agroalimentare italiana più cercati ci sono il vino (38,1%), l'olio extravergine di oliva (24%), la pizza (22%), la pasta (15%) e i formaggi (11%).

Il Rapporto 2024 propone anche dieci azioni-chiave per consolidare il turismo enogastronomico come settore strategico: Consentire alle imprese agricole di ampliare le attività turistiche senza vincoli normativi. Agevolare le assunzioni e le collaborazioni flessibili con professionisti specializzati. Creare musei nazionali dedicati a eccellenze come il vino e l'olio. Migliorare i collegamenti verso le aree rurali con soluzioni sostenibili. Introdurre l'educazione alimentare nelle scuole. Formare professionisti per sviluppare e promuovere esperienze enogastronomiche. Digitalizzare le esperienze e sostenere i piccoli produttori nell'adozione dell'intelligenza artificiale. Innovare la governance per coordinare strategie tra gli attori del settore. Realizzare un portale nazionale dedicato al turismo enogastronomico. Rafforzare la presenza dell'Italia nei circuiti internazionali e promuovere fiere B2B dedicate.

"Queste azioni - conclude Garibaldi - possono trasformare il turismo enogastronomico in un volano di crescita sostenibile, capace di generare benefici economici, sociali e ambientali, ponendo l'Italia come modello di eccellenza nel panorama internazionale."

LaRedazione

BERGAMO LA PROVINCIA DOVE SI VIVE MEGLIO

La provincia d'Italia dove si vive meglio? Quella di Bergamo, seguita da Trento e Bolzano. Le posizioni di bassa classifica sono invece affollate dalle province del Sud, con Reggio Calabria maglia nera e Napoli penultima.

Il divario tra Nord e Meridione risalta ancora una volta lampante dall'indagine annuale del quotidiano finanziario Sole 24 Ore sulla qualità di vita.

Durissimamente colpita dal Covid (chi non ricorda le immagini-choc di decine e decine di bare portate via con i mezzi militari?), Bergamo non era mai arrivata in vetta alla classifica delle città della Penisola dove si vive meglio (nel 2020 era addirittura in 52esima posizione) ed è quindi un risultato particolarmente spettacolare.

Il Sole 24 Ore ha stilato la classifica sulla base di 90 indicatori (economici, sociali, culturali, ambientali, etc.) presi da fonti certificate e divisi in sei categorie tematiche e non sorprende che sul podio assieme a Bergamo ci siano le province di Trento e Bolzano, da sempre ben piazzate.

Nella top 10 ben 9 province sono del Nord (al quarto posto Monza-Brianza, seguita nell'ordine da Cremona, Udi-

ne, Verona, Vicenza, Bologna). Soltanto al decimo posto troviamo la prima provincia non settentrionale: Ascoli Piceno, nelle Marche. Quindi Italia centrale.

Le prime province del Sud si incontrano solo a metà classifica (Cagliari 44esima e Bari 65esima). E poi le ritroviamo quasi tutte in fondo, con Napoli e Crotone che contendono a Reggio

Calabria la maglia nera.

Va detto che non vanno alla grande nemmeno - con l'eccezione di Bologna e in parte Milano (dodicesima) - le province dominate dai centri urbani più popolosi: Firenze è 36esima, Genova 54esima, Torino 58esima e Roma 59esima. Non parliamo poi di Palermo (100esima) mentre di Napoli (centosiesima posizione) si è detto.

SEEDS OF ITALY
D 2 Phoenix Ind Est Rosslyn Cres, Harrow, Middx HA1 2SP
Tel: 020 8427 5020 - Fax: 020 8472 5051
e-mail: grow@italianingredients.com - web: seedsofitaly.com

800+ Italian Seeds/Deli Provisions/Cookshop/Preserving/Gifts
Open to the public or call for a catalogue.
Franchi Sementi. Seed producers. Est. 1783, Bergamo



Per il Sud l'indagine 2024 del quotidiano finanziario segnala ad ogni modo un trend positivo: il Pil pro ca-

pite è in più forte aumento rispetto al Nord in aree come Palermo, Reggio Calabria e Messina.

LaR



GAGLIONE NOTARIES

... I TUOI NOTAI ITALIANI IN INGHILTERRA E GALLES ...

Landline: 020 7936 3555 Mobile: 07414974279

E-mail: info@gaglione.net

IN ALBANIA LE PRIME 3 TAPPE DEL PROSSIMO GIRO D'ITALIA



Il Giro d'Italia 2025 partirà il prossimo 9 maggio dall'Albania, un Paese che conosce poco di ciclismo, e ci rimarrà per le prime tre tappe.

La più famosa corsa su due ruote della Penisola è scattata più di una volta dalle sponde del Mar Adriatico, ma quest'anno lo farà dalla costa opposta, da Durazzo, uno dei maggiori centri d'Albania e luogo dalla sua unga e grande storia, visto che il suo porto è stato per secoli uno dei punti nevralgici delle vicende attorno all'Adriatico.

Non saranno 3 giorni di passerella. I

corridori si troveranno subito di fronte a diverse difficoltà e ad un inizio davvero intenso. I tifosi albanesi, quindi, non solo assisteranno a qualcosa di storico, perché il grande ciclismo mai era arrivato nel loro Paese, ma potranno anche godersi uno spettacolo agonistico di altissimo livello, visto che i favoriti del Giro saranno subito chiamati allo scoperto. Da Durazzo si andrà per la prima tappa verso l'entroterra e ci vorranno giusto 70 km per incontrare la prima, vera, salita di questo Giro, vale a dire quella che porta a

Gracen, con arrivo a Tirana, la capitale, dopo due circuiti di 22,2 km.

Il giorno seguente la capitale Tirana ospiterà una cronometro individuale di 13,7 km. Sarà una prova contro il tempo veloce, ma occhio alla salita di Sauk nella parte centrale, che farà impennare la strada.

Anche la terza e ultima tappa in terra albanese sarà tutt'altro che semplice, con un tracciato di 160 km che si svilupperà nei dintorni di Valona, dove sono allestiti sia partenza che arrivo. La frazione è abbastanza frastagliata, ma a decidere le sorti della corsa sarà il Passo di Llogare da superare a 39 km dal traguardo, con gli ultimi 25 in pianura.

“Questo – ha dichiarato il premier albanese Edi Rama – è uno degli eventi sportivi più importanti e significativi nel mondo dello sport e siamo onorati di poterlo ospitare. Sarà un'opportunità eccezionale per mostrare il nostro splendido Paese a 800 milioni di spettatori in tutto il mondo. Sono davvero felice che per tre giorni, a Tirana, Durazzo e Valona, ospiteremo così tanti campioni di cui si parlerà in tutto il mondo, così come si parlerà ovunque dell'Albania”.

Il Giro d'Italia 2025 si concluderà a Roma il 1 giugno.

LaRedazione

Segue da pag.1

Pensionati INPS....

riore a 1.700 euro lordi al mese, e ben 31.179 di essi hanno assegno medio di 745 euro mensili, di poco superiore quindi alla “minima”.

Le cosiddette “pensioni d'oro” pagate all'estero (più di 4.800 euro al mese) erano a fine 2023 circa ottomila.

La mancata perequazione automatica per i pensionati italiani residenti all'estero è prevista nell'articolo 27 della legge di bilancio che il Partito Democratico – principale forza d'opposizione – ha inutilmente tentato di sopprimere. Anche i centristi di Azione (il partito dell'ex-ministro Carlo Calenda) si sono uniti in questa battaglia persa.

“Questa esclusione – ha accusato Federica Onori, deputata di Azione eletta in Europa e segretaria della commissione Esteri alla Camera – rischia di andare in contrasto con le norme europee, secondo cui la residenza di un cittadino non influisce sulle sue prestazioni in denaro dovute a titolo della legislazione di uno o più Stati membri o del regolamento. Gli italiani residenti all'estero non possono continuare ad essere penalizzati: già lo scorso anno erano stati discriminati con il regime fiscale dei lavoratori rimpatriati”.

Federica Onofri si è vista bocciare dalla maggioranza anche un ordine del giorno che impegnava il governo a limitare al 2025 la mancata rivalutazione delle pensioni all'estero, a conferma del fatto che si tratta davvero di una misura “temporanea ed eccezionale”.

Alla pari della parlamentare di Azione, Fabio Porta - deputato Pd eletto in Sud America - ha denunciato la “illegittimità” della mancata rivalutazione alla luce dei regolamenti europei e ha parlato di “misure punitive contro il mondo dell'emigrazione e dell'immigrazione”.

“Le prestazioni in denaro dovute a titolo della legislazione di uno o più Stati membri o del presente regolamento non sono soggette ad alcuna riduzione, modifica, sospensione, soppressione o confisca per il fatto che il beneficiario o i familiari risiedono in uno Stato membro diverso da quello in cui si trova l'istituzione debitrice”, ha sottolineato il parlamentare PD e ha aggiunto: “La stessa identica regola è stabilita di norma dalle Convenzioni bilaterali di sicurezza sociale stipulate dall'Italia... Il blocco della perequazione automatica delle pensioni degli italiani residenti all'estero sembra quindi violare il diritto previdenziale nazionale e internazionale e il vissuto giurisprudenziale”.

“Il Governo Meloni – ha denunciato Porta - vuole fare cassa sulle pensioni più povere normalmente quelle erogate ai nostri pensionati residenti all'estero, pensando che i nostri connazionali meritino questa prevaricazione e non abbiano le forze per contrastarla”.

LaRedazione



Garofalo

THE
UNMISTAKABLE
TASTE OF
**PASTA
GAROFALO**
FOR EVERYONE

DURUM WHEAT
GLUTEN FREE
WHOLEWHEAT



Email: info@garofalouk.com
 Call: 01438 813444 / 07970 295806
www.pasta-garofalo.com

Segue da pag.1

AULETTA...

ni per adempiere a questi oneri; solo per farle un esempio sono 48 Pound partendo dalla nostra zona a sud di Londra

Immagino che si debba tutta questa mole di richieste al mitico brexit?

Sì, perché molti italiani residenti in UK hanno ancora interessi nella loro terra d'origine, proprietà da gestire ad esempio, e ora possono stare in Italia per periodi limitati rispetto a prima **In pratica ha cambiato lavoro. Scherzi a parte, ho letto che lei era un super tecnico dell'NHS, il sistema sanitario britannico**

Praticamente ci sono entrato dal mio arrivo in UK in quel lontano ottobre del 1962, non ero ancora maggiorenne ma già molto determinato a fare bene. Ho iniziato come assistente meccanico e i tutor, un regional engineer inglese, mi suggerì di prendere l'apprendistato in inglese, mi pagò lui stesso le spese del college per 4 anni fino al conseguimento della licenza da tecnico. Prima di partire aiutavo mio padre a Maschito in provincia di Potenza, nella sua azienda agricola **Ci va spesso in Italia?**

Ci vado regolarmente anche perché rappresento gli emigrati lucani in UK; pertanto, vado ad almeno un convegno annuo per svolgere quest'attività di supporto a chi ha bisogno per pratiche di qualsiasi tipo, grazie anche all'aiuto dell'Avvocato Gaglione.

Parliamo di tutte quelle persone che partivano convinte di tornare pensando che si trattasse di un periodo e dicevano "poi torno". Neanche lei è tornato!

Infatti, ormai la mia casa è qui, sono stato ben accolto da subito e non ho avuto grandi difficoltà ad inserirmi tra la popolazione britannica. In tutti questi anni ho raccolto una lunga serie di titoli e onorificenze da pluri-presidente del Rotary di Carshalton, a Console dei cavalieri del lavoro. Sono stato promotore del Comitato di Sant'Antonio che è riuscito ad unire le comunità di Epsom, Croydon, Sutton e Wimbledon. Ogni anno la seconda domenica di giugno c'è la processione in onore del Santo protettore dei viaggiatori e



amato dai cattolici di tutto il mondo. Il comune di Maschito mi ha premiato nel 2010 con l'Aquila d'Oro per l'impegno di solidarietà e di diffusione dell'italianità nel mondo.

In pratica lei non ha un attimo libero

Ringraziando Dio e finché la salute tiene, no! Vede, nasce tutto dalla voglia e dalla necessità di fare comunità, condividere interessi e problematiche. Fino ad un certo punto la santa messa della domenica bastava a creare le condizioni per l'aggregazione, poi le abitudini sono cambiate e si è pensato di individuare in uno o più eventi le motivazioni e l'evento di giugno a Sutton è stato uno di questi. Sutton è una cittadina di 300.000 abitanti di cui 2000 italiani, e questo ci ha permesso di ricompattare la comunità coinvolgendo, tra l'altro, molti inglesi e irlandesi di fede cattolica.

Italiani a Londra e UK ne arrivano ancora tanti?

No, oggi pochissimi. Le condizioni attuali sono troppo restrittive, e il mondo della ristorazione è quello che ne ha risentito di più, certi ristoranti della mia zona oggi lavorano praticamente mezza settimana, dal giovedì alla domenica

Mi parli della sua famiglia britannica Cav. Auletta

Ho due figli Elio, ingegnere come me, mentre mia figlia Giuseppina ha una formazione come contabile ma non esercita e si occupa della famiglia. Ho voluto che si studiassero seguendo il sistema scolastico italiano e hanno passaporto italiano. Io e mia moglie abbiamo cercato di trasmettere spirito e mentalità della nostra patria, ed ho sempre parlato italiano con loro

So che si è risposato, la sua seconda moglie è inglese o italiana?

È nata in UK da genitori italiani, i suoi non le hanno fatta seguire il programma formativo che io ed Enza, la mia prima moglie, abbiamo scelto per i nostri figli

È veramente interessante questa differenza di vedute tra chi ci tiene e chi no o non riesce a gestirlo

Le dico solo che quando ho finito l'apprendistato di cui le parlavo i datori di lavoro mi hanno offerto di iniziare gli studi e di cambiare il passaporto da italiano a britannico ed io ho rifiutato. All'epoca, infatti, non era previsto di avere una doppia cittadinanza. Io volevo restare italiano per cui hanno dovuto fare un citizen state, una sorta di permesso speciale

Italiano a tutti i costi quindi?

Yes (dice ridendo)

Ha anche fondato una squadra calcistica e l'ha chiamata gli "azzurri" a conferma di quello che mi sta dicendo

Allora si facevano queste competizioni sempre per rafforzare il senso di comunità

Suo figlio dove lavora?

Ha lavorato per diverse aziende è passato dal settore armamenti alla moda fino alla produzione per mangime per animali (pet food)

Al contrario di lei che ha lavorato

sempre per il NHS

Si anche perché era ed è un settore dove c'è sempre molto da fare, in passato ho gestito progetti da budget milionari e dovevo stare attento a far sì che le mie stime di spesa si allineassero quanto più con i preventivi delle ditte appaltatrici

Doveva progettare come se fossero piccole città in sostanza?

Erano proprio delle piccole città e si doveva prevedere come efficientare al meglio queste strutture

Chissà quante situazioni, diciamo così, ambigue ha incontrato gestendo budget tanto importanti da affidare alle ditte costruttrici?

Esatto, ma sono stato sempre credibile e meticoloso, e questo ha pagato **Tutti i premi e riconoscimenti ricevuti che significato hanno per lei?**

Un vero motivo d'orgoglio e soddisfazione. Pensi che quando sono andato in pensione, il 14 Aprile 2009 dopo 46 anni di servizio, è stato organizzato da colleghi e datori di lavoro un grande ricevimento. Inoltre, subito dopo, è arrivata dall'allora Primo Ministro Gordon Brown, una lettera a nome del governo per il prezioso lavoro svolto. Infine, ciliegina sulla torta, sono stato ricevuto a Buckingham Palace dalla Regina Elisabetta II. Per me è stata una gioia grandissima, ero talmente emozionante che non avevo parole. Finché le due guardie reali mi scortavano di fronte a lei io pensavo a me nato in un piccolo paese della Lucania e a tutto quello che era successo in questi anni, Mia moglie diceva che non camminavo, volavo, ho avuto il massimo della gratificazione per il mio sacrificio e dedizione al lavoro. Non si può spiegare **Invece per quanto riguarda il suo impegno con il Comites e le altre organizzazioni della comunità italiana?**

Dal 2010, per due mandati ha fatto parte del Comites di Londra, rappresentando gli italiani della zona sud-est della Circostrizione Consolare. Conosco i vari componenti ed ho buoni rapporti con tutti compreso Salvatore

Mancuso che non si ferma mai

Ha progetti per l'immediato futuro?

Voglio andare avanti con il lavoro che stiamo facendo per gestire le difficoltà burocratiche causate dalla brexit, continuo come console dei maestri del lavoro oggi siamo 72 soci facciamo 3 eventi l'anno, e ci incontriamo in riunioni mensili. Facciamo anche delle attività di formazione per i giovani. Infine, il Rotary, l'anno prossimo sarò presidente per la 6 volta.

Che caratteristiche ha la comunità italiana di oggi?

È sicuramente molto cambiata, soprattutto nei vari passaggi generazionali, ma la vicenda brexit ci sta dando una grossa possibilità per trasformare gli svantaggi in opportunità e far ritrovare nella comunità italiana spazi di incontro e aiuto. Parlo sicuramente dei figli degli italiani e di quelli nati da matrimoni misti. È un modo potente per rivalutare l'immagine degli italiani e far cadere i soliti stereotipi. Tutto questo è reso possibile grazie agli ottimi rapporti con le istituzioni italiane, ultima delle quali la collaborazione con il mondo scolastico tramite Patrizia Gallo, recente fatta socia dei Maestri del lavoro.

E della situazione in Italia che idea si è fatto?

Da esterno direi che qualcosa sta cambiando in meglio, l'unico tasto dolente, così come da noi e in altre parti del mondo è la questione legata all'immigrazione, bisogna trovare delle soluzioni perché ha implicazioni pesanti, solo in UK costa 5 milioni al giorno

C'è una domanda che vorrebbe sentirsi fare?

No, no, lei è molto più esperto di me... **Ci pensi un attimo Cav. Auletta, qualcosa legato alla sua storia e alla sua vita**

Quanto e cosa abbiamo fatto noi italiani per questa nazione? Credo di poter dire tanto.

Andrea Campagnolo

SPECIALISTI DI DIRITTO DEL LAVORO
di madrelingua italiana
per gli italiani a Londra



LABORO LAWYERS

www.laborolawyers.com

info@laborolawyers.com • 020 7316 3032
239 Kensington High Street • London • W8 6SN



MDL: Pranzo natalizio con balli e tombola all'Hilton di Kensington

I Maestri del Lavoro del Regno Unito si sono ritrovati lo scorso 8 dicembre all'hotel Hilton di Kensington per il loro tradizionale pranzo natalizio.

Presente all'evento, il console italiano Alessandro Mignini ha ringraziato

i Maestri del Lavoro per l'attività svolta assieme ad altre associazioni per il bene della comunità italiana in UK. Ed è stato a sua volta ringraziato da Vincenzo Auletta, capo della sezione MDL nel Regno Unito.

In tutto un centinaio di persone ha partecipato al pranzo, che si è concluso in un'atmosfera di allegria con giri di ballo e con la tombola.

LaRedazione

BE ITALIAN.

Be Italian Catering, a taste of real Italian flavours at your events.

info@beitaliancatering.com - www.beitaliancatering.com - T. +44 (0)20 35423604

QUALITY OF LIFE: LONDON FAR BETTER THAN MILAN AND ROME

London is a more liveable city than Milan and Rome, according to the "Liveability Index 2024" of the research unit of the magazine "The Economist". In the list of the 173 cities analyzed the UK capital is at the 15th position, Milan is 41st and Rome only 44th. Clearly the weather was not a factor taken in consideration....

The assessment is based on 30 indicators divided into five categories: stability, healthcare, culture and environment, education and infrastructure, with the aim of showing how comfortable these cities are to live in. Vienna has kept its position at the top of Index 2024, for the third year running. The Austrian capital once again got perfect scores of 100 for four of the five categories, although its score for culture and environment was a less-perfect 93.5, owing to a lack of major sporting events and reducing its score to 99,1.

Three more cities in western Europe—Copenhagen (2nd place), Zurich (third) and Geneva (fifth)—are among the top ten in this year's survey, cementing the region's strong performance. In fourth place, Melbourne is one of the four Asia-Pacific cities in the top ten, which also includes two Canadian cities—Calgary and Vancouver. Although still towards the top of our ranking, both of the leading Australian cities (Sydney and Melbourne) have slipped down amid a significant



shortfall in housing availability. For similar reasons, Toronto (Canada) has dropped out of the top ten (to 12th position) after two years.

London got the 15th position thanks to a total score of 93.9. The score of Milan is 90.8 and that of Rome is 90.5.

Overall Western Europe remains the best-performing region for liveability, coming top in four categories, while second-placed North America is best for education.

The 30 western European cities in this year's ranking reported an impressive average score of 92 out of 100. However, the region's overall score has slipped since last year, owing to a deterioration in the stability category, amid increasing instances of disruptive protests (such as in Germany, Ireland and Belgium) and crime. North America scores an average of 90.5 for its 25 cities, but infrastructure scores have fallen since last year in Canada,

owing to an ongoing housing crisis. Although both of these regions have seen their average scores slip since last year, all five of the other regions have seen their average scores rise.

Third-placed Asia-Pacific has seen only a marginal improvement, while fourth-placed eastern Europe saw the biggest jump on the back of improvements in healthcare and education. Latin America, the Middle East and North Africa (MENA), and Sub-Saharan Africa also received higher scores for healthcare and education. The bottom of our liveability rankings is dominated by cities from Sub-Saharan Africa and MENA.

Damascus is still rated as the least comfortable city in the world to live in. The overall score for the capital of Syria is nearly ten points lower than the next-worst city—Tripoli (Libya)—which also scores badly for stability.

LaRedazione

Lavoratori fantasmi cercansi...

Nei paesi anglosassoni li chiamano "ghost jobs", cioè 'lavori fantasma'. Sono le ricerche del personale fatte per coprire posizioni che non esistono e perlopiù non esisteranno mai, condotte però da aziende almeno in teoria serie e 'responsabili'. Le ricerche non sono fraudolente di per sé, non viene chiesto ai candidati di pagare alcunché per essere presi in considerazione. L'unico costo per chi cerca di ottenere il lavoro presumibilmente offerto è l'enorme perdita di tempo e l'amara delusione che tutto il processo provoca.

Il fenomeno, reso possibile dalle diverse dinamiche del mercato del lavoro nei paesi di lingua inglese, è fortemente in-ultimi anni. Studi in Australia, Canada, negli Stati Uniti in tutti questi pubblicizzare lavoro inesistenti mentato negli ultra il 30% e il 40% personale sono raggiunge il pun-



to più alto negli Usa, dove la rete televisiva CBS cita un recente sondaggio secondo il quale, tra i responsabili delle assunzioni di 650 aziende, ben il 40% ammette di sollecitare candidature per posti inesistenti, in molti casi convocando i candidati che si fanno avanti per inutili 'colloqui di lavoro' altrettanto finti.

Il perché di tutto questo è incerto. Dopotutto, la finzione crea dei costi - anche se non molto alti - per le imprese che conducono queste 'sciarade', il tutto senza generare un evidente ritorno. Tra le spiegazioni proposte più di frequente, c'è il suggerimento che si tratti di una sorta di 'azione d'immagine' intesa a convincere i concorrenti e il pubblico della solida crescita aziendale e la conseguente necessità di coprire nuove posizioni interne per l'ulteriore espansione.

Qualcuno invece sostiene che lo scopo sia invece quello di 'spronare' i dipendenti già assunti dall'azienda, ricordandogli che sono facilmente rimpiazzabili... Altri ancora - una minoranza - suppongono che si tratti piuttosto di una sorta di monitoraggio continuo per saggiare l'offerta di personale e magari anche di fare un'ampia raccolta di CV per 'far portfolio' in caso di eventuali necessità future...

Qualunque sia la causa del fenomeno, è una iattura per chi sta solo cercando la maniera per guadagnarsi il pane...

James Hansen



CAPUTO
Il mulino di Napoli

“Napule è mille culture”

Mille colori e mille sapori legano la storia di Napoli a quella del nostro Mulino. Una storia fatta di passione, generosità e rispetto della tradizione.



@mulinocaputo mulinocaputo.it



INSONNIA: COME COMBATTERLA



Come combattere la piaga dell'insonnia, che colpisce in forma cronica o transitoria un adulto su quattro, (per il 60% donne) e non risparmia nemmeno un minore su cinque?

Sulla scia di una ricerca che ha confermato quanto la piaga sia molto diffusa Camilla Pizzoni – a capo di PoolPharma, una compagnia attiva nel campo della salute e del benessere – ha dispensato una serie di consigli.

Sicuramente di grande aiuto è andare a dormire e alzarsi sempre alla stessa ora. Evitare attività che possano stimolare il cervello, come guardare la TV o usare pc e smartphone nell'ultima ora prima di coricarsi, una consuetudine diffusa tra i più giovani. L'attività fisica, estremamente utile ad alleggerire la mente dai problemi della giornata e ad ossigenare i tessuti, va evitata a ridosso dell'ora del riposo. Infatti se è utile ad alcuni perché il fisico con l'esercizio viene 'gratificato' grazie al rilascio di endorfine per altri, a causa dell'adrenalina che stimola il sistema nervoso ad una maggiore reattività e accelera la frequenza cardiaca, rende più difficile prendere sonno.

Anche l'alimentazione è un aspetto da curare, spiega Camilla Pizzoni: "Un errore comune è mangiare troppo tardi la sera, abitudine che si prende nei mesi estivi. Andando a letto ancora appesantiti, con la digestione non completamente terminata, la notte può essere più difficile. I nutrizionisti stanno consigliando di cenare entro le 19 e rendere il pasto serale il più leggero della giornata." Ol-tre a buone abitudini esistono principi naturali che agevolano un sonno confortevole e riposante. Dalla classica camomilla alla meno comune lavanda, sono diverse le fonti erboristiche che possono agire a favore del sonno regolare.

Rivolgendosi al proprio farmacista si può essere indirizzati verso le migliori possibilità di integrazione per il proprio profilo, perché le cause dell'insonnia sono molteplici. Non esiste la soluzione universale. In base all'età, alle proprie abitudini, alle necessità lavorative (pensando ad esempio ai turnisti) o a periodi di particolare agitazione le formulazioni mirano ad aiutare a risolvere specifiche problematiche temporanee.

Ma se l'insonnia si dovesse prolungare per un periodo eccessivo, allora è bene rivolgersi al proprio medico. Il sonno è un bisogno primario e irrinunciabile, al pari del respirare o dell'alimentarsi. Conclude Pizzoni: "Chi si rivolge al farmacista e agli integratori deve avere darsi un limite di tempo, se entro qualche settimana non ottiene risultati è importante rivolgersi al medico di riferimento per indagare quali siano le cause dell'insonnia. L'errore più comune è usare il consulto alla ricerca necessariamente del supporto di farmaci: l'approccio dovrebbe essere sempre mirato alla soluzione delle cause del problema piuttosto che rivolto ai sintomi".

LaR

FREDDO E DOLORI: 3 VELOCI ESERCIZI A BENEFICIO DI OSSA E ARTICOLAZIONI

È inverno e il freddo si fa sentire su ossa e articolazioni, con dolori e dolorini. Succede che meno ci muoviamo per ripararci dal freddo, più il corpo si irrigidisce e così inizia un circolo vizioso che mette a dura prova muscoli e articolazioni, trasformando l'inverno in un nemico silenzioso.

Un recente studio ha evidenziato la connessione tra condizioni climatiche inclementi, inattività e dolori articolari, anche se non è solo colpa del termometro che scende. Che fare allora?

Il movimento - spiega Pietro Marconi, fisioterapista, esperto del movimento e ideatore di fisioallenamento.it - è la risposta naturale

per mantenere il corpo caldo, elastico e attivo spezzando quel circolo vizioso che il freddo tende a creare. Anche piccoli gesti fatti appena svegli aiutano a sciogliere le tensioni, riattivare la circolazione e mantenere il corpo caldo ed elastico, spezzando il blocco che il freddo tende a creare".

Esistono anche cattive abitudini, spesso inconsce che moltiplicano il dolore. Basti pensare che durante l'inverno tendiamo a muoverci meno e a stringerci per trattenere calore. Que-

sto comporta una maggiore rigidità muscolare perché i muscoli si irrigidiscono per lo scarso movimento.

Il fisioterapista italiano consiglia tre veloci esercizi che - assicura - consentono di mantenere il corpo elastico e pronto ad affrontare qualsiasi giornata. Ecco:

1. Mentre ti lavi i denti in bagno: aiuta la mobilità delle anche. In piedi davanti allo specchio con le gambe leggermente divaricate. Alza lateralmente una gamba mantenendola tesa. Rimani in equilibrio per almeno 5 secondi. Alterna e ripeti 5 volte

2. Mentre ti sposti in cucina, passando da una porta: eleva le spalle. In piedi tra uno stipite e

l'altro di una porta. Appoggia gli avambracci sugli stipiti in posizione a U o "a candelabro". Fai scivolare le braccia verso l'alto poi tornare alla posizione iniziale. Ripeti 5 volte

3. Mentre aspetti il caffè in cucina: fai stretching dei polpacci. In piedi, un passo avanti distante 30-40 centimetri. Fletti il ginocchio anteriore e mantieni la schiena dritta.

La gamba posteriore rimane tesa, piede ben appoggiato a terra. Rimani almeno 5 secondi. Alterna la gamba e ripeti 5 volte.

LaR





25 CABOT SQUARE, MACKENZIE WALK
CANARY WHARF - LONDON E14 4QA
TEL. 020 7513 0288



Amerigo Vespucci
ITALIAN RESTAURANT & BAR

www.amerigovespucci.co.uk
info@amerigovespucci.co.uk



Amerigo Vespucci is one of the longest established independent restaurants on the Wharf,
Happy New Year 2025!



Al 1° gennaio 2024 in Italia vivevano 22.552 centenari, per la stragrande maggioranza (81%) donne. A quella data i residenti nella Penisola che potevano vantare di aver raggiunto e superato la soglia dei 110 anni erano in tutto 21 (20 donne e un solo uomo).

Il primato assoluto di longevità appartiene a Claudia Baccharini vedova

baldi, che risiede a Faenza e lo scorso 13 ottobre ha tagliato il traguardo dei 114 anni.

"I miei 114 anni? Non li conto più... A dire il vero mi impressiona più che mia figlia ne stia per compiere 90", ha confidato di recente la donna più vecchia della Penisola, madre di dieci figli partoriti tra il 1935 e il 1953 (e terza su

IN FORTE AUMENTO GLI OVER 100 IN ITALIA (QUASI TUTTI DONNE...)

scala europea in quanto a anni sulle spalle).

Che si viva più a lungo (o meglio: che c'è chi vive più a lungo) lo conferma il fatto che in base all'Istat (l'Istituto nazionale di statistica) al 1° gennaio 2014 i centenari in Italia erano 17.252 e quindi in un solo decennio la popolazione dei super-vecchi ha registrato una crescita di oltre il 30%.

E i cosiddetti semi-supercentenari (quelli con almeno 105 anni di età)? Al 1° gennaio dell'anno appena passato erano in Italia 677, per l'89% donne.

Curiosamente quest'ultima categoria si è ridotta (nel 2020 erano un migliaio) per una ragione di carattere

strutturale: negli ultimi quattro anni sono entrati progressivamente nella classe di età degli over 105enni i superstiti nati durante la Prima Guerra Mondiale, contraddistinti da una natalità contingentemente più bassa. Tale effetto strutturale aveva interessato tra il 2016 e il 2019 le generazioni precedenti, portando a un calo della popolazione di 100 anni e più, che a partire dal 2020 ha ripreso a crescere in misura consistente registrando un incremento di quasi il 60% tra il 2019 e il 2024.

Ma c'è un segreto per vivere così a lungo? C'è chi dice di sì e cita il patrimonio genetico, le sane abitudini

alimentari e la socialità. Per Roberto Bernabei, presidente di Italia longeva, associazione legata al ministero alla Salute, il segreto però "non va chiesto a loro, perché non lo sanno. Certo, c'entrano la vita sana e la genetica, ma i centenari per certi versi sono un mistero".

E' un mistero che l'università di Cagliari cerca di penetrare studiando "la terra dei centenari sardi" e cioè Perdasdefogu, un comune di 1.700 abitanti nel Nuorese dove spicca la famiglia Melis, la più longeva al mondo per centenari e ultranovantenni viventi.

LaRedazione

Riesci a stare 10 secondi in piedi su una gamba sola?

Lo abbiamo fatto tutti a scuola il gioco dell'equilibrio, senza sapere quante informazioni preziose si nascondono seguendo una linea o camminando sulla trave. Un "gioco" che è diventato oggetto di uno studio - condotto dalla Mayo Clinic e appena pubblicato sulla rivista scientifica PLOS ONE - che ha confermato come la capacità di rimanere in equilibrio su una gamba per almeno 10 secondi possa incidere sulla probabilità di vivere più a lungo e con una qualità di vita migliore.

"L'equilibrio - spiega Pietro Marconi, fisioterapista, esperto del movimento e ideatore di fisioallenamento.it - non è solo una questione di stabilità o una dote fisica da raccontare. Il coordinamento richiesto da questo studio per mantenersi su una sola gamba dipende dalla collaborazione di vari sistemi corporei come quello nervoso, muscolare e cardiovascolare che sono contemporaneamente coinvolti per mantenere la postura corretta. Questa prova di equilibrio, pur sembrando semplice, implica anche una grande stabilità interiore e una buona propriocezione, ovvero la capacità del nostro corpo di percepirci nello spazio".

"Oltre al semplice gesto di mantenersi in equilibrio su una gamba, esistono - sottolinea Marconi - altri "campanelli di allarme" che ci raccontano molto della nostra salute. Indagare il proprio



livello di equilibrio rappresenta una sfida non solo fisica, ma anche mentale dimostrando la collaborazione tra vari sistemi corporei e coinvolgendo muscoli, sistema nervoso e cardiovascolare. Se tra gli effetti della buona stabilità c'è la riduzione del rischio di cadute e infortuni, un sistema cardiovascolare sano e una circolazione efficiente, che contribuiscono a mantenere l'equilibrio, sono associati a una vita più lunga. Non dimentichiamoci che la prontezza del sistema nervoso, che coordina movimenti e reazioni, è un segnale di salute cerebrale, mentre una mente attiva e concentrata è legata a una migliore qualità della vita".

C'è quindi un modo semplice per mettersi alla prova con una serie di semplici movimenti e, nel caso uno o

più dovesse risultare difficile, potrebbe essere il momento di intervenire per migliorare il proprio equilibrio.

Eccoli, questi semplici movimenti: Riesci a rimanere su una gamba sola per almeno 30 secondi? Ce la fai a rimanere su una gamba sola ad occhi chiusi per almeno 10 secondi? Hai problemi a rimanere sulle punte dei piedi per più di 10-15 secondi? Hai difficoltà a inginocchiarti per 5 volte? Fai o no fatica a rialzarti dalla sedia per 10-15 volte?

Allenare l'equilibrio - assicura il fisioterapista italiano - è possibile ma serve un percorso guidato che integra forza, mobilità e controllo del movimento: "L'obiettivo non è solo migliorare l'equilibrio, ma è anche rafforzare i muscoli, costruendo una connessione mente-corpo e rendendo ogni movimento più fluido. Chiunque può migliorare il proprio equilibrio rispettando i limiti del proprio corpo e senza forzature. Serve innanzitutto testare le proprie capacità magari attraverso i "campanelli di allarme" oppure facendo una lezione online gratuita di forza funzionale. Provare è il primo passo per capire il proprio livello di stabilità e iniziare un percorso di miglioramento. Con piccoli esercizi mirati, è possibile potenziare il proprio equilibrio e guadagnare in sicurezza e qualità di vita".

LaRedazione



IL SOLITARIO, INTRAMONTABILE GRAZIE AI PC

Da sempre i giochi di carte sono sinonimo di divertimento e svago, tirati fuori per passare dei bei momenti a tutte le latitudini. Che sia in famiglia, al bar, durante una festa o una riunione, c'è sempre un mazzo di carte in un cassetto, pronto a garantire piacere e risate, da soli o in compagnia. Una nuova indagine di Solitaire.net si concentra su uno dei giochi più antichi e amati al mondo - il solitario - per svelarne la storia, l'evoluzione e il successo senza tempo.

Lo studio ripercorre le origini antichissime dei giochi di carte: nati quasi 1500 anni fa in Asia e banditi dalla Chiesa perché considerate opera del diavolo, si diffusero a macchia d'olio tra tutte le classi sociali grazie allo sviluppo dell'incisione sul legno che le rese accessibili e riproducibili. Si passa poi al solitario e alla sua nascita in Francia sotto il nome di patience grazie alla creatività di un nobile che si annoiava in attesa di essere condotto alla forca. Da lì, il gioco ha preso piede in Inghilterra e nel resto d'Europa, dando vita a numerose varianti nazionali e regionali, tutte con l'obiettivo di sfidare la sorte e risolvere l'intricato gioco.

Il solitario ha poi avuto un enorme ritorno di fiamma nel 1990, quando venne sviluppato da uno stagista (che, tra l'altro, non guadagnò nulla dal successivo successo mondiale) e lanciato da Microsoft all'interno del sistema operativo Windows 3.0: oltre a diventare uno strumento di alfabetizzazione informatica per molte famiglie, si è trasformato in un classico tra i giochi per computer grazie alla quantità di memoria esigua occupata, all'intuitività e alla sua flessibilità. Anche se Windows ha deciso di rimuoverlo nel 2012, il solitario è ancora disponibile su molte piattaforme gratuite online, continuando a intrattenere milioni di giocatori con forte e immutato interesse.

LaR

www.alivini.com
020 8880 2526
orders@alivini.com
alivinicompanyltd
alivinicolt

DACCI SOTTO CON L'UNCINETTO (fashionable again!)

La signorina della foto che mette se stessa e i suoi lavori all'uncinetto in mostra è la 25enne Emma Emhoff, la figliastra di Kamala Harris, la candidata 'Dem' sconfitta alle presidenziali negli Usa. Secondo quanto riferiscono i giornali, Ms Emhoff avrebbe 340mila 'followers' su Instagram grazie alle sue lezioni on-line di 'crochet', come gli americani chiamano uncinetto.

Per quanto possa sembrare improbabile, la pratica dell'uncinetto è di moda tra gli appartenenti anglosassoni alla generazione 'Z' - cioè i giovani nati tra i medio-tardi anni novanta del XX secolo e i primi anni duemiladieci. La definizione è elastica e la distinzione è forse soprattutto culturale, ma - almeno in Nord America e in Gran Bretagna - i suoi appartenenti sono sempre più identificabili con la tendenza di riprendere in mano due delle occupazioni occasionali della nonna che si immaginavano ormai in via d'estinzione: l'uncinetto e, in secondo luogo, i lavori a maglia.

La tendenza non è nuovissima, ma arriva solo ora sulle grandi testate di moda. A luglio Vogue Italia è uscita, finalmente si direbbe, annunciando trionfalmente con un titolo a piena pagina che: "Il crochet è la tendenza retrò dell'estate 2024 da vere fashioniste!" Marie Claire era già uscita ben oltre un anno prima titolando allora,



molto più pacatamente: "The Wearable Crochet Trend Will Be Everywhere This Summer".

Comunque sia, il lavoro all'uncinetto - che ha anche i suoi aderenti maschi, per quanto in numero minore - è apprezzato prima di tutto dai suoi adepti non tanto perché sia una manifestazione dell'Alta Moda, ma piuttosto come una sorta di disciplina meditativa, una maniera deliziosamente 'lenta' per passare i momenti vuoti in un mondo che per il resto sembra a volte di girare troppo in fretta. Si consiglia particolarmente ai pendolari, stufo di passare il tempo a guardare a vuoto lo schermo dello smartphone mentre viaggiano...

LaR



GALLUCCI APRE A LONDRA CONCEPT STORE DI CALZATURE

Dopo le aperture di Milano e Miami, l'azienda marchigiana di calzature di alta qualità Gallucci apre un concept store a Londra in Walton Street a South Kensington, una delle strade iconiche per lo shopping di alta gamma nel Regno Unito.

L'apertura nasce dalla collaborazione con Walton Fine Art (WFA), concept store che prende vita trent'anni fa, specializzandosi in arte moderna e pop con maestri contemporanei come Andy Warhol, Banksy e Picasso, e quindici anni fa inizia a ospitare nuovi talenti che dopo qualche anno sono stati lanciati come artisti emergenti.

"Lo sviluppo di un brand - spiega il direttore generale di Gallucci e presidente di "Confindustria Giovani" Fermo Gianni Gallucci - passa dal retail e la scelta di Londra non è casuale, Londra è un ponte stabile tra Middle East e Stati Uniti. La nostra presenza era necessaria per sviluppare in maniera organica la crescita ed approcciare nuovi mercati con la nostra linea 'London hand made' e il nostro esclusivo servizio su misura, come quelli degli Emirati Arabi, Saudi Arabia e Qatar".

L'azienda, che affonda le radici in una tradizione familiare iniziata quasi cento anni fa, rafforza la sua strategia di internazionalizzazione che vede oltre ai concept store (e cioè sofisticati punti-vendita) lo showroom per i buyer internazionali in piazza San Babila a Milano.

LaR

SAIPEM contribuirà a rendere il Regno Unito più verde

La multinazionale italiana Saipem si è aggiudicata in via definitiva nel Regno Unito due importanti progetti riguardanti lo sviluppo delle strutture



offshore per il trasporto e lo stoccaggio di CO2. La commessa vale nel complesso 650 milioni di euro.

I progetti sono incentrati in una zona tra Leeds e Newcastle Upon Tyne chiamata East Coast Cluster, prevedono la posa di una condotta offshore di 143 chilometri e "contribuiranno alla realizzazione del primo polo industriale a zero emissioni nel nord-est dell'Inghilterra e al raggiungimento degli obiettivi Net Zero del Regno Unito con

il trasporto e lo stoccaggio di circa 4 milioni di tonnellate di CO2 all'anno a partire dal 2028".

Saipem è un leader globale nell'ingegneria e nella costruzione di grandi progetti nei settori dell'energia e delle infrastrutture, sia offshore che onshore. Quotata alla Borsa di Milano, è presente in più di 50 paesi nel mondo e impiega circa 30.000 persone di oltre 120 nazionalità.

LaRedazione

MILANO: DIVIETO DI FUMO IN AREE PUBBLICHE ALL'APERTO

Milano intensifica la guerra alla sigaretta: dallo scorso 1° gennaio il divieto di fumo in città è stato esteso a tutte le aree pubbliche o ad uso pubblico all'aperto, incluse vie e strade, ad eccezione quindi delle aree isolate in cui è possibile rispettare la distanza di 10 metri da altre persone.

Il comune del capoluogo lombardo, governato dal centro-sinistra, ha così deciso per la tutela della qualità dell'aria e la salvaguardia della salute di cittadini e cittadine.

Il divieto di fumo riguarda solo i prodotti del tabacco, mentre è ammesso l'utilizzo di sigarette elettroniche (e-cig).

In città, il divieto di fumare era già in vigore dal 2021 in alcune zone specifiche come le fermate dei mezzi pubblici, i parchi e le aree verdi, tra cui le aree cani e le aree giochi, i cimiteri e gli impianti sportivi.

Il provvedimento ha l'obiettivo di



contribuire a ridurre il PM10, ossia le particelle inquinanti nocive per i polmoni, e quindi di migliorare la qualità dell'aria della città, a tutela della salute dei cittadini e delle cittadine, comprendendo altresì la protezione dal fumo passivo nei luoghi pubblici, frequentati anche dai più piccoli

"Questo secondo step - spiega l'assessora all'Ambiente e Verde Elena Grandi - è in primis un'azione di sen-

sibilizzazione che punta a scoraggiare stili di vita che sappiamo essere dannosi per la salute di tutte le persone, non solo dei fumatori. Il fumo di sigaretta, secondo i dati di Arpa Lombardia, è infatti responsabile del 7% delle emissioni di polveri sottili. Stiamo parlando, quindi, di un provvedimento che vuole essere un'azione concreta di cui potranno beneficiare tutti, sia in termini di salute personale che di benessere generale. I comportamenti dei singoli possono fare la differenza e contribuire al miglioramento della qualità dell'aria della nostra città, quindi, da fumatrice, sarò la prima a cambiare le mie abitudini".

L'assessora si è detta "consapevole che fare rispettare questo provvedimento non sarà semplice né immediato" ma "anche convinta che sarà uno strumento per avviare un vero cambio culturale", non da ultimo grazie all'appoggio di tutta la comunità scientifica.

IN FULHAM A SENSORY TRIP TO THE RICH HERITAGE OF APULIA

A sensory journey to explore the rich cultural and gastronomic heritage of Apulia: this was the aim of an event organized on November 20 by Accademia Apulia UK at La Pizzica Restaurant in Fulham.

Attendees had the opportunity to meet and interact with talented young Apulian chefs, bakers, sommeliers, and other key figures in the culinary scene from London, further building a sense of belonging and strengthening ties with their homeland.

Highlights of the event - called "Apulian Spirit Connects Cultures" - inclu-



Marco Fedele e Claudio Povero

ded five tasting stands, one dedicated masterclass room on Apulian wines and beers, one cooking show station and presentations of 25 Apulian wine labels and 9 craft beers.

The initiative of Accademia Apulia UK

wanted to "promote Apulia's identity, fostering international connections, and providing a platform for the region's young talents working in the Ho.Re.Ca. sector in London" and "also facilitates opportunities for co-marketing and the promotion of Apulian products within the UK market".

It was supported by Regione Puglia under the patronage of ITA (Italian Trade Agency), by the importer TACCO Ltd, by the Associazione Internazionale Pugliesi nel Mondo and by a network of Apulian producers.

LaRedazione



Limiti velocità in auto: ma che male c'è a superarli?

Per il 51% degli italiani non è pericoloso superare i limiti di velocità. Soltanto il 34,7% ritiene utile rispettarli mentre il 16,4% pensa che un guidatore "esperto" possa ignorarli senza problemi.

Il sondaggio, commissionato dall'Anas, la società che ha in gestione la rete stradale, spiega perché gli automobilisti della Penisola sono particolarmente indisciplinati e potenzialmente irresponsabili. Per decenni ha imperversato una campagna martellante in radio e tv sul concetto "più velocità, più pericolo" ma non sembra proprio che abbia avuto presa.

Dal sondaggio emergono altri dati allarmanti: Fra gli intervistati l'11,4% crede infatti che durante la guida "si possa fare altro" mentre soltanto il 55,4% del campione è convinto che gli incidenti stradali dipendano da comportamenti errati. Appena il 60,1% degli automobilisti considera "utile" il Codice della Stradale, solo il 72,5% è convinto che alcol e stupefacenti siano sempre pericolosi mentre un buon 8,4% li considera "irrilevanti alla guida". Del 7,4 per cento è la quota di automobilisti che usa il telefonino quando è al volante e



non vede che male mai ci sia.

Le indagini svolte sulle strade dall'Anas segnalano il superamento dei limiti di velocità nel 10% dei casi (una vettura su dieci). Il superamento del limite oltre il 20% della velocità consentita avviene nell'1,2% dei casi. Bari si rivela la città più indisciplinata: il 34,6% dei veicoli, circa uno su tre, supera il limite; Torino per il 19,7%. Roma - dato davvero sorprendente - risulta la più virtuosa: i limiti sul Grande Raccordo Anulare vengono bellamente ignorati solo da una quota minima di

conducenti (fra lo 0,4% e l'1%)

In media, di notte si viaggia più veloce del 5,9% rispetto al giorno. Roma è la città che presenta la maggiore differenza della velocità media tra giorno e notte: il GRA di notte guadagna un +23% rispetto alla velocità diurna (66,5 km/h di giorno contro 81,9 km/h di notte).

Particolare curioso: nell'uso delle cinture i meno ligi sono i conducenti over 60.

"I dati emersi - ha commentato Aldo Iasi, amministratore delegato di Anas - dimostrano la necessità di sempre più investimenti sull'educazione stradale e sulla consapevolezza di rischi e pericoli al volante. Oltre a un grande impegno nel continuare a sensibilizzare gli utenti sull'importanza di una guida prudente, sicura e senza distrazioni, Anas sta lavorando per potenziare ancor di più gli standard di sicurezza della propria rete nella garanzia, come sempre, della manutenzione ordinaria delle infrastrutture ma puntando anche sull'innovazione tecnologica".

LaRedazione

La Papamobile si fa elettrica

D'ora in poi Papa Francesco non inquisirà più per nulla l'ambiente quando durante le udienze pubbliche farà il giro di Piazza San Pietro: si servirà di una nuova Papamobile completamente elettrica, regalata dal gruppo Tedesco Mercedes Benz.

Il nuovo veicolo, tecnologicamente avanzatissimo, particolarmente utile in vista degli impegni dell'Anno Santo 2025, è stato consegnato lo scorso 4 dicembre al pontefice in persona da Ola Källenius, CEO della Mercedes.

Si tratta di una auto scoperta Classe G completamente elettrica prodotta appositamente per il capo della Chiesa Cattolica, a trazione integrale e progettata per la velocità ridotta a cui Francesco viene normalmente condotto in Piazza San Pietro durante le udienze pubbliche.

Rispetto alla Classe G normale, il tetto è stato rimosso. In caso di pioggia o di cattive condizioni atmosferiche, un tetto a scomparsa protegge gli occupanti. Sul lato destro, il portellone posteriore è stato convertito in cerniere controrotanti, mentre il lato sinistro è stato interamente saldato. Come le precedenti papamobili, il veicolo è di colore bianco e porta la targa SCV1 ("Stato della Città del Vaticano").



"È un grande onore per noi poter consegnare questo veicolo a un Santo Padre", ha sottolineato Källenius durante la cerimonia di consegna dell'auto.

In effetti la Mercedes può già vantare quasi 100 anni di esperienza con la cosiddetta papamobile: il primo veicolo prodotto a Stoccarda fu infatti consegnato a Papa Pio XI nel 1930. Anche Francesco ha finora utilizzato una Classe G per le sue udienze generali, sebbene sia ancora classicamente alimentata a benzina.

Il Vaticano si è posto l'obiettivo di rendere ogni suo veicolo completamente privo di emissioni entro il 2030.

LaRedazione

L'APE VOLA VIA DALL'ITALIA



altri Paesi. Forse certe leggi sono state introdotte un po' frettolosamente, sembra che solo l'Europa si preoccupi dell'inquinamento, mentre al resto del mondo non frega nulla".

Addio dunque ad un veicolo che ha contrassegnato l'Italia della seconda guerra ed è una specie di sorella della mitica "due ruote" inventata dalla Piaggio in quegli stessi anni: la Vespa. Tanto che all'inizio fu anche chiamata Vespacar.

Al posto dell'Ape l'azienda toscana si concentrerà su un veicolo commerciale decisamente più moderno, chiamato Porter, che nasce da una joint venture con la cinese Foton e che sarà presto proposto anche in versione elettrica.

Nata da un'idea di Enrico Piaggio trasformata in progetto industriale dall'ingegnere Corradino D'Ascanio (padre anche della Vespa), l'Ape aveva incominciato a uscire dallo stabilimento di Pontedera nel lontano 1948 e aveva riscosso subito un grande suc-

cesso per la sua notevole versatilità grazie ai consumi modesti del motore di appena 98 centimetri cubi di cilindrata e al contenuto prezzo di vendita (comunque pari a 5-6 mesi di salario mensile di un operaio).

"Il motofurgone "APE" - così fu reclamizzato all'inizio - serve per il trasporto di circa 200 kg di carico utile alla velocità di 40/ km-h in strada piana con la possibilità di superare a pieno carico pendenze del 18%". Divenne uno dei simboli del "miracolo economico" che permise alla Penisola di mettersi alle spalle secoli di povertà e arretra-



tezza. Il volo verso l'India segna quindi decisamente la fine di un'epoca.

Usato come mezzo per il trasporto e la consegna di cose da contadini e artigiani (era una specie di mulo a moto-

re), ha avuto parecchie versioni, persino una tipo tuk tuk thailandese - l'Ape Calessino - che nel decenni passati ha furoreggiato nelle località turistiche.

LaRedazione

Se ne va un altro pezzo di "Made in Italy": la Piaggio non produrrà più nella Penisola l'Ape, l'iconico veicolo a tre ruote che da 76 anni usciva dal suo stabilimento di Pontedera in provincia di Pisa. D'ora in poi sarà fabbricato soltanto in India per il mercato asiatico e per quello africano. Per l'esattezza a Baramati, una città a 250 chilometri da Mumbai dove la compagnia italiana ha da parecchi anni un impianto.

La chiusura - effettiva dal gennaio 2025 - è stata annunciata a fine dello scorso novembre alla luce delle sempre più stringenti norme europee nel campo della sicurezza e dell'inquinamento. L'adeguamento a queste misure avrebbe richiesto investimenti troppo costosi.

"Con le attuali normative - si è rammaricato Samuele Nacci, segretario provinciale del sindacato Uil, che teme contraccolpi per l'occupazione a Pontedera - non ci sono più margini per produrre in Italia. Il nostro dispiacere è per un pezzo di storia di Pontedera che se ne va, con l'Ape che sarà ancora realizzata in altri stabilimenti di



L'artista

since 1985

PASTA - PIZZA - VINO - GELATO

est. 1985

NWT1 - UNDER THE BRIDGE

open every day from 12 to 12

in Golders Green
UNDER THE BRIDGE

917 Finchley Road
NW11 7PE
020 4530 9600

also available on
UberEats



Come far fruttare al meglio la liquidità?



Ricevere degli interessi sulla liquidità inutilizzata, sui conti risparmio e anche su conti correnti è un vantaggio per non far perdere troppo di valore al nostro gruzzolo, non certo per combattere l'inflazione di questo periodo. Ciò permette a tutti, specialmente agli investitori, di "arrotondare" sulla liquidità rimasta ferma o sui fondi di emergenza.

In futuro però si prevede un graduale abbassamento delle percentuali che le banche e gli istituti di credito offrono generalmente per alcuni prodotti (che ora oscillano generalmente tra il 1,75% ed il 5%) riducendo il margine di guadagno sull'ammontare disponibile sul conto. Quindi, oggi cosa conviene fare con la liquidità a disposizione in previsione di un abbassamento dei tassi d'interesse?

Quello della liquidità è stato sempre un argomento ricco di controversie, specialmente in periodi di forte inflazione. Il rallentamento dell'inflazione (che da poco tempo si aggira sotto il 2% in alcuni paesi europei) ha di conseguenza tirato con sé la riduzione dei tassi di interesse. Tuttavia, l'andamento poi dipenderà dalle evoluzioni del mercato globale nei prossimi mesi.

Ognuno accumula liquidità a seconda dei propri obiettivi. Uno dei più frequenti è quello di avere un fondo di emergenza, una sorta di salvagente che ci permette di fare fronte ad imprevisti che richiedono una disponibilità di soldi immediata, quindi devono essere liberi da ogni vincolo e soprattutto sicuri, cioè non soggetti al rischio di mercato che possa diminuirne il valore. Tra le soluzioni migliori per tale obiettivo ci possono essere i conti di risparmio, anche con un minimo tasso d'interesse, i conti depositi-to svincolati, che permettono di avere accesso alla liquidità in modo immediato e gli ETF, i quali permettono di ricevere un interesse annuo in base all'andamento di mercato ma che hanno un certo grado di sicurezza dovuto alla loro diversificazione e gestione.

C'è poi chi accumula liquidità per progetti a medio-lungo termine, ovvero chi ha bisogno di un certo ammontare di liquidità in uno specifico momento nel futuro, per progetti, investimenti, acquisto di beni mobili o immobili. In questa categoria, si potrebbe pensare di affidarsi a conti di deposito vincolati che in genere offrono dei tassi di interesse più alti ma i soldi sono sostanzialmente bloccati per un determinato periodo di tempo. Il vantaggio è sicuramente quello di avere un tasso di interesse fisso per tutta la durata del deposito, quindi si saprà esattamente quanto si andrà a prelevare una volta che i soldi verranno svincolati.

Un'altra soluzione potrebbe essere quella di affidarsi a titoli di stato o bond, i quali sono abbastanza sicuri e permettono una resa in media del 2/3% annuo. Per chi ha in mente progetti futuri o ha bisogno di liquidità in uno specifico periodo di tempo in futuro questi potrebbero essere una soluzione piuttosto interessante. Ovviamente, i tassi di interesse citati sono puramente indicativi, tutto dipende dal livello di inflazione, tassi di interesse e da come le banche centrali gestiranno la situazione nei prossimi mesi.

Un altro scopo potrebbe essere quello di avere liquidità disponibile subito in prospettiva di investimenti. Avere, ad esempio, una porzione di liquidità nel portafoglio di investimenti ci permetterebbe di acquistare un determinato titolo/azione in uno specifico momento di mercato, ad un prezzo favorevole. Tale mossa ci consentirebbe di aumentare il margine di guadagno in modo significativo sul medio-lungo termine.

Questa liquidità disponibile in portafoglio ha lo scopo di essere utilizzabile immediatamente per l'investimento, perciò non è necessario ricevere un interesse su questi soldi e, non avrebbe senso, ovviamente vincolarli. Alcuni broker, tuttavia, consentono di ricevere un interesse sulla porzione di liquidità non investita.

Gestire la liquidità può sembrare un gioco da ragazzi visto che potrebbe non servire immediatamente o rimane inutilizzata per lungo tempo, quindi molte persone non ci danno la dovuta importanza. È invece fondamentale sapere in che modo preservarla e come utilizzarla quando si presenta l'occasione.

The leading industry experts

@tripdigest

follow us on: www.tripdigest.com


TripDigest

JOIN THE DISCOVERY

Tendenze, Business, Cultura del Lavoro

Soffrite di Stress Digitale? Si gestisce in vari modi



Elisa Sgubin

Nelle grandi città come Londra, dove il ritmo frenetico e la connettività incessante dominano la vita quotidiana, lo stress digitale emerge come un fenomeno sempre più rilevante. Questo tipo di stress, derivante dall'uso eccessivo o dalla prolungata esposizione a dispositivi digitali quali smartphone, tablet e computer, si insinua subdolamente, portando a conseguenze negative per la salute mentale e fisica degli individui. Chi ne è soggetto, prova particolare difficoltà nella gestione del flusso continuo di informazioni.

Il confronto con lo stress digitale è diventato un tema ricorrente non solo per il cittadino medio ma anche per figure pubbliche il cui vissuto offre una finestra su questa realtà complessa. Elon Musk, CEO di Tesla e SpaceX, è uno degli esempi più illustri. Nonostante il singolare successo, Musk non ha esitato a rivelare come il peso delle responsabilità e l'incessante attenzione dei media, abbiano influito negativamente sulla sua salute mentale, portandolo a momenti di forte stress.

Anche Lady Gaga, icona mondiale della musica e attivista per le questioni di salute mentale, ha condiviso esperienze simili. Ha descritto come l'uso intensivo dei social media abbia aggravato i suoi periodi di depressione, inducendola a prendere pause dalla vita pubblica per recuperare energia e stabilità emotiva. Le sue riflessioni sottolineano un aspetto cruciale del nostro tempo: anche coloro che sembrano avere una quotidianità perfetta possono essere vulnerabili agli effetti debilitanti dell'era digitale.

Le giovani generazioni, in particolare i figli delle celebrità, vivono sotto i riflettori sin dalla nascita, affrontando aspettative pubbliche e critiche che possono essere schiaccianti. Il "Child Development Journal", pubblicazione accademica di rilievo internazionale che si focalizza sulla psicologia dello sviluppo dei bambini, ha indicato come questa pressione possa avere impatti negativi sulla crescita emotiva e sociale dei più giovani, sottolineando l'importanza di proteggerne la privacy e il benessere. La celebre coppia di attori, Kristen Bell e Dax Shepard, ha adottato una politica ferma riguardo alla privacy dei figli, col divieto ai paparazzi di fotografare le loro bambine e non condividendo immagini dei volti sui social media. Bell e Shepard sono stati anche promotori di una campagna che incoraggia i media a non pubblicare foto di bambini di celebrità senza il consenso dei genitori.

Allo stesso modo Beyoncé e Jay-Z, nonostante la fama mondiale, hanno mantenuto i tre figli lontani dai riflettori. La coppia raramente ne condivide immagini sui social media e, quando lo fa, spesso adotta misure per nascondere i volti. Mentre la coppia Ryan Gosling - Eva Mendes, ha spiegato, in diverse interviste, il desiderio che le figlie fossero "bambine il più a lungo possibile", senza esibirle al pubblico.

Per navigare le acque agitate dello stress digitale, esistono alcune strategie efficaci. La prima è il riconoscimento del "doomscrolling", l'abitudine di leggere compulsivamente notizie negative. Studi dell'Università di Sussex indicano che mantenere un ambiente ordinato e pulito può aiutare a mitigare l'ansia e a ripristinare un senso di controllo.

Altrettanto importante è limitare l'uso dei dispositivi digitali, soprattutto prima di coricarsi, come dimostrato da ricerche sul "Journal of Sleep Research" che evidenziano come una ridotta esposizione alla luce blu migliori la qualità del sonno. Infatti, la luce blu emessa dai dispositivi digitali interferisce con i ritmi circadiani del corpo, che regolano il ciclo naturale di sonno e veglia. (per approfondire: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9424753/>).

Un'altra tattica efficace è esprimere apertamente i propri sentimenti. Volti conosciuti, ad esempio Selena Gomez, hanno dimostrato come condividere le proprie lotte possa alleviare lo stress. Inoltre, limitare l'uso dei social media a 30 minuti al giorno, come raccomandato da uno studio dell'Università della Pennsylvania, può ridurre significativamente i sintomi di depressione e ansia (fonti quali Psychology Today esaminano queste tecniche, link: <https://www.psychologytoday.com/gb>).

Per chi desidera approfondire le strategie per contrastare lo stress digitale, il libro "Digital Minimalism" di Cal Newport offre preziose indicazioni per ridurre l'impatto delle tecnologie sulla vita quotidiana.

La seguente tabella illustra gli effetti della riduzione dell'uso dei social media, basata sui risultati dello studio dell'Università della Pennsylvania.

Impatti dell'Uso dei Social Media

Durata uso quotidiano dei Social	Livello di Stress	Qualità del Sonno	Incidenza di Depressione
Più di 3 ore	Alto	Basso	Alta
30 minuti	Moderato	Alto	Bassa
Nessun uso	Basso	Molto alto	Molto bassa

Lo spettro espone tre scenari principali. Un uso prolungato dei social media, oltre 3 ore, è associato a un aumento del livello di stress, una riduzione della qualità del sonno e un'alta incidenza di sintomi depressivi. Questo scenario suggerisce che un eccessivo impegno sui social media, può avere effetti negativi significativi sulla salute mentale e fisica.

Un uso moderato dei social media -30 minuti- è correlato a un livello di stress moderato, migliore qualità del sonno e minori sintomi depressivi. Indica che un uso controllato e limitato può contribuire a un equilibrio più salutare, mantenendo i benefici della connettività sociale senza gli effetti collaterali negativi.

Altresì, il non uso di social media, registra i più bassi livelli di stress e di sindromi depressive, con una qualità del sonno molto alta. Questo suggerisce che evitare completamente i social media risulta benefico per alcune persone, specialmente quelle sensibili agli effetti dello stress digitale.

Ecco quindi che ridurre l'esposizione a dispositivi digitali e social media, e imparare a gestire lo stress è essenziale per mantenere un equilibrio nella vita di tutti i giorni. Ascoltare le esperienze di chi vive sotto i riflettori può offrire preziosi spunti su come affrontare e mitigare le pressioni della vita digitale, contribuendo a un'esistenza più serena e bilanciata.



W. English & Son Funeral Directors

148 Hoxton Street, Hoxton N1 6SH
020 7739 9165

Providing local funeral care 24 Hours a day

COSTRUIRSI UNA CASA DA ZERO: SI FA COSÌ



Costruire una casa per la tua famiglia da zero, convertire un fienile, sviluppare un appezzamento di giardino o costruire su terreni agricoli o "brownfield" richiede una pianificazione attenta. Il primo e più cruciale passo in questo percorso è ottenere il permesso di costruzione. Senza di esso, il tuo progetto rischia di essere compromesso. Di seguito è riportata una guida completa per aiutarti a navigare efficacemente nel processo di pianificazione.

Permesso di Costruzione: La Porta d'Accesso alla Casa dei Tuoi Sogni

Capire le preferenze e le politiche del dipartimento di pianificazione locale aumenta significativamente le tue possibilità di approvazione. Il permesso di costruzione può essere complicato, ma con l'approccio giusto diventa gestibile.

Costruire su Terreni

Lo sviluppo di terreni si riferisce alla costruzione su appezzamenti non visibili dalle strade pubbliche, spesso all'interno di aree già sviluppate. Sebbene talvolta criticato come "sfruttamento dei giardini", lo sviluppo di terreni posteriori può contribuire a risolvere la carenza di alloggi se fatto con attenzione.

Domande da porsi:

C'è accesso stradale? Assicurati che il tuo appezzamento sia collegato a una strada pubblica o abbia un percorso che controlli.

Avrà un impatto sui vicini? Tieni informati i vicini e affronta preoccupazioni come la luce bloccata o la perdita di privacy.

Includi parcheggi fuori strada? Molti consigli richiedono parcheggi dedicati a meno che l'appezzamento non sia in una posizione centrale.

Che dire dell'impatto ecologico? Effettua un'indagine ecologica se necessario e considera di sostituire alberi o habitat persi.

Consigli per il Successo:

Usa progetti creativi e a basso impatto per ottenere l'approvazione.

Studia le politiche di pianificazione locali e progetti di successo nella tua area.

Collabora con uno studio di architettura esperto per semplificare il processo.

Costruire su Terreni in Cintura Verde

Le aree della Cintura Verde sono zone protette destinate a prevenire l'espansione urbana. Tuttavia, ci sono eccezioni per circostanze speciali:

Quando è Consentita la Costruzione?

Terreni Già Sviluppate: Se il tuo appezzamento in Cintura Verde ha già strutture, potresti richiedere un edificio sostitutivo con impatto minimo.

Sviluppi di Riempimento: Aggiungere una casa in uno spazio vuoto tra proprietà potrebbe essere fattibile.

Alloggi Accessibili: I consigli potrebbero approvare piani che affrontano carenze abitative rurali.

Progetti Eccezionali (Case del Paragrafo 84): Progetti unici e sostenibili dal punto di vista ambientale che migliorano l'area potrebbero ottenere l'approvazione.

Punti Chiave:

I terreni della Cintura Verde possono sovrapporsi ad aree come AONB (Aree di Eccezionale Bellezza Naturale) o zone di alluvione, complicando le autorizzazioni.

Design eccezionali e sostenibilità spesso influenzano le decisioni.

Collabora con architetti specializzati nello sviluppo della Cintura Verde.

Costruire su Terreni Agricoli

I terreni agricoli sono spesso convenienti ma difficili da convertire per uso residenziale. Ecco cosa devi sapere:

Strategie:

Ricerca le Politiche Abitative Locali: Controlla se il tuo appezzamento è in linea con i piani del consiglio per lo sviluppo.

Call for Sites: Presenta il tuo terreno durante le revisioni del consiglio locale per destinarlo a future abitazioni.

Alloggi per Lavoratori Rurali: Dimostra la necessità (ad esempio, per la cura del bestiame) per ottenere permessi temporanei, e successivamente permanenti.

Avvertenze:

Fai attenzione alle truffe che promettono una facile conversione dei terreni agricoli.

Tentare di bypassare le normative (ad esempio, la regola dei quattro o dieci anni) comporta rischi legali significativi.

Modifiche alle Regole Transitorie:

Da aprile 2024, la "regola dei quattro anni" per sviluppi non autorizzati è stata sostituita da un requisito più severo di dieci anni. Consulta sempre professionisti per navigare queste regole complesse.

Costruire su Terreni Brownfield

I siti Brownfield, terreni precedentemente sviluppati ma inutilizzati, offrono ottime opportunità per la costruzione. Tuttavia, rimangono delle sfide:

Vantaggi:

Il permesso di costruzione è spesso più semplice da ottenere.

Lo sviluppo di terreni Brownfield si allinea con le iniziative governative per aumentare gli alloggi.

Sfide:

Contaminanti come amianto o sostanze chimiche potrebbero richiedere la rimozione.

Infrastrutture, qualità dell'aria e rumore devono essere adatti all'uso residenziale.

Preservare il patrimonio locale e l'ecologia può aumentare la complessità del progetto.

Consigli:

Usa risorse come le mappe dei siti Brownfield della National Housing Federation.

Concentrati su design creativi e sostenibili adattati al sito.

Collabora con architetti esperti nella riqualificazione di terreni Brownfield.

Come Può Aiutarti Natalia Giacomino Architects

Come studio di architettura e pianificazione accreditato RIBA con sede a Londra, siamo specializzati in estensioni residenziali, conversioni e nuove costruzioni. Dal permesso di costruzione al design innovativo, garantiamo che il tuo progetto sia conforme alle normative e valorizzi l'ambiente locale.

Natalia Giacomino
ARB, Chartered Member of RIBA



L'Italian Christmas Bazaar ha fatto ancora una volta centro

Il Circolo ha fatto ancora una volta centro con il suo "Italian Christmas Bazaar" nella ormai tradizionale sede della Chelsea Old Town Hall, nel bel mezzo della scintillante King's Road.

Il mercatino natalizio è l'evento più importante, in termini di raccolta fondi, della charity che ha la missione di divulgare la cultura italiana nel Regno Unito.

Quest'anno la data è stata anticipata al 23 novembre per offrire l'opportunità di scegliere per tempo in un significativo panorama di prodotti italiani, regali raffinati, dal vestiario alla gioielleria, e prelibati, con un'ampia offerta di prodotti gastronomici italiani tipici del periodo natalizio. Particolarmente apprezzato è stato l'angolo del caffè, sponsorizzato da Lavazza, allestito proprio di fronte alla Grotta di Babbo Natale.

Ad aprire l'evento, con il tradizionale taglio del nastro, è stata Maria Grazia Lambertini, patrocinatrice de Il Circolo, moglie dell'ambasciatore d'Italia in UK Inigo Lambertini che l'ha accompagnata.

Anche quest'anno la manifestazione ha goduto del supporto di importanti sponsors tra cui Vinlist, che ha offerto agli ospiti una sofisticata scelta di assaggi di vini italiani, e Tuscany and Taste, con le sue prelibatezze toscane a base di tartufo. Grazie al loro contributo la giornata si è chiusa con un "aperitivo italiano" allietato dalle canzoni della cantautrice Susanna Paisio.

Durante la serata si è svolta un'asta, condotta dal Maestro Dimitri Scarlato, con premi offerti da Pineider, Lavazza e dalla famiglia Melpignano (un soggiorno presso l'esclusiva Masseria San Domenico in Puglia).

L'Italian Christmas Bazaar ha chiuso simbolicamente l'anno di attività de il Circolo che, nel 2024, ha organizzato ben 46 eventi.

Vincenzo Cappelluto

a Londra, Manchester e in tutto il Regno Unito



VI AIUTIAMO CON:

Domande di pensione britanniche, italiane e complementari, welfare benefits, universal credit, disabilità, infortuni, posizioni assicurative, iscrizioni AIRE, pratiche consolari, richieste modello U1, Settled Status e molto altro.

telefono:
0207 359 3701

email:
regnounito@inca.it

sito web:
www.incauk.net

su Facebook:
INCA Regno Unito



Immigration and Employment:
Online training for companies.

- Setting up / Buying a UK company
- UKVI Sponsorship: hiring skilled staff
- Job offer stage - Employment law
- Immigration: Right to Work checks

6 March 2024 and 17 April 2024
11:00-13:15 hrs. on Eventbrite

Register: www.rcelers.it/events

WWW.CHANGEMYMIND.CO

Veronica Gioscia
Counselling Psychologist
HCPC & BPS accredited

www.changemymind.co

I buoni propositi per l'anno nuovo: ecco come tradurli in realtà



Veronica Coscia

Durante la stagione natalizia ci facciamo spesso trascinare dalla tentazione. E' quasi impossibile resistere a quella fetta di panettone, al bicchiere della staffa, all'ammazza caffè corretto per non parlare poi di cene, pre-cene, cenoni e festeggiamenti vari...

Il risultato sono alcuni chili in più e moltissimi buoni propositi. A questo si aggiunge il Capodanno, dove inevitabilmente molti fanno un "bilancio" dell'anno che si chiude. E' ormai accertato che la nostra capacità di giudizio per i nostri risultati non è delle migliori. Ci concentriamo su

quello che ancora non abbiamo ottenuto, ci dimentichiamo regolarmente da dove siamo partiti, delle sfide che avevamo di fronte e spostiamo in continuazione l'obbiettivo finale. La spiegazione è semplice: una parte della nostra mente, quella parte primitiva e irrazionale, ci vuole sempre all'erta, sempre un po' in ansia, sempre sul chi va là. E' meglio una persona pronta a qualsiasi pericolo piuttosto che una persona felice che passeggiando serenamente viene divorato dalle belve feroci. Certo oggi non ci sono più questi pericoli imminenti ma la nostra mente primitiva non lo sa. E così finiamo sempre perdenti quando dobbiamo dare una valutazione di quello che abbiamo raggiunto. Oppure, barriamo, rimandiamo, facciamo finta. Come quando saliamo sulla bilancia con un piede solo, indossiamo abiti di una taglia più piccola piuttosto che ammettere di aver preso qualche chilo, e che dire poi della famosa ritenzione idrica o della struttura ossea importante che fuga qualsiasi dubbio sulle nostre reali responsabilità.

Insomma arriviamo al primo gennaio con una lista infinita di obiettivi nuovi di zecca. Le palestre lo sanno, a gennaio gli iscritti si moltiplicano. Ma lo sanno anche i personal trainer, i coach di arti marziali, i corsi online, gli iscritti a nuovi interessi, gli insegnanti di musica, i dietologi e chi più ne ha più ne metta. Tristemente la ricerca ci dimostra che per febbraio i nuovi iscritti hanno diminuito la loro presenza del 50% e a marzo rimangono pochissimi dell'ondata dei buoni propositi.

Allora come fare? Mai cominciare di lunedì, o il 1 di qualsiasi mese, o all'inizio. Per avere successo bisogna sviluppare una vera e propria abitudine. La dieta deve diventare regime alimentare, il nuovo interesse deve essere integrato nella nostra routine quotidiana, l'obbiettivo non deve essere eccezionale, ma scalabile. Questo ci insegnano le persone di successo. Vince chi è costante, chi suddivide il target in gradini raggiungibili, chi continua regolarmente e chi intraprende l'attività divertendosi. Ci vogliono 30 giorni a stabilire una buona abitudine. Il mio consiglio per il nuovo anno è questo: invece di imporci nuovi propositi, stabiliamo nuove divertenti abitudini, incominciando da mercoledì.

Veronica Gioscia, Counselling Psychologist. - www.changemymind.co



Giuseppe's Ristorante Italiano

is one of the South Bank's oldest family run Italian restaurant

47/49 Borough High Street, London SE1 1NB

Tel: 0207 407 3451

info@giuseppesplace.com - www.giuseppesplace.com



AMORE E DINTORNI

Rubrica a cura di Gianna Vazzana
notiziedalcuore@gmail.com

IS IT ACCEPTABLE THAT IN MY PARENTS' HOME I CAN'T SLEEP WITH MY PARTNER?

Elsa writes:

My partner and I have been living together for four years, but we have no intention of getting married. We're both convinced that our relationship is just as important and serious as a marriage. To us, he's my husband, and I'm his wife. When we visit my parents, who live quite far away, we need to stay overnight because it's not practical to go there and back in one day. However, they insist on making us sleep in separate rooms, saying they'll only let us share a room once we're married. I've tried explaining that we're not planning to get married and that, in our eyes, we already are. But they insist that their house, their rules. I told them I respect their rules, so from now on, whenever we visit, we'll book a B&B nearby. But now my mum is crying and telling everyone that I don't want to stay with her anymore. I feel guilty—should I just go along with their rules?

Dear Elsa,

Of course, you could go along with their rules. Why not? After all, for one night, you and your partner could sleep in separate beds. Would it really make a difference? I'd say not. One or two nights in separate beds isn't the end of the world. In fact, having your own space every now and then might even feel refreshing.

But I get the sense that the real issue here isn't whether you sleep apart or not, but something much deeper: that your relationship is being belittled, treated as inferior or less significant simply because it doesn't have the stamp of institutional approval. What's really happening is a clash of values: your parents believe traditions and conventions define moral standards, while you believe your feelings are just as meaningful as a formal marriage.

Who's right? That depends on your perspective. To help me answer, I'm calling on David Hume: in his Treatise of Human Nature, the philosopher explains that people often view "right" and "wrong" as universal concepts, determined by pure reason. But in truth, Hume argues, the foundation of morality is a feeling—empathy. It's our ability to connect with others' pain or joy that allows us to form moral judgments. Reason, on the other hand, can only describe facts; it cannot tell us what is right or wrong.

For example, reason can show me that stealing causes suffering. But to make the leap to "stealing is wrong," I need something more: a moral sentiment. That's where feelings come in. Hume also points out that many of our moral rules stem from conventions created to address the needs of society at a particular time. The rule that couples shouldn't share a bed unless married reflects, for instance, values rooted in traditional cultures—but it's hardly universal.

So, who's right? This is where Jean-Jacques Rousseau comes in: he believed in a social contract that governs interactions between individuals for the common good. According to Rousseau, to be part of a community, you must follow its laws—but those laws should reflect the general will, aiming for collective well-being.

In your parents' home, their rules are like a mini social contract. It's fair enough to respect them. However, their traditions don't seem to serve anyone's well-being—they don't protect or benefit anyone. They simply perpetuate a cultural norm.

The most balanced choice, which allows you to respect their rules without yielding to them, is the one you've already identified: stay in a nearby B&B. Explain to your mum that you're not being disrespectful—on the contrary, you're going out of your way, even spending money, just to spend time with her. You could simply refuse to visit, but you've chosen a solution that honours both your relationship and your bond with her.

This approach reflects what the philosopher Gillian Carol might describe as an ethic of care. While your mother seems to focus on formal rule-following and outward respect, you're demonstrating concern for everyone's needs: her wishes and the dignity of your relationship.

You're not obliged to submit to a morality that isn't your own. Keep showing your love for your mum, but don't compromise the values that matter most to you.

If you'd like to share your story, feel free to email me at notiziedalcuore@gmail.com. Your name will be changed to ensure your privacy.

If you're facing challenges in your relationships and would like personalised support, you can enquire about coaching by reaching out to me at hello@philosophicalhearts.com.





Servizio gratuito di supporto

Elenco
Lista dei corsi e relative informazioni
Consulenza personalizzata per la scelta del percorso
Primo dell'applicazione alle università
Primo dell'iscrizione e Student
Placement

Cosa sai sui programmi di studio in Inghilterra?

Lezioni flessibili e fondi governativi

Contattaci al numero 020 7371 5253

Contattaci al numero 020 7371 5253

Contattaci al numero 020 7371 5253




**182-184 Wandsworth Bridge Rd
Fulham, London SW6 2UF**

Phone: 020 7371 5253

www.paggs.co.uk



**107-111 Heat Street
Hampstead, London NW3 6SS**

Hotel: +44 (0)20 7435 8965/4941

Restaurant: +44 (0)20 7794 7526

Fax: +44 (0)20 7794 7592

www.lagaffe.co.uk
info@lagaffe.co.uk

8 GIORNI DI FERIE E NE FAI 32 DI VACANZA (IN ITALIA)



Per i cinesi il 2025 è l'Anno del Serpente ma per gli italiani è l'Anno dei Ponti, nel senso che prendendo appena sei giorni di ferie potranno fare ben 32 giorni di vacanza. Bingo!

Un incastro perfetto tra le festività del calendario e i week-end rende possibile allungare le assenze dal lavoro, con particolare gioia dell'industria turistica che spera di ricavarne un ancor maggiore flusso di viaggiatori.

L'Anno dei Ponti non si è fatto attendere: appena iniziato ha offerto la prima succulenta occasione di lungo

relax. Prendendo ferie il 2 e 3 gennaio è stato possibile starsene lontano dal lavoro da Capodanno al giorno della Befana (6 gennaio).

Il periodo pasquale promette anche di meglio: ben nove giorni di festa, dal 19 al 27 aprile consumando appena tre giorni di ferie (22, 23 e 24 aprile).

Appena dopo la pausa pasquale la prossima si occasione si presenta per la Festa dei Lavoratori: quattro giorni di vacanza (1, 2, 3 e 4 maggio) con un solo giorno di ferie (2 maggio).

I tre ponti successivi di tre giorni cia-

scuno (Festa della Repubblica del 2 giugno, Ferragosto, Immacolata Concezione dell'8 dicembre) non richiederanno nemmeno giorni di ferie per essere goduti a pieno.

Grazie al fatto che il Natale 2025 cadrà di giovedì si potranno poi fare quattro giorni di vacanza (dal 25 al 28 dicembre) con zero ferie.

LaRedazione

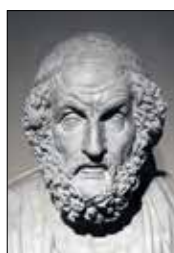
Trigger warning! Attenti ai "turbamenti mentali" provocati da Omero

I 'trigger warnings' - gli avvisi che i contenuti di una pubblicazione o di un film potrebbero avere effetti devastanti sulle menti labili - sono tra le invenzioni più curiose della recente cultura anglosassone. Non si tratta più degli avvertimenti convenzionali su contenuti direttamente dannosi - come nei casi di allergie alle noccioline contenute in una barretta di cioccolato - bensì di pericolosi concetti intellettuali, di idee che potrebbero potenzialmente provocare reazioni 'traumatiche' nelle persone che le incontrano.

Lo scopo immediato di tali avvisi dovrebbe essere quello di proteggere autori ed editori da eventuali cause per danni da parte dei fruitori dei contenuti, i cui processi mentali vengono turbati da idee o ricordi di esperienze infelici del passato così 'risvegliati', facendoli ricadere in vecchi traumi...

Il concetto è talmente fumoso da poter essere applicato a un numero sterminato di situazioni improbabili, seppure teoricamente possibili. Tanto vale allora non correre il rischio... Così, l'Università di Exeter, in Inghilterra - un paese particolarmente vulnerabile al 'politically correct' - ha da poco applicato un trigger warning all'Iliade e all'Odissea del poeta greco Omero, il cui busto appare nell'immagine di accompagnamento a questo pezzo

Le due opere sono considerate letteratura greca, ma - secondo i timorosi accademici - potrebbero provocare disagi 'a causa dei riferimenti alla mortalità infantile'. Si suggerisce di lasciarle l'aula se questi



La mossa dell'ateneo ha perironici, facendo però anche ordinarie, è facile ignorare i ogni grado scolastico ne traggono comunque un'altra lezione: alla vista dell'avviso, non sono più tenuti a studiare l'argomento specificato. Non possono essere quindi interrogati o giudicati sulla loro conoscenza del tema 'disagevole'...

I trigger warnings sono probabilmente un fenomeno temporaneo, ma sottolineano il graduale passaggio nel mondo anglosassone dalla 'moralità' come misura della bontà delle scelte e le azioni compiute a un giudizio basato su quanto siano 'salubri' o meno.

James Hansen

EX-MINISTRO UK ELOGIA IL MURO TRA ITALIA E...TURCHIA



L'ex ministro agli Interni Suella Braverman ha elogiato l'Italia per aver costruito un Muro anti-Immigrati al confine terrestre con la...Turchia. Ha addirittura assicurato di averlo visto di persona.

"L'Italia - ha sottolineato l'esponente della destra conservatrice a inizio gennaio nel corso di un'intervista alla radio LBC di Londra - ha rafforzato i suoi confini. Hanno costruito un muro. Sono andata a vedere quel muro. Hanno costruito un muro sul confine terrestre tra Italia e Turchia. Hanno i droni.

Hanno veicoli blindati. Hanno soldati. Il numero di persone che attraversano il confine è crollato".

A due riprese Home Secretary, pro-Brexit, Suella Braverman si è trovata al centro di parecchie prese in giro per aver parlato dell'inesistente confine terrestre tra Italia e Turchia e ha dovuto ammettere il clamoroso errore di geografia con un tweet su X: "Mi riferivo al confine terrestre della Grecia con la Turchia, che ho avuto l'onore di visitare. È un grande successo!".

LaRedazione

GLI ULTIMI FILM DISPONIBILI SOLO IN INGHILTERRA

REGALO
PER I LETTORI DE
"LA NOTIZIA
LONDRA"

**PROVA
2 MESI
GRATIS**
ilglobo.com/regalo
usando il codice
LANOTIZIA
Scarica l'app
"Il Globo TV"



A GIRL RETURNED (L'ARMINUTA)

Nel 1975, in piena estate, una ragazzina di tredici anni viene restituita alla famiglia di origine alla quale non sapeva di appartenere. Smarrisce tutte le sue certezze e si ritrova a dividere gli spazi con cinque fratelli.



THE MOST BEAUTIFUL DAY IN THE WORLD (IL GIORNO PIÙ BELLO DEL MONDO)

Arturo Meravaglia è l'impresario di un piccolo teatro di avanspettacolo ormai in declino. L'eredità da parte di uno zio gli accende la speranza, ma ben presto scopre che si tratta di due bambini.



THE FAMILY HOUSE (LA CASA DI FAMIGLIA)

Alex, i gemelli Oreste e Giacinto, e Fanny sono quattro fratelli cresciuti in ricchezza, ma non potrebbero essere più diversi. Per risolvere alcune difficoltà economiche, decidono di vendere la casa di famiglia.



DOCTOR ON CALL (UNA NOTTE DA DOTTORE)

Pierfrancesco è una guardia medica notturna e, in un incidente, si scontra con Mario, un rider trentenne che fa consegne a domicilio. A causa dell'impatto, il dottore non potrà lavorare e ha un'idea: Mario farà le visite al posto suo.

IL GLOBO TV

L'Italia sempre con te

Entra nel sito per l'accesso immediato: tv.ilglobo.com

Paga 6,2 milioni di dollari per banana "Made in Italy" (e se la mangia)



Maurizio Cattelan

Un collezionista cinese dai guadagni immensi grazie alle criptovalute ha pagato una banana

6,2 milioni di dollari, il che fa circa 30 milioni di dollari al chilo, e se l'è mangiata davanti ai giornalisti nel corso di una conferenza-stampa. Negli ultimi anni il prezzo delle banane è sì aumentato ma qui l'inflazione non c'entra: la banana iper-cara fa parte di un progetto artistico dell'italiano Maurizio Cattelan. Invece che essere mangiata dovrebbe essere appesa al muro con una striscia di nastro adesivo fornito (senza sovrappeso...) assieme ad un certificato di autenticità e alle istruzioni per l'installazione.

La banana da appiccicare alla parete è stata chiamata "Comedian" da Cattelan e lo scorso novembre è stata messa all'asta a New York da Sotheby che le aveva dato una stima tra un milione e un milione e mezzo di dollari quando era stata venduta nel 2019 - subito dopo la "creazione" - per 120mila dollari.

Volutamente iconoclastica, la banana di Cattelan è stata più volte esposta con clamore e in due occasioni - a Miami e a Seul - era già finita mangiata. La stessa sorte le ha fatto fare il suo ultimo "proprietario, Justin Sun, fondatore della piattaforma di criptovalute Tron, che se l'è pappata con gusto durante una conferenza stampa ricavandone una pubblicità planetaria (avendone comprato il copyright ne può ovviamente appendere una fre-

sca).

Va detto che Maurizio Cattelan - nato a Padova nel 1960 - non è nuovo a "provocazioni" del genere che lo hanno elevato al rango di uno dei più famosi, controversi e ricchi "artisti" contemporanei. Il suo primo quarto d'ora di celebrità mondiale l'ha conosciuto negli Anni Ottanta a New York con La Nona Ora, una statua di Papa Giovanni Paolo II a terra colpito da un meteorite. In Italia è conosciuto per l'installazione L.O.V.E., la statua di una mano con il dito medio alzato in Piazza Affari a Milano, davanti all'edificio della Borsa. Nel 2011 ha scatenato un forte dibattito pubblico con l'installazione di 2000 piccioni imbalsamati, esposti in occasione della 54esima Biennale di Venezia. Nel 2012 molte delle sue opere sono state esposte al Guggenheim Museum di New York nell'esibizione intitolata All. Tra i lavori più famosi del padovano vi sono anche Him, che ritrae Hitler bambino in ginocchio; America, wc rivestito in oro a 18 carati. La banana "Comedian" rientra a pieno titolo tra i suoi presunti "capolavori".

Cattelan non è comunque il primo artista italiano a puntare sulla provocazione-shock: nel 1961 Piero Manzoni fece scalpore quando raccolse la sua cacca in novanta scatole (sigillate) e le espose con la dicitura "merda d'artista". Una di queste scatole è stata venduta nel 2016 per 275mila euro.



PIANTE MEDICINALI, AROMATICHE E DA PROFUMO: LE PIANTE OFFICINALI

A cura di Costanza Vascotto
costy.vascotto@gmail.com



Da orticultrice ho una simpatia particolare per le piante officinali perché, considerato il mio percorso di studi universitari che mi ha portato alla specializzazione in biologia delle piante, ho avuto l'occasione di approfondire le proprietà di queste piante - non sempre conosciute nei dettagli - che hanno varie applicazioni nelle realtà alimentare, cosmetica, terapeutica.

ROSA CANINA:

UTILE PER INFUSI A DIFESA DEL SISTEMA IMMUNITARIO E COME DIGESTIVO

Nome scientifico: *Rosa canina* L. (1753)

Nome comune: Rosa di bosco, Rosa di macchia, Rosa selvatica

Nomi popolari: Rosa spina, Rosa di fratta, Spina novella, Spina pulce, Spina rossa, Struppacui

Famiglia botanica: *Rosaceae*

Pianta perenne, rustica, selvatica dal portamento arbustivo, che raggruppa diverse varietà di rose, il biancospino e molti alberi da frutto (es. ciliegio). Molti le riconoscono il ruolo di progenitrice di diverse varietà coltivate di rosa, con le quali condivide tuttora la delicatezza dei fiori. *Rosa canina* può crescere fin quasi a cinque metri d'altezza grazie alle sue radici profonde ed ai suoi fusti legnosi e robusti; dai fusti si sviluppano lunghi rami, arcuati e pendenti. Il carattere distintivo dei rami è piuttosto rappresentato dalle spine rosse, che sono altrettanto lunghe e curve. In aggiunta, si ritrovano margini seghettati sulle piccole foglie - appuntite, caduche, imparipennate (composte a sua volta da 5-7 foglioline terminanti con una sola fogliolina all'apice) e dalla forma pressoché ovale. A partire da maggio fino a giugno si formano, sui rami dell'anno precedente, i fiori (a cinque petali), che fanno da contraltare alla rusticità delle foglie e dei rami. I fiori sono infatti caratterizzati da un aspetto morbido, quasi etereo come il loro profumo e da sfumature di un colore che vanno dal bianco al rosa pallido e molto di rado al rosso. Il loro unico punto di luce è costituito al centro da stami dorati.

Origine. In generale, le rose hanno avuto origine circa settanta milioni di anni fa e probabilmente in Asia Centrale.

Habitat e Coltivazione. La rosa selvatica cresce spontaneamente lungo i margini dei boschi ma anche nei sottoboschi (per esempio di abete, di faggio, di pino e di quercia), tra le siepi, lungo le radure intorno a sentieri di campagna e di collina. È riuscita



a svilupparsi dal mare alla montagna fino a oltre 1800 metri d'altitudine ed in diverse parti del mondo; la possiamo ritrovare in Europa (dal Mediterraneo alla Scandinavia; in Italia è presente ovunque), nell'Asia Centrale ed Occidentale, nell'Africa del Nord, in America ed in Nuova Zelanda. È decisamente un arbusto rustico che resiste alle alte e basse temperature; esso non richiede tante esigenze nella coltivazione adattandosi a qualsiasi tipo di terreno, anche a quelli profondi e moderatamente aridi. Inoltre, a differenza delle rose coltivate, questa pianta non subisce attacchi parassitari.

Parti usate. Le bacche della *Rosa canina* costituiscono principalmente la droga di questa pianta essendo considerate le fonti naturali più concentrate di vitamina C, arrivando a superare (fino a 50-100 volte) la quantità contenuta, per esempio, negli agrumi. Si raccolgono quando iniziano a maturare (diventano rosse e lucide) da settembre a dicembre per poi venire conservate in barattoli a chiusura ermetica lontano da fonti di calore. Non soltanto i frutti ma anche le radici e le foglie vengono essiccate e sminuzzate per la produzione di infusi e decotti.

Principi attivi. Oltre alla vitamina C e ad altre vitamine (come le vit. B1, B2, E, K, PP), altri componenti biologicamente attivi per l'uso della rosa selvatica quale erba officinale sono: acidi organici (come l'acido ascorbico), bioflavonoidi (come i fitoestrogeni), carotenoidi, pectine e tannini.

Proprietà ed alcuni usi. Fin dall'antichità la *Rosa canina* era oltremodo apprezzata per il suo potere antiossidante grazie alla vitamina C, che, come sappiamo, aiuta a combattere i radicali liberi. Però ancora adesso questa pianta è in grado di aumentare le difese immunitarie proteggendo il nostro corpo dai malanni alle vie respiratorie (mal di gola, raffreddore e tosse). Perciò, essa svolge un'azione immunomodulante cercando di mantenere il normale funzionamento del nostro si-

stema immunitario. Per tale scopo benefico si possono, ad esempio, preparare infusi da bere tre volte al giorno: si versa un cucchiaino di bacche secche di *Rosa canina* in una tazza d'acqua prima che l'acqua arrivi ad ebollizione. A tal punto, spento il fuoco, si copre la tazza lasciandola in infusione per dieci minuti. Invece, i petali macerati (nella quantità di 5gr in 15ml di acqua per 24 ore), dolcificati con il miele, sono anche un'ottima cura per il mal di gola. Grazie alle sue proprietà antinfiammatorie e vitalizzanti, la rosa selvatica si dimostra anche utile nella cura di allergie, di riniti e di altre infiammazioni acute, per esempio, agli occhi, come la congiuntivite. Inoltre, la *Rosa canina* è importante per altre funzioni come astringente (regola il transito intestinale, soprattutto in caso di diarrea, per mezzo dei tannini), ipocolesterolizzante (stabilizza il livello di colesterolo nel sangue migliorandone la circolazione sanguigna grazie all'azione congiunta dei bioflavonoidi con la vitamina C), tonica (aiuta a fronteggiare i periodi di particolare stress e fatica fisica, contribuendo ad eliminare le tossine attraverso la diuresi) e vasoprotettrice (esplica un'azione lenitiva sulla pelle). Per esempio, se vi sono alterazioni del microcircolo, quali capillari rotti, pelli arrossate e sensibili, si possono applicare impacchi a base di acqua distillata di *Rosa canina*.

In cucina. Il *liquore di Rosa canina* - quale digestivo - può servire a fine pasto o come bevanda dissetante estiva diluita, con acqua gassata.

Ingredienti: 250 gr di bacche fresche, 200 gr di zucchero, 250 ml di alcool a 90°, 250 ml di acqua, 1 buccia di limone biologico.

Si lavano e poi si asciugano bene le bacche. Si taglia a fette sottili la buccia di un limone lavato. Si fa bollire poi, per 5 minuti, l'acqua assieme allo zucchero e alla scorza di limone. Questo sciroppo viene lasciato raffreddare. Di seguito, in un barattolo a chiusura ermetica, vengono messe le bacche e versati lo sciroppo e l'alcool. Bisogna procedere ad agitare questo barattolo per un mese per agevolare la macerazione. Trascorso questo periodo, il liquore può essere filtrato ed imbottigliato.

Curiosità. Lo sapete, a questa rosa il nome "canina" lo diede lo scrittore romano, Plinio il Vecchio, il quale diffuse la credenza che la radice di questa pianta fosse un rimedio utile contro la rabbia, proprio per la somiglianza delle spine alle zanne dei cani.



Per i servizi sociali dei lavoratori e dei cittadini

SERVIZI

Pensioni italiane, inglesi ed estere
Pensioni complementari italiane,
inglesi ed estere

Estratti contributivi italiani, inglesi ed esteri

Detassazione delle pensioni italiane

Trasmissione Modello RED - INPS

Trasmissione Certificati di esistenza in vita

Rilascio certificazione INPS (CU e Obis M)

Richiesta National Insurance Number

Richiesta Modello U1

(per indennità di disoccupazione)

Richiesta benefit inglesi

(Pension Credit, PIP ed ESA)

Successioni italiane

Dichiarazione dei redditi in Italia

Pagamento IMU e TASI

Assistenza per pratiche consolari

(Iscrizione AIRE, codici fiscali)

Informazioni Brexit e Settled Status

DOVE SIAMO

LONDRA

134 Clerkenwell Road

London EC1R 5DL

Tel. 0207 2780083

londra@patronato.acli.it

BEDFORD

69 Union Street

Bedford MK40 2SE

Tel. 0123 4357889

bedford@patronato.acli.it

BIRMINGHAM

Birmingham Science Park,

Jennens Road

Birmingham B7 4EJ

Tel. 0121 4557500

birmingham@patronato.acli.it

NOTTINGHAM

312 Sneinton Dale

Nottingham NG3 7DN

Tel. 0115 9881177

nottingham@patronato.acli.it

CHIAMATE PER PRENOTARE UN APPUNTAMENTO!!

www.patronato.acli.it

Patronato ACLI Regno Unito

ITALIAN DOCTORS

Private Medical Clinic

24E Little Russell Street, Holborn London WC1A 2HS

Ph: 020 34170790 / 07708909408

www.italiandoctors.co.uk - info@italiandoctors.co.uk

MOSÈ ARRUOLATO DALL'INDUSTRIA DELLA BIRRA

L'industria della birra ha un nuovo testimone di eccezionale spessore religioso: potrebbe vantare tra i primi fedeli consumatori il profeta Mosè, quello che riportò in Palestina il popolo ebraico dopo la cattività nell'Egitto dei Faraoni e ebbe da Dio i Dieci Comandamenti.

Benché il condizionale sembri d'obbligo in mancanza di prove certe (in effetti gli storici non sono nemmeno sicuri che il profeta sia davvero esistito...), un docente di lingue bibliche - Andrea Ravasco - ha pubblicato lo scorso ottobre un libro dal titolo chiaro e inappellabile: "Mosè beveva birra".

Nella cultura occidentale la birra è stata spesso considerata una bevanda rozza e meno dignitosa rispetto al vino. In realtà nel Vicino Oriente Antico aveva un'importanza notevole, a livello sia sociale sia religioso, tanto che in Mesopotamia vi era addirittura una divinità ad essa dedicata.

Il volume di Ravasco, pubblicato dalle Edizioni San Paolo, traccia una documentata storia del «pane liquido» nelle civiltà mesopotamiche e nell'antico

Egitto e mostra come questa bevanda fosse diffusa e tenuta in grande considerazione nel mondo antico, forse già dal Neolitico, quando la coltivazione dell'orzo portò alla produzione non solo del pane ma anche della bevanda ottenuta dalla sua fermentazione.

La birra - mette in risalto Ravasco - è menzionata una ventina di volte nell'Antico Testamento, benché la sua comparsa sia stata oscurata da traduzioni generiche (in quelle italiane non se ne trova ad esempio traccia a differenza di versioni tedesche e inglesi) ed era molto diffusa nell'Antico Egitto. Quindi - argomenta il biblista - "Mosè, nato e cresciuto in Egitto, avrà di sicuro conosciuto la bevanda fermentata che grande importanza aveva nella società egizia; allevato dalla figlia del Faraone e cresciuto a corte, difficilmente non sarà entrato in contatto con la birra".

Sul fatto che gli antichi egizi conoscessero e apprezzassero la birra non ci sono ad ogni modo dubbi: di essa ne sono state rinvenuti parecchi residui nelle tombe. A quanto si sa, alla



base dell'alimentazione nel paese dei Faraoni c'erano proprio il pane e la birra, quest'ultima molto comune, consumata dai contadini e dagli artigiani, ma non disdegnata nemmeno dalle elites.

Si trattava di una diversa da quella di oggi perché gli ingredienti utilizzati erano principalmente l'orzo e/o il farro e la preparazione era piuttosto rudimentale.

Chi è interessato al sapore di quelle birre antichissime sappia che a completamento del suo libro Ravasco pubblica una serie di ricette per produrle secondo i metodi usati da assiri, sumeri, babilonesi, egizi e israeliti.

LaRedazione

A 80 ANNI SUONATI MORANDI ESCE CON NUOVO ALBUM ("L'ATTRAZIONE")

Ha compiuto 80 anni lo scorso 11 dicembre ma non demorde: due giorni dopo il compleanno Gianni Morandi ha lanciato un nuovo album - "L'Attrazione" - su tutte le piattaforme digitali e in tutti gli store fisici per Epic Records/Sony Music Italy.

Il nuovo album (il suo trentaseiesimo in studio) è un viaggio musicale attraverso la carriera straordinaria dell'eterno ragazzo di Monghidoro, sulla breccia dall'ormai lontanissimo 1958 quando fece la sua prima tournée in nord Italia come cantante della Orchestra Scaglioni, Vi sono raccolti in versioni rivedute e corrette i suoi più grandi successi: 17 brani iconici - tra cui due speciali sorprese - che hanno segnato generazioni e continuano a risuonare nel cuore di milioni di fan.

Tra passato e presente, Morandi aggiunge nuovi tasselli al filone di collaborazioni che in questi anni hanno arricchito la sua discografia e così, oltre alla ormai celebre "Fatti rimandare dalla mamma a prendere il latte", il disco contiene anche una straordinaria versione di "C'era un ragazzo che come me".

"Per questo compleanno così importante - racconta Gianni Morandi - ho ricevuto un grandissimo regalo



da parte di tanti amici e colleghi. Hanno voluto ricantare con me... Ringrazio tutti loro perché mi hanno reso veramente felice."

Vita, Scende la pioggia, In ginocchio da te, Se perdo anche te, Andavo a Cento All'Orla, Un mondo d'amore, Occhi di ragazza, La Fisarmonica, Grazie perché, Canzoni stonate e Uno su mille...: la lista dei successi di Morandi (50 milioni di disco venduti durante i suoi primi 80 anni) è lunghissima, a riprova di come molte sue canzoni hanno saputo toccare le corde più profonde dell'animo senza mai perdere la freschezza e l'autenticità che lo rendono un artista unico nel suo genere.

LaRedazione

"RISPETTO" è la parola dell'anno per la Treccani



una persona, un'istituzione, una cultura, che si può esprimere con azioni o parole".

"Questa parola - spiegano Valeria Della Valle e Giuseppe Patota, condirettori del Vocabolario Treccani - dovrebbe essere posta al centro di ogni progetto pedagogico, fin dalla prima infanzia, e poi diffondersi nelle relazioni tra le persone, in famiglia e nel lavoro, nel rapporto con le istituzioni civili e religiose, con la politica e con le opinioni altrui. Il termine rispetto, continuazione del latino respectus, va oggi rivalutato e usato in tutte le sue sfumature, proprio perché la mancanza di rispetto è alla base della violenza esercitata quotidianamente nei confronti delle donne, delle minoranze, delle istituzioni, della natura e del mondo animale".

"È molto significativo - aggiungono Della Valle e Patota - che le espressioni della lingua italiana che contengono questa voce siano numerosissime: da avere rispetto per qualcuna, qualcuno o qualcosa a mancare di rispetto, da di

tutto rispetto a col rispetto dovuto, via via fino alla formula "con tutto il rispetto", purtroppo usata spesso impropriamente nella polemica politica come premessa di attacchi verbali aggressivi, offensivi e violenti, o all'espressione uomini di rispetto, tristemente nota per aver indicato gli affiliati alla mafia".

Una parola citata milioni di volte, ora a proposito ora a sproposito. La scelta dell'Osservatorio della Lingua Italiana Treccani di indicarla come parola dell'anno intende sottolineare da una parte la necessità di un suo uso semanticamente e civilmente corretto, dall'altra la sua funzione indicatrice di un valore da condividere nella società civile: per rispetto delle persone, delle istituzioni, delle diverse culture, dell'ambiente e di tutti gli esseri viventi.

La Parola dell'Anno viene scelta dalla Treccani nell'ambito della campagna di comunicazione #leparolevalgono, volta a promuovere un uso corretto e consapevole della lingua di Dante.

LaRedazione

MANNARINO: FARÀ TAPPA A ISLINGTON PER IL SUO EUROPEAN TOUR



Alessandro Mannarino, noto anche semplicemente come Mannarino, si esibirà il prossimo 14 maggio allo O2 Academy di Islington, nel quadro di un breve ma intenso European Tour che lo porterà in alcuni dei club più importanti del Vecchio Continente.

Il Tour del cantautore italiano (i biglietti sono in vendita dallo scorso 20 dicembre) incomincerà il 5 maggio a Razzmatazz di Barcellona per fare poi tappa al Villanos di Madrid (6 maggio), al Jerusalem Club di Valencia (7 maggio), La Marbrerie di Parigi (9 maggio), il TivoliVredenburg di Utrecht (12 maggio), il VK di Bruxelles (13 maggio), l'O2 Academy Islington di Londra (14 maggio), l'HELIOS37 di Colonia (16 maggio) e chiudersi poi al Volkshaus

di Zurigo il 17 maggio.

Romano, classe 1979, artisticamente attivo dal 2001, Mannarino è considerato uno degli artisti italiani contemporanei di maggior valore, erede della grande tradizione di cantautori come Paolo Conte e Fabrizio De André.

Attraverso la cifra originale del suo lavoro, una rigorosa ricerca musicale e testi intrisi di poesia si è dimostrato un modello non omologato per le nuove generazioni. Con i suoi primi 4 album ("Bar della Rabbia", disco di Platino del 2009, "Supersantos" disco d'oro del 2011, "Al monte" disco d'oro del 2014 e "Apriti Cielo" del 2017) ha già consegnato alla musica dei grandi classici come "Me so' mbriacato", "Statte Zitta" e "Vivere la vita".

Con "Apriti Cielo" è arrivata la consacrazione definitiva: il disco di platino e un tour che ha superato le 150 mila persone. Nel gennaio 2020 è stato il primo e unico artista italiano ad essere invitato a suonare come ospite d'onore al Musée d'Orsay di Parigi. A settembre 2021 ha pubblicato il suo ultimo album "V", il progetto discografico più politico e visionario di una carriera che lo vede acclamato dalla critica per la ricerca sonora e i temi trattati, tra cui natura, patriarcato, animismo, femminilità, rapporto uomo-donna.

LaRedazione



La scrittura ha mosso i primi passi in Mesopotamia sulla scia di immagini impresse da antichi sigilli cilindrici su tavolette e altri manufatti d'argilla. Questo punto fermo è stato definitivamente fissato da un gruppo di ricerca dell'Università di Bologna che ha individuato una serie di corrispondenze tra i motivi incisi su questi cilindri, risalenti a circa seimila anni fa, e alcuni segni della scrittura proto-cuneiforme emersa nella città di Uruk, nel sud dell'attuale Iraq, attorno al 3.000 avanti Cristo.

Lo studio - pubblicato sulla rivista *Antiquity* - apre nuove prospettive sulla comprensione della nascita della scrittura e potrebbe aiutare i ricercatori non solo a ottenere nuove informazioni sui significati dei motivi incisi sui sigilli cilindrici, ma anche a decifrare i tanti segni ancora sconosciuti del proto-cuneiforme.

"Il salto concettuale che ha permesso il passaggio dal simbolismo alla scrittura vera e propria è uno sviluppo fondamentale per le tecnologie umane", sottolinea Silvia Ferrara, professoressa al Dipartimento di Filologia Classica e

Come è nata la scrittura? Ricercatori di Bologna individuano anello mancante

Italianistica dell'Università di Bologna, che ha coordinato il gruppo di ricerca.

"I risultati di questo studio - spiega la professoressa - sono un punto di collegamento nella transizione dalla preistoria alla storia: mostrano infatti come alcune immagini di epoca ancora preistorica vennero incorporate in uno dei primi sistemi di scrittura ideati dall'uomo".

Tra le prime città che nacquero in Mesopotamia, Uruk fu un centro di grandissima importanza nel corso di tutto il quarto millennio avanti Cristo: la sua influenza coinvolse un'ampia regione che si estende dal sud-ovest dell'Iran fino al sud-est della Turchia. È in quest'area che nacquero i sigilli cilindrici. Realizzati di norma in pietra e incisi con una serie di disegni, questi cilindri venivano fatti rotolare su tavolette d'argilla, che restavano così

stampate con il motivo disegnato. A partire dalla metà del quarto millennio avanti Cristo, i sigilli cilindrici venivano utilizzati come parte di un sistema per gestire la contabilità, grazie al quale era possibile tenere traccia della produzione, stoccaggio e trasporto di diversi beni di consumo, in particolare prodotti agricoli e tessili.

In questo contesto si inserisce la comparsa del proto-cuneiforme: una forma arcaica di scrittura composta da centinaia di segni iconografici, più della metà dei quali restano ancora oggi da decifrare. Così come i sigilli cilindrici, anche il proto-cuneiforme era utilizzato per gestire la contabilità, ma la sua presenza è attestata in un'area più limitata, per lo più nel sud dell'Iraq. "La stretta relazione tra l'antico sistema dei sigilli e l'invenzione della scrittura in questa regione è riconosciuta da

tempo, ma fino ad oggi non era mai stata esplorata a fondo la connessione specifica tra le immagini incise sui cilindri e i segni del proto-cuneiforme", dice Silvia Ferrara. "È proprio questa la domanda da cui siamo partiti: quanto hanno contribuito i disegni presenti sui sigilli cilindrici all'ideazione dei segni che compongono il primo sistema di scrittura nato in quest'area?"

Per cercare una risposta, gli studiosi hanno comparato in modo sistematico i motivi incisi sui cilindri con i segni del proto-cuneiforme, cercando correlazioni che potessero mostrare relazioni dirette non solo nella forma grafica ma anche nel significato. Sono partiti concentrando sulle immagini nate prima della comparsa della scrittura e ne hanno seguito lo sviluppo fino al periodo proto-letterato. In questo modo sono riusciti a identificare una serie di motivi legati al trasporto di stoffe e vasellame che si sono poi trasformati in segni corrispondenti del proto-cuneiforme.

LaRedazine



TURISTA DELLE RADICI, I MUSEI DELL'EMIGRAZIONE TI ASPETTANO

lanciato dal Ministero degli Affari Esteri.

"Il patrimonio custodito dai nostri Musei dell'Emigrazione - ha detto Giovanni Maria De Vita, Responsabile del Progetto Italea - deve essere condiviso e messo a disposizione dei viaggiatori delle radici che vengono a visitare i luoghi da cui sono partiti i loro antenati ma anche dell'opinione pubblica italiana affinché conosca e apprezzi la storia dell'emigrazione e si renda conto del potenziale che offre questa eccezionale risorsa rappresentata dagli 80 milioni di italiani all'estero, che hanno raggiunto tutti i vertici delle società in cui vivono".

"Siamo a Genova - ha aggiunto inoltre Luigi Maria Vignali, direttore generale per gli italiani all'estero della Farnesina - per rafforzare il senso e l'importanza dei musei dell'Emigrazione in Italia. Sono un patrimonio che va valorizzato per conoscere meglio la storia della nostra emigrazione, ancora troppo poco conosciuta".

All'idea di dar vita ad una compatta Rete dei Musei dell'emigrazione italiana hanno prontamente aderito ventidue musei della Penisola attivi in 13 regioni. I più numerosi (ben 6!) sono quelli siciliani. E al progetto si è unito anche il Museo dell'Emigrante di San Marino.

Italea è stata creata (con finanziamenti europei) proprio per attrarre italiani all'estero e italo-discendenti intenzionati a scoprire i luoghi e le tradizioni delle proprie origini. A questo scopo ha costruito una rete sul territorio capillare e dinamica con 20 gruppi regionali e 16 coordinatori e vanta un sito web (italea.com) - già stato visitato da oltre un milione e 100 mila persone - che ha ricevuto quasi 5.000 richieste di viaggi o ricerche genealogiche e 368.000 visualizzazioni della sezione Italea Card (la card che offre vantaggi, sconti e agevolazioni per chi viene in Italia a scoprire le sue origini).

LaRedazione



Oltre a quello nazionale di Genova ce ne sono in Italia parecchi di musei in qualche modo connessi con le grosse ondate di emigrazione dalla Penisola e un progetto, appena promosso dal ministero degli Esteri, li vuole riunire in un'unica rete in modo di "valorizzare il patrimonio di conoscenze che custodiscono" e rendere più agevoli le visite dei "turisti delle radici" sbarcati

in Italia alla ricerca dei luoghi lasciati dai loro antenati.

L'iniziativa è stata annunciata al Congresso internazionale "Diaspore Italiane - Rappresentazione e Questioni di Identità" che si è tenuto dal 5 al 7 dicembre a Genova dentro il Museo Nazionale dell'Emigrazione nell'ambito del Progetto Italea, il programma di promozione del turismo delle radici

REGNO MIO, QUANTO SEI FRAGILE!



Addio "Cool Britannia"! Il Regno Unito vive una fase particolarmente fragile, incerta e complessa della sua storia che la corrispondente di Sky TG24 a Londra Tiziana Prezzo racconta e analizza in un libro presentato lo scorso 13 gennaio all'Ambasciata d'Italia in UK.

I colpi e contraccolpi non sono in effetti mancati e numerosi sono stati gli effetti destabilizzanti che hanno

appannato l'immagine della Gran Bretagna: il 4 luglio 2024 il partito laburista ha vinto le elezioni, mettendo fine a 14 anni di governi conservatori azzoppati da una serie di scandali. Un vero terremoto politico, a distanza di due anni da un altro profondo stravolgimento per il Regno Unito: la morte della regina Elisabetta II, la sovrana più longeva d'Inghilterra. Il clima d'incertezza ha alimentato le spinte separatiste, esasperate dalla Brexit, e ha avuto e ha ripercussioni negative sull'economia. Come baluardo di stabilità resta ancora la Corona, ma re Carlo III deve fare i conti con una crescente disaffezione (soprattutto dei giovani) verso l'istituzione che rappresenta e con la malattia.

In "Il Regno fragile", pubblicato da Feltrinelli, Tiziana Prezzo rievoca questi passaggi delicati e problematici attraverso un vasto lavoro d'indagine e raccolta di storie sul campo, tratteggiando l'atmosfera malinconica di una monarchia e di un Paese - casa per circa mezzo milione di italiani - che s'interroga ora più che mai sulla propria

identità e sul proprio ruolo nel mondo.

Tiziana Prezzo lavora a Sky Tg24 (l'equivalente di Sky News in UK) dal 2003 e per questa testata è stata per tanti anni inviata in teatri di guerra e zone di crisi prima di essere nominata corrispondente a Londra. In Ambasciata ha parlato del suo libro in conversazione con il politologo Vittorio Emanuele Parsi e con la giornalista Alessandra Rizzo, responsabile di Sky News online.

"Ringrazio di cuore la giornalista Tiziana Prezzo - ha detto alla fine dell'evento l'ambasciatore Inigo Lambertini - per aver condiviso con noi la sua esperienza e competenza, frutto di anni di lavoro come inviata nel Regno Unito, e il Professor Vittorio Emanuele Parsi, la cui prefazione al libro arricchisce ulteriormente la riflessione con uno sguardo accademico e strategico. Un ringraziamento speciale va anche ad Alessandra Rizzo, che ha saputo guidare il dialogo con grande professionalità"

LaRedazine



Tiziana Prezzo, Vittorio Emanuele Parsi e Alessandra Rizzo



Belluzzo
International Partners

38 Craven Street, London WC2N 5NG
Tel: +44 (0)20 7004 2660 - Fax: +44 (0)20 7004 2661
london@belluzzo.net
www.belluzzo.net

Italy presents in Glasgow its "Virtual Museum on Cultural Heritage"



In the first initiative of this kind at a global level Italy has created a Virtual Museum on Cultural Heritage which allows participants to virtually explore the Italian cultural heritage of cities such as Venice, Rome, Florence, Bologna, Ferrara, Modena, Ravenna and Benevento offering an example of digital interpretative exegesis of cultural

heritage that combine different digitisation models.

This initiative, promoted by the Italian Ministry of Foreign Affairs together with the Italian Ministry of Culture, was presented at the IV International Symposium on Cultural Heritage which took place in Glasgow at the University of Strathclyde from the 5th to the 8th of December, with the special participation of the Consul General of Italy to Scotland and Northern Ireland Veronica Ferrucci and the Director of the Italian Institute of Culture in Edinburgh, Chiara Avanzato.

Experts coming from all around the world gathered in Glasgow for the IV International Symposium on Cultural Heritage in order to find innovative approaches and promote policy responses for a more effective protection of cultural heritage, both in time of war and peace.

By building cultural bridges between

countries and celebrating cultural diversity, the Symposium aimed to share knowledges on cultural heritage, peace, international security and human rights. In the belief that digital language can be a fundamental tool for promoting the importance of cultural heritage and providing a further possibility of conservation, the Conference hosted the Virtual Museum on Cultural Heritage promoted by Italy.

The International Symposium was the first step towards a long-term and comprehensive commitment of the Heritage International Institute (HII) for the promotion of Scottish cultural heritage. The HII and the Italian Institute of Culture in Edinburgh, in collaboration with the relevant authorities, aim to digitise in 2025 tangible heritage in Scotland – including Scottish Museums – and intangibles heritage, starting from the production of Scottish whisky. *LaR*



L'ITALIA BACIATA DALLA LUNA NELLE FOTO DI ULI WEBER

La magia di due elementi, la luna e l'acqua, sono al centro del nuovo progetto che il fotografo tedesco di fama internazionale Uli Weber ha voluto presentare per la prima volta a Londra, città nella quale ha vissuto per oltre trent'anni, scegliendo l'Istituto Italiano di Cultura perché il Belpaese, oltre a essere la sua nazione d'adozione, è il terzo protagonista di questa serie speciale.

Un'Italia ritratta in alcuni dei suoi luoghi più suggestivi in quello specialissimo momento in cui la luna piena si specchia nell'acqua creando una magica scia da sfondo alle fotografie scattate da Weber per il suo ultimo progetto proposto al pubblico dall'Istituto di cultura dal 4 dicembre al 3 gennaio.

Il fotografo ha voluto chiamare questo progetto con un'unica parola turca - "Yakamoz" - tradotto in inglese come "the glistening path of the moon" (il luccicante cammino della luna) e in grado di riflettere "la fascinazione ipnotica che il riflesso della luna nell'acqua possiede".

Tuttora in cerca di pleniluni che gli permettano di trovare uno speciale specchio d'acqua in cui cogliere in uno scatto unico il fatato riverbero, Weber è nato nel 1964 a Ulm, in Germania. Dopo aver studiato fotografia a Roma, ha vissuto a lungo a Londra. È noto soprattutto per il suo lavoro nel campo della del fine art e della ritrattistica. Secondo Ivan Shaw, critico internazionale ed ex direttore della fotografia di "American Vogue", la padronanza e la tecnica artistica di Weber possono essere paragonate a quelle di noti maestri quali Henri Cartier-Bresson e August Sander. *LaR*



delle persone che furono vittime dell'eruzione del Vesuvio". *LaR*

Nel 79 d.C., il Vesuvio produsse una delle maggiori eruzioni della sua storia seppellendo la città romana di Pompei e i suoi abitanti sotto uno spesso deposito formato da lapilli e ceneri. Molti Pompeiani furono uccisi dal crollo dei tetti dovuto al carico dei lapilli che cadevano da decine di chilometri d'altezza mentre altri, soprav-

vissuti a questa prima fase, trovarono la morte a causa dai flussi piroclastici che avvolsero e inglobarono i corpi in un compatto deposito di cenere, preservandone le fattezze. Lo studio dell'antico DNA estratto dai resti ossei, intrappolati nei famosi calchi realizzati colando il gesso all'interno dei vuoti lasciati da quei corpi, cambia la storia scritta a partire dalla riscoperta della città nel 1748. *LaR*

POMPEI: IL DNA RIVOLUZIONA LA STORIA DELLE VITTIME

Va riscritta da cima a fondo la storia dei pompeiani morti e sepolto nella catastrofica eruzione del Vesuvio e che in qualche modo rivivono nei calchi di gesso. Lo studio del Dna estratto dai resti scheletrici frammentati e mescolati al gesso ha fatto piazza pulita di molte delle interpretazioni andate finora per la maggiore.

Il Dna ha permesso di determinare con precisione le relazioni genetiche, il sesso e l'ascendenza. E ciò che è stato scoperto è in gran parte in contrasto con le ipotesi basate esclusivamente sull'aspetto fisico e il posizionamento dei calchi. "Questo studio - ha affermato David Caramelli, docente di Antropologia all'Università di Firenze - dimostra quanto l'analisi genetica possa arricchire notevolmente narrazioni elaborate sulla base di dati archeologici. Queste scoperte sfidano interpretazioni di lunga data, come l'associazione dei gioielli alla femminilità o l'interpretazione della vicinanza fisi-ca come indicatore di relazioni biologiche. Ugualmente i dati genetici

complicano le semplici narrazioni di parentela: nella Casa del Bracciale d'Oro, che è l'unico sito per il quale abbiamo dati genetici di più individui, i quattro individui comunemente interpretati come genitori e i loro due figli, in realtà non sono geneticamente imparentati".

Un esempio degno di nota è la scoperta che un adulto che indossava un braccialetto d'oro e il bambino che teneva in braccio, tradizionalmente interpretati come madre e figlio, sono risultati essere un maschio adulto e un bambino non imparentati. Allo stesso modo, una coppia di individui che si pensava fossero sorelle, o madre e figlia, in realtà include almeno un maschio genetico.

Lo studio genetico, pubblicato su Current Biology, è stato fatto da un gruppo internazionale di ricercatori delle Università di Firenze e Harvard e del Max Planck Institute di Lipsia che hanno estratto il DNA da 14 degli 86 calchi che erano in quel momento in fase di restauro.

I dati genetici hanno offerto anche informazioni sull'ascendenza dei pompeiani, che avevano background genomici diversi. La scoperta che essi discendevano principalmente da recenti immigrati dal Mediterraneo orientale evidenzia la natura cosmopolita dell'Impero romano.

"I nostri risultati mette in risalto - Alissa Mitnik, del Max Planck di Lipsia - hanno implicazioni significative per l'interpretazione dei dati archeologici e la comprensione delle società antiche. Evidenziano l'importanza di integrare i dati genetici con le informazioni archeologiche e storiche per evitare interpretazioni errate basate su ipotesi moderne. Questo studio sottolinea anche la natura diversificata e cosmopolita della popolazione di Pompei, che riflette modelli più ampi di mobilità e scambio culturale nell'Impero romano".

"Inoltre - aggiunge David Caramelli -, è possibile che lo sfruttamento dei calchi come veicoli per la narrazione abbia portato alla manipolazione delle loro pose e del loro posizionamento da parte dei restauratori in passato. I dati genetici, insieme ad altri approcci bioarcheologici, offrono l'opportunità di approfondire la nostra comprensione delle vite e dei comportamenti



Pane Cunuzato - pizza & more situato nel cuore di Londra, propone piatti della tradizione Eoliana e Siciliana. Con una vasta gamma di prodotti selezionati provenienti dalla terra di origine, che lo chef utilizza per creare le migliori pietanze.

49 Museum Street, London WC1A 1LY
Phone: 020 3581 1747
www.panecunuzato.com - booking@panecunuzato.com

MAXIMUM CAR CARE LTD

Carmine or Gennaro
Accident & Mechanical Repair Specialists

Leeborn House, 859 Coronation Road, Park Royal, London, NW10 7QE
Tel (020) 8965 6565 (020) 8838 4555 Fax (020) 8963 0682
maxcare@btconnect.com
maximumcare.co.uk





Davvero curiosi (e parecchie volte strani, strampalati o addirittura demenziali) i titoli italiani appioppati ai films di Hollywood: "The Texas Chain-saw Massacre"? è diventato ad esempio "Non aprite quella porta", eliminando quindi il riferimento alla motosega o al Texas. "Mean Streets" che affronta i dilemmi morali di giovani italo-americani a New York? "Domenica in chiesa, lunedì all'inferno", aggiungendo un elemento di dualismo religioso non presente nel film. "The Producers" è

DAVVERO STRAMPALATI I TITOLI ITALIANI DI TANTI FILMS STRANIERI

stato trasformato in "Per favore, non toccate le vecchiette".

Nella convinzione che "uno degli aspetti più affascinanti è vedere come i titoli dei film cambiano, riflettendo tradizioni, sensibilità, e perfino ironia locali", il sito Preply - specializzato nell'insegnamento online delle lingue - ha fatto un florilegio delle traduzioni più strane delle pellicole straniere proposte nei cinema della Penisola.

La lista è davvero lunga e divertente: da "Gone Girl" ("L'Amore bugiardo") a "Citizen Kane" ("Quarto Potere"), da "Dead Poets Society" ("L'attimo fuggente") a "Eternal Sunshine of a Spotless Mind" ("Se mi lasci ti cancello").

In effetti nemmeno i films francesi sono stati risparmiati da queste licenze poetiche: vedi "Le deuxième souffle", il secondo soffio ("Tutte le ore feriscono...ma l'ultima uccide") o "Le

magnifique" trasformato in un pleotrico "Come si distrugge la reputazione del più grande agente segreto del mondo".

Alcuni titoli italiani sono stati palesemente fatti per rendere il film più accessibile al pubblico ma non sempre le ciambelle sono venute con il buco.

Altri esempi illuminanti: "Lost in Translation" è diventato "L'amore tradotto", enfatizzando il tema dell'amore, mentre "The Sound of Music" fu lanciato sul mercato cinematografico della Penisola come "Tutti insieme appassionatamente", puntando quindi sull'idea di unità familiare e affetto. Grosso salto anche per "Walk the Line", proiettato nei cinema della Penisola come "Quando l'amore brucia l'anima".

Alcuni titoli sono stati congegnati con una certa efficacia. Pensate a "Home Alone", diventato "Mamma, ho perso l'aereo", che introduce il termine

familiare "mamma" e sfrutta la comicità di un bambino rimasto solo a casa. Un altro esempio è "The Hangover" proposto in italiano come "Una notte da leoni", che evoca un senso di avventura esagerata e umoristica. Senza contare "Risky Business", proiettato in Italia con un titolo decisamente giocoso: "Fuori i vecchi...i figli ballano".

Più o meno insolite o strampalate o demenziali che siano, le traduzioni non hanno ad ogni modo penalizzato le pellicole citate che hanno tutte riscosso grande successo al botteghino. "Questa raccolta di traduzioni insolite - tira le somme la ricerca di preply - ci mostra come ogni titolo sia una porta d'accesso a un mondo di creatività e interpretazione culturale. Mentre alcuni film mantengono una connessione diretta con l'originale, altri si trasformano in qualcosa di completamente nuovo, assumendo un significato



unico per il pubblico italiano. Che si tratti di evocare mistero, umorismo o fascino poetico, questi titoli rivelano quanto sia delicata e complessa l'arte della traduzione. Alla fine, l'obiettivo resta lo stesso: far emergere l'essenza del film, adattandola ai gusti locali. E proprio questa capacità di suscitare emozioni universali dimostra come il cinema e la lingua siano strumenti potenti di connessione culturale".

LaRedazione

ANCHE LONDRA NEL PRIMO WORLD TOUR DI DAMIANO (MANESKIN)



Se vi piace Damiano appuntatevi questa data: 28 settembre 2025. Quel giorno il front-man dei Maneskin canterà a Roundhouse, il centro musicale di Camden in grado di ospitare fino a 3.300 persone.

L'esibizione rientra nel primo tour mondiale che Damiano (di cognome David) farà da solista a partire dal prossimo 11 settembre, con calcio d'inizio in Polonia, a Varsavia.

Il calendario del tour prevede oltre 30 date tra Europa, Australia, Nord America, Sud America e Asia. In Italia in programma due appuntamen-

ti: il 7 ottobre all'Unipol Forum di Milano e l'11 ottobre al Palazzo dello Sport di Roma. Il gran finale spetta alle 11 date in Nord America, con ultimissima tappa il 16 dicembre al Fillmore di Silver Spring (sobborgo di Washington DC).

L'annuncio del tour segue l'uscita di "Born With A Broken Heart", secondo brano e primo singolo del nuovo atteso progetto solista di Damiano. Un brano travolgente e carico di energia, caratterizzato da un'atmosfera teatrale che lo rende perfetto per la dimensione live.

"Born With A Broken Heart" arriva dopo "Silverlines", due brani completamente diversi l'uno dall'altro che riescono a mostrare al meglio la versatilità di Damiano che ha già dato al pubblico un assaggio dei suoi prossimi concerti con il debutto tv al The Tonight Show Starring Jimmy Fallon (www.youtube.com/watch?v=jjbOJcHirJM), in cui ha eseguito live "Silverlines" e "Born With A Broken Heart". Durante un esclusivo showcase a le Poisson Rouge di New York ha presentato in anteprima live anche tre nuovi brani inediti tra quelli che andranno a comporre il suo primo disco solista (www.youtube.com/watch?v=40vBp7IjtBY).

La decisione di Damiano di intraprendere la carriera da solista ha dato la stura a voci che vogliono i Maneskin - uno dei gruppi italiani di maggior successo in assoluto - sull'orlo della disgregazione. LaR

CORISTA ANGLLO-ITALIANO CANTA A ROMA E FA SPLASH



Un corista anglo-italiano, Luca Zucchi, ha avuto il suo quarto d'ora di celebrità lo scorso 6 dicembre quando a Roma il Sidney Sussex Choir dell'Università di Cambridge, di cui fa parte, si è esibito nel concerto "Radici in canto: musica, ritorno e identità".

L'altro protagonista del concerto è stato il Coro Gospel dell'Università di Roma Tor Vergata e proprio nell'auditorium di quest'ateneo si è tenuto l'evento, sponsorizzato da Italea, il programma che "mira ad attrarre italiani all'estero e italo-discendenti intenzionati a sco-

prire i luoghi e le tradizioni delle proprie origini, fornendo un insieme di servizi per agevolare il viaggio in Italia".

Zucchi è stato portato prepotentemente alla ribalta da Giovanni Maria De Vita, responsabile del progetto sul Turismo delle Radici al Ministero degli Affari Esteri quando ha preso la parola prima del concerto. "Non siamo sorpresi - ha sottolineato De Vita - di trovare un inglese di origine italiana al coro di Cambridge... Gli italo-discendenti "nel mondo sono più di 80 milioni e partecipano attivamente a tutti i settori delle società in cui in cui vivono. Noi siamo molto lieti di aver conosciuto un corista di origine italiana e scoprire insieme a lui quanto è importante il suo essere italiano e quanto sia attaccato al suo Paese".

"E' bellissimo cantare in Italia!", ha da parte sua detto Luca e ha aggiunto: "Sono per metà italiano e vivo a Londra: mio nonno veniva dall'Abruzzo, ma ha vissuto a Roma e poi è emigrato negli anni 60, prima in Sudafrica e poi infine a Londra. La famiglia di mia nonna si chiama Calzecchi Onesti e proviene dalle Marche, anche se lei è cresciuta a Roma e poi è emigrata a Londra. Io vengo quasi due volte all'anno in Italia a visitare i miei parenti: alcuni sono a Roma, un cugino a Ostia. Venire in Italia è bellissimo perché è il paese per me più bello del mondo". LaR

office@villascalabrini.co.uk
Tel: 0208 2075713

We are now accepting new admissions

Villa Scalabrini
Residential Senior Living
in Hertfordshire
Since 1986

www.villascalabrini.co.uk

Open on Sunday Aperto la Domenica

BRICIOLE

RISTORANTE GASTRONOMIA
20 HOMER STREET, LONDON W1H 4NA - T: 020 7723 0040 - F: 020 7723 5144
www.briciole.co.uk - info@briciole.co.uk

We do takeaway. Delivery available via uber eat and just eat

Proposte Editoriali

A cura di Ornella Tarantola - ornella101@hotmail.com

Le ventisette sveglie di Atena Ferraris - Alice Basso - Garzanti Editore

"Mi chiamo Atena Ferraris e mi sa che non sono come gli altri, inutile girarci intorno. Mia madre mi ha sempre detto che siamo tutti diversi, e quindi è come se fossimo tutti uguali. Non ne sono convinta, ma mi fido di lei. Ho trent'anni, vesto fuori moda e odio le sorprese. E ho ben ventisette sveglie ogni giorno per ricordarmi di lavorare, di mangiare, di andare a letto, di smettere di pensare. Soprattutto faccio troppe domande, dicono. Perché per me è essenziale che ogni cosa abbia una spiegazione. Per questo dirigo una rivista online di enigmistica dove ogni gioco, rebus o anagramma ha una soluzione univoca. Mi fa sentire al sicuro. So che siamo in pochi a ragionare così. Ora, però, è successo qualcosa che ha scombinato le carte. Tutta colpa del mio fratello gemello. Febo è uno scrittore in crisi e, per ritrovare l'ispirazione, si caccia nei guai più assurdi. Al momento, per esempio, si è iscritto a una scuola di magia. Sembrerebbe una cosa innocua, se non fosse che, fra giochi di prestigio e illusioni, è inciampato in un mistero vero, di quelli che scottano. Mi ha supplicata di aiutarlo, dice che ha bisogno della mia capacità di vedere particolari che gli altri non notano. E così eccomi costretta a uscire di casa..."



Gli anni dell'abbondanza - Maria Costanza Boldrini - Editore Nord

In un piccolo paese dell'Italia del '900, vive un'umile famiglia come tante. Eppure le sue donne hanno un dono speciale. I Contini sono una famiglia come tante, lì a Valchiara, un piccolo paese del centro Italia affacciato sul mare. Benvenuti e gran lavoratori, conducono un'esistenza povera ma dignitosa. Poi qualcosa cambia quando la giovane Beata, a dispetto delle proteste della madre, decide di farsi assumere alla Regia Fabbrica dei Sigari. Perché un misterioso miracolo si produce in lei: è la sua abbondanza, un dono che la rende la beniamina delle colleghe zigarare e il bersaglio dell'occhio sospetto dei controllori della fabbrica. E dopo di lei anche sua figlia Clarice e la nipote Antonia saranno benedette e maledette da questo prodigio, ciascuna a modo suo. Tuttavia l'abbondanza non è per sempre, può sparire da un momento all'altro a causa di un grande dolore. E di dolori ne vivranno tanti, Beata, Clarice e Antonia, vittime della violenza della Storia ma capaci di affrontare e superare ogni difficoltà, anche grazie a un'altra benedizione, l'amore puro e incondizionato dei loro adorati mariti. Un'appassionante saga generazionale che attraversa un secolo di storia italiana, dalla fine dell'Ottocento agli anni del benessere, passando per due guerre mondiali, il ventennio fascista e i mesi dell'occupazione nazista.



Quello che so di te - Nadia Terranova - Guanda editore

C'è una donna in questa storia che, di fronte alla figlia appena nata, ha una sola certezza: da ora non potrà mai più permettersi di impazzire. La follia nella sua famiglia non è solo un pensiero astratto ma ha un nome, e quel nome è Venera. Una bisnonna che ha sempre avuto un posto speciale nei suoi sogni. Ma chi era Venera? Qual è stato l'evento che l'ha portata a varcare la soglia del Mandalari, il manicomio di Messina, in un giorno di marzo? Per scoprirlo, è fondamentale interrogare la Mitologia Familiare, che però forse mente, forse sbaglia, trasfigura ogni episodio con dettagli inattendibili. Questa non è solo una storia di donne, ma anche di uomini. Di padri che hanno spalle larghe e braccia lunghe, buone per lanciare granate in guerra. Di padri che possono spaventarsi, fuggire, perdersi. Per raccontare le donne e gli uomini di questa famiglia, le loro cadute e il loro ostinato coraggio, non resta altro che accettare la sfida: non basta sognare il passato, bisogna andarselo a prendere. Ritornare a Messina, ritornare fra le mura dove Venera è stata internata e cercare un varco fra le memorie (o le bugie?) tramandate, fra l'invenzione e la realtà, fra i responsi della psichiatria e quelli dei racconti familiari.



Elogio dell'ignoranza e dell'errore - Gianrico Carofiglio - Einaudi Editore

Biasimare gli errori e stigmatizzare l'ignoranza sono considerate pratiche virtuose. Necessarie. Ma le cose, forse, non stanno proprio così. Prendendo spunto da aneddoti, dalla scienza, dallo sport, da pensatori come Machiavelli, Montaigne e Sandel, ma anche da Mike Tyson, Bruce Lee e Roger Federer, Gianrico Carofiglio ci racconta la gioia dell'ignoranza consapevole e le fenomenali opportunità che nascono dal riconoscere i nostri errori. Imparando, quando è possibile, a trarne profitto. Una riflessione inattesa su due parole che non godono di buona fama. Un'allegria celebrazione della nostra umanità. Fin da bambini ci raccontano che se sbagli prendi un brutto voto; se sbagli non vieni promosso e non fai carriera, in certi casi addirittura perdi il lavoro; se sbagli perdi la stima degli altri e anche la tua. Sbagliare è violare le regole, sbagliare è "fallire". Per l'ignoranza, se possibile, i contorni sono ancora più netti: l'ignoranza relega alla marginalità. E quando si passa dalla definizione della condizione (ignoranza) all'espressione che indica il soggetto in quella condizione (ignorante), il lessico acquista il connotato dell'offesa. In realtà, l'errore è una parte inevitabile dei processi di apprendimento e di crescita, e ammetterlo è un passaggio fondamentale per lo sviluppo di menti aperte e personalità equilibrate.



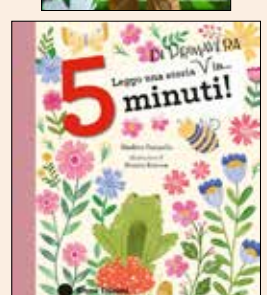
La maglia n. 7 - Francesco D'Adamo - Giunti Editore

I Mondiali del 2022 in Qatar sono stati un grande spettacolo, ma anche uno dei più grandi scandali degli ultimi anni. Corruzione, negazione dei diritti, migliaia di morti sul lavoro, tutti emigrati che venivano dall'India, Bangladesh, Pakistan, Nepal, dall'Africa. Ma di quei Mondiali, alla fine, si ricordano solo i gol di Messi in finale. Questo romanzo, con la storia di Raj, reclutato per lavorare e poi scomparso in Qatar, e di sua sorella Lila, partita alla sua ricerca travestita da ragazza, racconta invece una storia diversa, per farci intravedere il volto nascosto dietro al grande spettacolo del calcio. Una nuova storia dell'autore Premio Strega 2022, che come sempre racconta ai ragazzi il mondo con le sue contraddizioni.



Leggo una storia di primavera in... 5 minuti! Stampatello maiuscolo. - Giuditta Campello - Emme Edizioni

La primavera, che stagione meravigliosa! L'orso mette il muso fuori dalla tana, Rospo aspetta il ritorno della sua amica Anatra, la nonna prepara gustosissime torte. E da dove viene tutto questo ronzare? Una piccola raccolta di storielle primaverili, da leggere insieme mentre la fata Primavera rallegra il mondo con il profumo dei fiori. Un libro illustrato per bambini dai 5 anni in stampatello maiuscolo. Una raccolta di racconti primaverili per le prime letture: storie brevi e riccamente illustrate, perfette per fare i primi passi in autonomia nel mondo dei libri.



il Fornaio Ltd

5 Barretts Green Road, Park Royal, London NW10 7AE

T: +44 (0)20 8961 1172 F: +44 (0)20 8961 0172

www.ilfornaio.co.uk

For job opportunities
please email:
tais@ilfornaio.co.uk
all inquiries welcome

SALUTE A TAVOLA: 12 BUONI PROPOSITI, ECCO COME TRADURLI IN REALTÀ

Ad ogni inizio d'anno ritornano i buoni propositi a tavola, ma spesso l'entusiasmo iniziale si spegne davanti a obiettivi troppo ambiziosi. Difficile rivoluzionare tutto in una volta con lunghe liste di rinunce o sacrifici che si dimenticano in primavera. Ma che cosa si può fare perché i buoni propositi diventino realtà?

"Per migliorare il nostro benessere - spiega Paolo Bianchini consulente nutrizionale e nutraceutico di Salò e autore del "Metodo Bianchini" - non serve stravolgere tutto da un giorno all'altro. Basta cominciare da gesti semplici, con un passo alla volta, mese dopo mese, per fare del cibo un alleato della nostra salute. Spesso ci concentriamo troppo su dettagli come il conteggio delle calorie o la grammatura degli alimenti dimenticando che ciò che conta davvero sono le reazioni che il cibo scatena nel nostro corpo. Piccoli ma costanti cambiamenti non solo migliorano la salute, ma possono rendere il nostro rapporto con il cibo più sereno e appagante. Ogni pasto è un'occasione per prendersi cura di sé e basta imparare a farlo con equilibrio e consapevolezza".

Eccoli allora i 12 buoni propositi a tavola - uno al mese - proposti dal popolare nutrizionista italiano.

1. Gennaio: RISPETTA GLI ORARI DEI PASTI

"Per sfruttare al massimo i benefici della biochimica alimentare, il momento dell'orario dei pasti rappresenta un passo fondamentale. A determinati orari corrispondono funzioni ormonali differenti che comportano un'elaborazione e un'assimilazione a livello biochimico diversa. Per esempio, l'orario ottimale per fare colazione è tra le 7 e le 8.30, perché il fisico accetta meglio gli alimenti con un carico glicemico più elevato. Meglio anche pranzare tra

le 12 e le 13.30. Per la cena è sempre meno concluderla entro le 20:30".

2. Febbraio: APPAGA IL CERVELLO QUANDO MANGI

"Uno strumento efficace per essere felici è sicuramente il cibo, perché mangiare qualcosa che ci piace non ha solo un effetto psicologico ma anche fisico. Se sappiamo scegliere e combinare fra loro gli alimenti giusti, il nostro organismo genera una risposta ormonale che fa bene anche all'umore. Nel nostro corpo, quando assimiliamo un alimento, avvengono delle reazioni biochimiche, e alcuni cibi contengono sostanze come il triptofano (uova, pesce e formaggi), indispensabile per la sintesi della serotonina (ormone del benessere), vitamina B, D, minerali come magnesio, selenio, zinco".

3. Marzo: DIMENTICA I GRAMMI

"Se davvero vuoi rispettare il tuo corpo e di conseguenza iniziare a volerti bene, devi smetterla di contare i grammi del cibo che mangi. Quante volte stando a dieta avresti voluto mangiarne ancora un po' ma non hai potuto per non superare i grammi concessi? Una vera penitenza! Ricordati che non sono le grammature che ti fanno dimagrire o ingrassare ma le reazioni biochimiche create dagli alimenti nel tuo corpo. L'unico limite nella quantità deve essere il proprio senso di sazietà, questo varia da individuo ad individuo ovviamente".

4. Aprile: USA I CONDIMENTI

"Burro chiarificato e olio extra vergine d'oliva non dovrebbero mai mancare, ma evita di mischiarli tra loro e usando sempre l'olio a crudo. I condimenti grassi oltre ad appagare il cervello perché insaporiscono bene i cibi favoriscono il senso di sazietà a lungo termine, allontanando la comparsa del nuovo stimolo della fame".

5. Maggio: COMBINA I CIBI IN MA-

NIERA INTELLIGENTE

"In ogni pasto cerca di assumere tutti e 3 i nutrienti fondamentali (carboidrati, proteine e grassi) nelle loro migliori fonti. Ad esempio, uova al burro e frutta a colazione, carne o pesce con verdure condite con olio e olive oppure cotte nel burro a pranzo e cena".

6. Giugno: SE HAI FAME NON SALTARE IL PASTO

"Il corpo ha bisogno di nutrienti per funzionare correttamente, tra cui proteine, carboidrati, grassi, vitamine e minerali. Quando si salta un pasto, si riduce l'apporto dei nutrienti, e si crea uno squilibrio ormonale che può avere come conseguenza diversi disturbi tra cui debolezza e stanchezza. Tra l'altro trascorrere molte ore senza mangiare non aiuta a perdere peso: si arriverà al primo pasto con un eccesso di fame".

7. Luglio: CONCENTRA IL MOMENTO DEI CARBOIDRATI

"Esiste un meccanismo biochimico che ti permette di assumere quanti carboidrati amidacei che vuoi (della pasta, del riso, del pane e della pizza). Il tempo migliore per la migliore assunzione corrisponde al mattino, tra le 7 e le 8.30 e la spiegazione viene dalla produzione di cortisolo da parte del nostro fisico che ha come picco questa fase della giornata".

8. Agosto: DOLCIFICA SEMPRE DI MENO

"L'argomento dolcificanti è da sempre molto controverso. Con questo termine generico si raggruppano zuccheri, dolcificanti chimici (ad esempio aspartame e acesulfame K) e naturali (come stevia e fruttosio). Anche se alcuni dolcificanti influenzano la glicemia meno di altri, c'è un fenomeno meno noto ma altrettanto importante da considerare. E' quello che spiega che quando percepiamo il gusto dolce, ancor prima che il cibo o la bevanda venga



digerita. Il nostro cervello, anticipando l'arrivo dello zucchero, invia segnali al pancreas per iniziare a produrre insulina, anche se il cibo consumato non contiene zuccheri veri e propri o non provoca un aumento della glicemia".

9. Settembre: NON CONTEGGIARE LE CALORIE

"Le calorie indicano quanta energia un alimento può teoricamente fornire, ma non spiegano come il nostro corpo realmente lo utilizzi. Nel nostro organismo, il cibo viene metabolizzato attraverso processi biologici complessi che dipendono dai nutrienti. Questo significa che 100 calorie di zucchero e 100 calorie di noci, pur avendo lo stesso valore energetico, hanno effetti molto diversi sul metabolismo, sulla glicemia, sugli ormoni e sulla salute generale. Concentrarsi solo sulle calorie ci porta a trascurare il vero impatto degli alimenti sul corpo".

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

"Ci sono almeno due semplici motivi per evitare le bibite. Innanzitutto contengono dolcificanti artificiali e soprattutto nelle bibite dietetiche, vi è una presenza imponente di zuccheri artificiali che fanno tutt'altro che bene al nostro organismo. Inoltre, non dissetano poiché, essendo molto zuccherine, le bevande gassate portano solo apparentemente a un senso di appagamento che però viene presto dimenticato dal nostro organismo. Un bicchiere di vino, invece, consumato a pranzo o cena non influisce in modo significativo sul processo di dimagri-

mento".

11. Novembre: RICORDATI DI BERE ACQUA

"Dal punto di vista chimico e fisiologico l'acqua è un elemento neutro ed è indifferente se naturale o frizzante, basta sia acqua, e basta che non sia inferiore a 1,5 litri al giorno. Il ruolo dell'acqua è quello di diluire efficacemente le sostanze nocive con le quali entra in contatto e a trasportare quelle benefiche all'interno del nostro corpo. L'acqua è centrale nel mantenimento dell'equilibrio elettrolitico, in cui alcuni minerali sono importanti elettroliti, indispensabili per regolare le funzioni nervose e muscolari, per mantenere l'equilibrio acido-base e l'equilibrio idrico".

12. Dicembre: MANGIA CON CALMA

"La maggior parte delle persone mangia di corsa, svogliatamente e in maniera meccanica. Ma esiste anche una tendenza opposta che si definisce mindful eating, cioè mangiare consapevolmente e aiutando a sviluppare una relazione sana con il cibo e liberare da alcune cattive abitudini. Quando si mangia consapevolmente si diventa pienamente coscienti di come il cibo appare, del suo profumo e del suo sapore. Questo è fondamentale per accorgersi se si mangia spesso per motivi diversi dalla fame, per masticare bene il cibo, per accorgersi quando si è effettivamente sazi, per gustare a pieno il cibo che stiamo mangiando e per imparare a rispettare e ascoltare il proprio corpo".

LaRedazione



Da quando il 5 agosto 2013 durante una conferenza-stampa a Londra fu frita in prima mondiale carne coltivata sotto forma di hamburger (la vedete nella foto di accompagnamento) la diatriba imperversa e l'Italia è stato il primo Paese in assoluto a proibirne per legge produzione e vendita.

Protezione divieto, decretato dal governo Meloni nel novembre 2023 e contestato dall'Unione Europea perché fuori delle competenze nazionali, ha portato adesso ad una levata di scudi da parte di un gruppo di ricercatori universitari della Penisola che propongono di "studiare il tema" impostando "una riflessione" che possa contribuire a "intraprendere percorsi di valuta-

zione ragionati, fondati su evidenze scientifiche e caratterizzati da un approccio interdisciplinare". Insomma, prima studiare e poi (eventualmente) proibire. Non dimenticando che la produzione di un sostituto della carne salverebbe dal macello masse sterminate di animali e aiuterebbe la vivibilità della Terra.

I ricercatori e le ricercatrici - in tutto 19 - lavorano al Politecnico di Torino, alle Università di Scienze Gastronomiche di Pollenzo, agli atenei di Torino, di Roma Tor Vergata e Trento, al Good Food Institute Europe e all'Istituto di scienze delle produzioni alimentari e hanno unito le forze per la promozione di un approccio che dia libero cam-

po alla ricerca scientifica per verificare se siano plausibili la sostenibilità e la praticabilità della cosiddetta "agricoltura cellulare" e lasciare poi alle parti politiche le decisioni in materia di policy.

Questa presa di posizione ha portato all'elaborato di dieci spunti riportati in una nota pubblicata sulla rivista scientifica "One Earth".

L'attenzione si è concentrata in primo luogo sulla libertà della ricerca, necessaria all'innovazione. Come garanzia della libertà serve un uso corretto del linguaggio per riferirsi al tema: termini quali "coltivato" o "carne coltivata" - che riportano all'origine biologica delle cellule e al metodo di produzione - non sono equivalenti a "artificiale" o "carne sintetica".

Altrettanto fondamentale è la salvaguardia dell'integrità delle informazioni trasmesse: il discorso pubblico deve infatti diffidare di tutte quelle scorciatoie linguistico-concettuali usate per

CARNE COLTIVATA: MEGLIO STUDIARLA INVECE CHE VIETARLA?

descrivere i prodotti dell'agricoltura cellulare e che rischiano di compromettere la capacità degli individui di formarsi una propria opinione sulla base dei dati. L'agricoltura cellulare ha un potenziale importante, in un mondo che si trova oggi ad affrontare sfide alimentari e ambientali non più rimandabili, con la previsione di una crescita della popolazione che raggiungerà tra i 9 e gli 11 miliardi entro il 2050. Ed è pertanto "irresponsabile" a giudizio dei ricercatori minare la fiducia dei consumatori nella valutazione dei nuovi alimenti, mettendo in discussione le autorità competenti in materia, qual è l'Autorità Europea per la Sicurezza Alimentare (EFSA).

Nel testo si evidenzia quindi l'importanza di fornire consistente sostegno alla ricerca pubblica allo scopo di mitigare i rischi di iniquità associati ai brevetti privati e ai potenziali monopoli. Non manca nemmeno un riferimento alla libertà individuale nelle scelte ali-

mentari: una volta appurata la sicurezza e approvata la produzione, la libertà di compiere scelte alimentari non deve essere infatti limitata da alcuna maggioranza ma lasciata al singolo.

"Negli ultimi anni, in diversi paesi è emersa - commentano Alessandro Bertero, Michele Antonio Fino e Diana Massai, tre dei ricercatori coinvolti - una linea politica contraria alla carne coltivata non fondata sui risultati di una ricerca scientifica compiuta. La situazione creata in Italia, con la conseguente crisi di conoscenza acuita da decisioni politiche basate su informazioni come minimo incomplete, ha ispirato la nascita di un collettivo di ricerca fortemente interdisciplinare... l'Italia ha la responsabilità di contribuire in modo attivo e consapevole al progresso della conoscenza, prima che venga svolta qualsiasi valutazione su tecnologie capaci di influire sul futuro alimentare globale".

LaRedazione

L'Osteria Franciscana incoronata miglior ristorante in Italia



L'Osteria Franciscana dello chef Massimo Bottura, a Modena, è il Miglior Ristorante in Italia. Così almeno sostiene la guida 50 Top Italy 2025, che punta a raccontare il meglio della ristorazione italiana dentro e fuori dai confini nazionali.

L'Osteria Franciscana (così chiamata perché nelle vicinanze della Chiesa di San Francesco) è diventata nel 1995 il regno di Massimo Bottura e dal 2011 vanta tre stelle sulla Guida Michelin senza parlare dei punteggi altissimi sulle altre principali guide del settore. Ovviamente in questo ristorante (26 coperti nella salata principale, 36 in

terrazza) bisogna andarci con il portafoglio gonfio: il menu degustazione da 12 (mini-)portate costa 350 euro, a cui aggiungere 240 euro se si sceglie l'abbinamento vini da 8 calici. Il menu alla carta, invece, comprende antipasti, primi, secondi e dolci tutti tra i 60 e i 150 euro. A costare 60 euro sono i dolci mentre il piatto modenese per antonomasia - i tortellini - ne costa 80. Si spendono invece 150 euro per due piatti: l'astice in doppia salsa ("acida e dolce") e "la nostra interpretazione del filetto alla Rossini con foie gras, tartufo e caviale".

"Osteria Franciscana - così Bottura

presenta il suo rinomato locale - è un laboratorio di idee. È anche un osservatorio da cui guardiamo il passato in modo critico e mai nostalgico. Tradizione in Evoluzione significa osservare le nostre tradizioni culinarie da 10 chilometri di distanza, per portare il meglio del passato nel futuro."

Al secondo posto della hit parade "grandi ristoranti" la guida piazza Uliassi di Mauro Uliassi, a Senigallia nelle Marche mentre la medaglia di bronzo va a Enoteca Pinchiorri di Firenze, pilotata in cucina da Riccardo Monco e Alessandro Della Tommasina.

Seguono poi nell'ordine: D'O di Davide Oldani, a Cornaredo (Milano); Duomo di Ciccio Sultano a Ragusa in Sicilia; Le Calandre della famiglia Alajmo, a Rubano (Padova); Andrea Aprea a Milano, dell'omonimo chef; Condividere, a Torino, guidato dallo chef Federico Zanasi; Daní Maison, il ristorante dello chef/patron Nino Di Costanzo nell'isola di Ischia; Taverna Estia della famiglia Sposito, a Bruscianno (Napoli).

Nella Top-50 la Lombardia è la regione più rappresentata con 10 locali, seguita dalla Campania con 8 e dal Veneto con 6.

HOMEMADE GELATO: TUTTI I SEGRETI PER FARLO TOP



1. ****Avete comprato la vostra macchina per il gelato, e ora? **** Finalmente è arrivata la tanto desiderata macchina per il gelato! Dopo ore passate a cercare ricette

online, siete pronti a creare il gelato perfetto. Con entusiasmo immaginate di servire il miglior gelato del mondo ai vostri amici e familiari. Ma poi arriva la realtà: il gelato è grumoso, poco cremoso o privo di sapore. Che cosa è andato storto? La risposta risiede negli ingredienti e nella loro combinazione. Fare il gelato non è solo questione di latte fresco e zucchero; serve una per-

fetta armonia di zuccheri, addensanti ed emulsificanti. Ogni elemento ha un ruolo preciso per ottenere una consistenza vellutata e un sapore equilibrato. Scoprite con noi i segreti per fare un gelato da maestro!

2. ****Gli ingredienti base per un gelato perfetto****

Il gelato perfetto inizia con ingredienti di qualità. Latte fresco, panna e zuccheri sono il cuore di ogni ricetta. Ma attenzione, non basta mettere tutto insieme! La chiave sta nel bilanciare i vari componenti. Ad esempio, usare più tipi di zucchero, come destrosio o zucchero invertito, aiuta a evitare la formazione di cristalli di ghiaccio. Gli addensanti naturali come la farina di semi di carrube o la gomma di guar danno una consistenza cremosa. Gli emulsificanti, come la lecitina, garantiscono un perfetto amalgama tra grassi e acqua. Imparate a dosare ogni ingrediente e la vostra macchina per il gelato darà il massimo!

3. ****L'importanza della pastorizzazione nella preparazione del gelato**** Sapete che la pastorizzazione è il segreto di un gelato morbido e sicuro? Scaldare la miscela tra i 65°C e i 85°C elimina i batteri e permette agli ingredienti di amalgamarsi meglio. Questo passaggio attiva anche gli addensanti e migliora la stabilità del gelato, garantendo una consistenza vellutata. Non avete tempo per pastorizzare? Esistono ricette "a freddo", ma ricordate: la qualità potrebbe risentirne. La prossima volta che accendete la vostra macchina, provate una base pastorizzata: la differenza sarà evidente al primo assaggio!

4. ****Il ruolo della maturazione nel gelato artigianale****

Avete mai sentito parlare di maturazione? Dopo aver preparato la miscela, lasciatela riposare in frigorifero per almeno 30 minuti, ricordandovi di mescolarla a più riprese. Questo passaggio permette agli ingredienti di stabilizzarsi e agli aromi di svilupparsi appieno. La maturazione rende il gelato più cremoso e intenso, migliorando il risultato finale. Non sottovalutate questo step: anche la vostra macchina per il gelato ringrazierà, lavorando meglio e più velocemente!

5. ****Come evitare il gelato grumoso: consigli pratici****

Vi è mai capitato di ottenere un gelato con fastidiosi grumi? Il problema può essere nella preparazione della miscela. Per evitarlo, setacciate gli ingredienti secchi e mescolateli gradualmente con i liquidi. Se possibile, utilizzate un frullatore a immersione per eliminare eventuali grumi. Inoltre, non dimenticate di raffreddare bene la miscela prima di inserirla nella macchina. Seguendo questi consigli, direte addio ai grumi e benvenuto al gelato liscio e cremoso!

6. ****I trucchi per un gusto irresistibile**** Il segreto di un gelato dal sapore eccezionale è negli aromi naturali. Usate vaniglia in bacche, cioccolato fondente di qualità, frutta fresca e nocchie tostate per esaltare il gusto. Evitate gli aromi artificiali: potrebbero alterare il sapore del gelato. Ricordate anche che meno è meglio: concentratevi su pochi ingredienti di qualità. Infine, per un tocco gourmet, aggiungete una variegatura di cioccolato, formaggio o marmellata. Con un po' di pratica e i giusti ingredienti, il vostro gelato fatto in casa diventerà il dessert preferito di tutti!



Recipe by Davide De Simone
info@garofalouk.com



Garofalo Linguine with Caviar and Lemon Sauce



A simple yet fresh and tasty recipe ready in the time it takes to cook the pasta.

Ingredients for 2 people

- 180g linguine Garofalo
- 30g caviar
- 2 tbs creme fraiche
- 20g butter
- half a lemon for the zest and juice
- 4 gloves of garlic slightly crushed
- Extra virgin olive oil
- Salt

Method

- In pan cook the garlic with olive oil on a low heat until the oil is infused.
- Add the lemon zest. Once golden add the lemon juice and the butter.
- Cook the pasta until al dente and finish to cook in the lemon sauce. Add some pasta water and the creme fraiche to get your desired sauce consistency.
- Combine until the sauce is creamy and the pasta coated.
- Serve with a generous spoon of caviar.

Amaretto Salato Best Flavour UK 2021

Oggi vi insegniamo come preparare il nostro gelato "Amaretto Salato", vincitore del premio "Best Flavour UK" al Gelato Festival World Masters 2021. Una combinazione irresistibile di sapori!

Attrezzi:

- Contenitore per miscela (capacità: almeno 3 litri)
- Frullatore a immersione o mixer
- Spatola
- Frustino

Ingredienti:

- Latte fresco: 1458g
- Sale: 12g
- Zucchero: 200 g
- Latte scremato in polvere: 40g
- Cremoloso Pasta Amaretto: 140g
- Cremoloso Dairy Base: 150 g (contiene addensante ed emulsionanti per una texture perfetta)

Procedimento:

1. Scaldare il latte a 70°C (pastorizzare).
2. Unire tutti gli ingredienti nel contenitore e frullare con il frullatore a immersione. Se non disponibile, usate un blender; in caso di capienza insufficiente, mixate una parte e poi amalgamate il resto del latte manualmente.
3. Lasciate riposare la miscela per 30 minuti in frigorifero, mescolando a intervalli con una frusta.
4. Trascorsi i 30 minuti, versate la miscela nella macchina per il gelato.
5. In circa 30 minuti il vostro capolavoro sarà pronto da gustare!

Con questa ricetta, porterete a casa un sapore da campione mondiale! Per maggiori informazioni o acquisto ingredienti, andare sul sito www.cremolosogelato.co.uk

(a cura di Cremoloso Gelato)



tutti a tavola ...

con *Giorgio Locatelli*

Dal suo ultimo libro "Made At Home"



Pasta fagioli: bean and pasta soup with mussels



The idea of adding mussels to a bean and pasta soup gives a whole new lease of life to an old staple that many a country farmer's families would have fallen back on time and time again during the winter in the north of Italy: almost an equivalent of baked beans for the English. There are so many handed-down regional recipes for these kinds of soups, which inevitably start rows among Italians as to which is the most authentic. Wherever I travel I am always inquisitive about local ingredients and recipes, and when I was in Tuscany one time visiting some vineyards, the conversation turned to a particular bean soup, which sparked off a whole tirade about the way they made it in one of the neighbouring villages. Apparently, it was an absolute insult, when the only difference was the addition of sage. That is how deep the sentiments about soup can run in Italy!

In this case I don't remember how we first came to add the marjoram, but its delicate, aromatic character bridges the flavours of the beans and the mussels perfectly. If you don't have any ditalini, you can use up broken bits of spaghetti, and you can add a dash of chilli oil at the end, if you like. In the summer it is also good if you allow the soup to cool down before serving.

To prepare mussels:

Scrub the shells really well under cold, running water, removing any beards. Discard any mussels that are open or that won't close if you tap them against your work surface. Once cooked, discard any that haven't opened.

If a recipe calls for clams, prepare them in the same way (though of course they don't have beards!)

Serves 6

dried borlotti beans 800g, soaked overnight
(or, if you can find them, 1.6kg fresh beans in their pods)
olive oil 100ml
leeks 2 medium, chopped
shallots 3, chopped
carrot 1, chopped
celery 2 stalks, chopped
garlic, 3 cloves, whole
fresh rosemary 2 sprigs
tomato purée, 1 tablespoon
mussels 800g, cleaned
white wine 35ml
small pasta, such as ditalini 500g
fresh marjoram, 2 tablespoons, plus, a little extra for garnish
sea salt and freshly ground black pepper
a little extra virgin olive oil

1 Put the dried (or freshly podded) beans into a pan of cold water and bring to the boil. Turn down the heat and simmer for about 45 minutes–1 hour for fresh beans, and around 1–1½ hours for dried beans, until they are just soft. 2 Transfer three-quarters of the beans to a blender with a little of their cooking water (reserve the rest) and blend to a soup consistency. 3 Heat the olive oil in a separate pan, add the leeks, shallots, carrot and celery, and then the garlic and rosemary. Cook gently for 2 minutes, add the tomato purée and cook for another minute, then lift out the garlic and rosemary and discard them. 4 Add the reserved beans with their cooking water, along with the blended beans. 5 Put the mussels into a large pan with the wine, cover with a lid and cook over a high heat, shaking the pan a couple of times, until the mussels open (they will release their own liquid as they do so), then take off the heat and keep to one side.

Discard any of the mussels that haven't opened, then shell around 15–20 of them, leaving the rest in their shells for garnish. 6 Cook the pasta in a pan of boiling salted water for about 2 minutes or according to the packet instructions, then drain and add to the bean soup along with the shelled mussels and some of the reserved liquid from cooking them. Transfer to a large, warmed serving bowl. Add the marjoram, taste and season. 7 Add the mussels in their shells (the soup will be thick enough for them to just sit on top) and garnish with the extra marjoram. Drizzle with extra virgin olive oil and finish with black pepper.



SOUTHERN ITALIAN COOKING

by Francesco Mazzei



Involtini di podolica, caciocavallo e funghi selvatici

BEEF ROLLED WITH CHEESE AND WILD MUSHROOMS

We don't have a big culture of cooking beef in the South. Buffalo is bred for mozzarella, but cattle has historically been a working animal. We used our cattle in the fields, so beef cattle were expensive and too much of the animal was wasted to make it a rewarding investment. As the South has shed its economic shackles that is changing and the culture of using beef is growing. That said, involtini use the animal in a way that is in keeping with our culture of stretching meat to make it go further. Small quantities of beef are bashed until very thin, then rolled around a filling.

In Italy I would use beef from Podolica cows, which are bred in the Sila mountains. It's a beautiful place where the cows graze outdoors all year round and the grass is iron-rich. The meat is lean, which means it is tougher, so you need to beat and rest it – to tenderise it before cooking and watch it carefully during the cooking to ensure it doesn't dry out. In the UK, medallions are likely to come from grain-fed beef fillet and be fatter and more tender, which will ensure they remain moist.

Serve these involtini with a nice glass of Cir. wine and the dandelion greens with breadcrumbs SERVES 4

800g beef medallions (about 60–70g each)

6 tbsps extra virgin olive oil

1 garlic clove, skin on, halved

1 rosemary sprig

1 thyme sprig

400g mixed wild mushrooms, trimmed

10g flat-leaf parsley, finely chopped

10g chives, finely chopped

10g marjoram, finely chopped

50g mozzarella cheese, torn

60g pecorino cheese, grated

250g caciocavallo cheese or young, soft pecorino cheese or smoked or unsmoked scamorza, crumbled

30g '00' flour

200ml white wine

300ml chicken stock

5g parsley leaves, roughly chopped

sea salt and freshly ground black pepper

You will also need some rosemary sprigs or toothpicks to secure the rolls.

Place the beef medallions between two sheets of cling film and bash them with a rolling pin until they are each



5mm thick, then set aside.

In a pan heat 2 tablespoons of the olive oil over a medium heat with the garlic, rosemary and thyme. Add the mushrooms, season with salt and pepper, and fry for a couple of minutes on a very high heat

(Be careful not to burn the garlic – remove it if necessary) until the mushrooms are browned and soft.

Let the mushrooms cool completely, then roughly chop two-thirds of them and place in a bowl. Add the herbs, mozzarella, grated pecorino and caciocavallo cheeses and mix well.

Put about a tablespoon of the mixture on the shorter ends of each slice of beef and roll up, being careful to enclose the ends of the rolls as you roll by tucking the sides in. Secure each roll with two rosemary sprigs or toothpicks.

Preheat the oven to 200.C /fan 180.C /gas 6.

Season the rolls with salt and pepper and dust them with the flour.

Heat the remaining 4 tablespoons of olive oil in a large frying pan over a medium–high heat and add the rolls. Fry until seared and sealed all over, then pour in the white wine and allow it to evaporate. Add the reserved mushrooms and the chicken stock, then transfer to a large baking dish and place in the oven for 7 – 8 minutes. Check they are hot right through by sticking a toothpick into the centre of a couple of rolls; it should come out warm.

Lift the rolls out of the sauce into a serving dish and remove the rosemary or toothpicks. stir the parsley into the sauce and pour over the rolls.



In Cucina

di Enzo Oliveri

info@thesicilianchef.co.uk

Lemon linguine Linguini al limone



Serves 4

Ingredients

4ltr Water

1tbls Salt

400gr Linguini Pasta

20gr Butter

100gr Honey Roast Ham

Zest of 1 lemon

25ml Vodka

400ml Cream single

4 Slices lemon

Metod

1. Boil the water with salt and add the pasta and cook for 7 minutes.
2. Heat the butter and fry the chopped ham for a couple of minutes.
3. Increase the heat and add the lemon zest and vodka and allow a few minutes to evaporate
4. Reduce the heat and pour in the cream, cook until the cream has slightly thickened.
5. Drain the pasta and add to the sauce, stir in thoroughly.
6. Garnish with lemon slice and serve immediately.

INDIRIZZI UTILI IN G.B.

AMBASCIATA ITALIANA A LONDRA

Residenza: 4 Grosvenor Square
London W1X 9LA
Uffici: 14, Three Kings Yard
London W1K 4EH
T: 020 73122200 - F: 020 73122230
ambasciata.londra.esteri.it
www.ambolondra.esteri.it

ADDETTANZA MILITARE A LONDRA

7/10 Hobart Pace, London SW1W 0HH
T: 020 7259 4500 - F: 020 7259 4511
segr_dif@difitalia.co.uk

ITALIAN TRADE AGENCY

35/39 Maddox Street
London W1S 2PP
T: 020 7292 3910
londra@ice.it - www.ice.it

AMBASCIATA ITALIANA A DUBLINO

63-65 Northumberland Road Dublin 4
T: +353 1 6601744 - F: +353 1 6682759
ambasciata.dublino@esteri.it
consolare.ambdublino@esteri.it
www.ambodublino.esteri.it

CONSOLATO GENERALE ITALIANO LONDRA

"Harp House", 83/86, Farringdon Street
LONDON EC4A 4BL
T: 020 7936 5900 - F: 020 7583 9425
Cel. emergenza 0044 (0) 7850 752 895
consolato.londra@esteri.it
www.conslondra.esteri.it

Prenotazioni appuntamenti passaporti
circoscrizione Londra T: 0203 327 6290
Lunedì/Venerdì dalle 08:15 alle 12:30
È possibile prenotare appuntamenti on
line attraverso il sito del Consolato

ASHFORD AGENZIA CONSOLARE

Sig. Antonino COMPARETTO
Cell. 07941612319
ashford.onorario@esteri.it
Solo su appuntamento

BEDFORD CONSOLATO ONORARIO

In attesa assunzione nuovo titolare
69 Union Street, Bedford MK40 2SE
T: 01234356647 (Durante le ore di Ufficio)
Passaporti (Solo su appuntamento)
Lunedì, mercoledì e Venerdì: 10:00 - 13:00
passports@honconsulofitalybedford.co.uk

Notarile Venerdì: 12:00 - 16:00
11 Lurke Street - Bedford MK40 3HZ
notarile@honconsulofitalybedford.co.uk

BRISTOL AGENZIA CONSOLARE

Dott. Luigi LINO
Avondale Business Centre
Woodland Way, Kingswood
Bristol BS15 1AW
Cell: 07817721965

Lunedì, martedì, mercoledì, giovedì dalle
10:00 alle 14:00 (Solo su appuntamento)
bristol.onorario@esteri.it

CARDIFF

VICE CONSOLATO ONORARIO

Dott.ssa Bruna CHEZZI
58 Kings Road, Cardiff CF11 9DD
Tel: 020 4537 0338
Lunedì, mercoledì e venerdì: 9:00 - 13:30
appuntamenti telefonare 9:00 - 11:00
cardiff.onorario@esteri.it

CHESHUNT AGENZIA CONSOLARE

Sig. Carmelo NICASTRO
Borough Offices
Bishop's College - Room 15
Churchgate, Cheshunt, Herts EN8 9XB
Tel: 01992 - 620866

GIBILTERRA

CONSOLATO ONORARIO

Sig. Patrick H. CANESSA
PO Box 437, 3 Irish Place, Gibraltar
T: 00350-200 47096
F: 00350-200 45591

italy.gibraltar@gmail.com

(Solo su appuntamento)

GUERNSEY AGENZIA CONSOLARE

Sig. Stefano Renzo FINETTI
Goose Hollow, Damouettes Lane,
St Peter Port, Guernsey GY1 1ZT
T: 1481 710034

Da lunedì a venerdì 9:00 - 17:00

(Solo su appuntamento)

JERSEY AGENZIA CONSOLARE

Dott. Alessandro BRANCATO
Ap. 106, Century Building, Patriotic
Place, St Helier, Jersey JE2 3AF
Cell: 07700 723113
jersey.onorario@esteri.it

Lunedì, mercoledì e venerdì: 9:00 - 13:30

Sabato: 9:00 - 13:00

PETERBOROUGH

AGENZIA CONSOLARE

Sig.ra Carmela Cocozza
The Fleet, High Street,
Fletton, Peterborough PE2 8DL
Cell: 07552 913229

(Solo su appuntamento)

peterborough.onorario@esteri.it

WATFORD AGENZIA CONSOLARE

Temporaneamente chiusa (in attesa
dell'assunzione del nuovo titolare)

WOKING AGENZIA CONSOLARE

Sig. Domenico MINARDI
14 Oriental Road, Woking
Surrey GU22 7AW
Cell: 07360 213603

Da lunedì a venerdì dalle 9:00 alle 12:00
e dalle 14:30 alle 18:30

woking.onorario@esteri.it

onorario.woking@outlook.com

onorario.woking@gmail.com

CONSOLATO D'ITALIA A MANCHESTER

The Chancery - 58 Spring Gardens
Manchester M2 1EW
T: 01612435956
www.consmanchester.esteri.it
manchester.segreteria@esteri.it

BIRMINGHAM

VICE CONSOLATO ONORARIO

Dott.ssa Ilaria Di Gioia
Birmingham Science Park Aston
T: 0121 250 3565 (Solo in ore di Ufficio)
(Solo su appuntamento)
Holt Court South Jennens Rd
Birmingham B7 4EJ

Giovedì, venerdì e sabato: 12:00-15:00

birmingham.onorario@esteri.it

www.vicensolato.co.uk

LIVERPOOL

CONSOLATO ONORARIO

Dott. Rocco Cristiano MENTE
Oriental Chambers - 14, Water Street
Liverpool L2 8TD
T: 0151 3051060 - 01513051061
liverpool.onorario@esteri.it

(Solo su appuntamento)

Da lunedì a venerdì: 9.30 - 13.00

14.00 - 18.30, Sabato: 9.30 - 13.00

NEWCASTLE UPON TYNE

AGENZIA CONSOLARE

Dott. Giorgio GARZON
Tel: 07595847942
giorgiogarzon@gmail.com

NOTTINGHAM

VICE CONSOLATO ONORARIO

Dott.ssa Valeria Passetti Riba
T: 0115 950 3133
(Solo su appuntamento)
nottingham.onorario@esteri.it

CONSOLATO GENERALE ITALIANO EDIMBURGO

32 Melville Street

Edinburgh EH3 7HA
T: +44 (0)131 220 3695 / 226 3631
F: +44 (0)131 2266260

consolato.edimburgo@esteri.it
www.consedimburgo.esteri.it

CONSOLATO ONORARIO D'ITALIA GLASGOW

Cav. Ronnie CONVERY
Anderson Strathearn, George House,
50 George Square, Glasgow, G2 1EH
Cell: 07450 616552
glasgow.onorario@esteri.it

CONSOLATO ONORARIO D'ITALIA BELFAST

Dr Federica Ferrieri
72, University Street, Belfast BT7 1HB
Cell: 07747 830654
belfast.onorario@esteri.it

CONSOLATO ONORARIO D'ITALIA, ABERDEEN

Sig. Federico Porrera
The Capitol Building, 431 Union St.
Aberdeen AB11 6DA
T: 07747830654

aberdeen.onorario@esteri.it

lunedì dalle 16:30 alle 18:00

Solo su appuntamento*

AGENZIA CONSOLARE ONORARIA D'ITALIA, GREENOCK

Vacante

COMITATO DEGLI ITALIANI ALL'ESTERO (COMITES)

20, Brixton Road, London SW9 6BU
Cell: 07562776264

Lunedì - Venerdì 10:00 - 15:00

info@comiteslondra.info

www.comiteslondra.info

20 Dale Street, 4th floor

Manchester M1 1EZ

Tel/Fax: 0161 236 9261

comitesmanchester@yahoo.co.uk

ITALIAN CULTURAL INSTITUTE LONDON

39, Belgrave Square
London SW1X 8NX
T: 020 7235 1461 - F: 020 7235 4618
icilondon@esteri.it
www.icilondon.esteri.it

ITALIAN CULTURAL INSTITUTE EDINBURGH

82, Nicolson Street
Edinburgh EH8 9EW
T: 0131 668 2232 - F: 0131 6682 7777
iicedimburgo@esteri.it
www.iicedimburgo.esteri.it

EDUCATION DEPARTMENT LONDON

83-86 Farringdon Street
London EC4A 4BL
T: 020 7583 8984 - F: 020 7822 7112
edu.londra@esteri.it
www.conslondra.esteri.it

EDUCATION DEPARTMENT EDINBURGH

32A, Melville Street
Edinburgh EH3 7HW
T: 0131 226 3169

CORSI DI LINGUA E CULTURA ITALIANA LONDRA

154 Holland Park Avenue
London W11 4UH
T: 020 7544 976 601
enquiries@scuolaitalianalondra.org

LA SCUOLA ITALIANA A LONDRA

154 Holland Park Avenue
London W11 4UH
T: 020 7603 5353
info@scuolaitalianalondra.org
www.scuolaitalianalondra.org

COM.A.C.I.S.S.

32A, Melville Street
Edinburgh EH3 7HW
T: 0131 226 3169
comaciss@aol.com

CO.SC.AS.IT.

111 Piccadilly, Manchester M1 2HY
T: 0131 2253726

CHAMBER OF COMMERCE AND INDUSTRY FOR THE UK

1 Princes Street, London W1R 8AY
T: 020 7495 8191 F: 020 7495 8194
info@italchamind.org.uk
www.italchamind.org.uk

ITA Airways

Customer service
Italia: 0039 06 8596 0020
Regno Unito: 0044 1904 211300
www.ita-airways.com

BANCHE

BANCA DITALIA LONDRA

2 Royal Exchange Buildings
London EC3V 3DG
T: 020 7606 42
www.bancaditalia.it

INTESA SANPAOLO

90 Queen Street, London EC4N 1SA
020 7651 3000
www.intesasanpaolo

UNICREDIT GROUP

Moor House, 120 London Wall
London EC2Y 5ET
T: 020 7826 100 - F: 020 7826 1210
www.unicreditgroup.eu

MEDIO BANCA

33 Grosvenor Place
London SW1X 7HY
T: 0203 0369 500 - F: 0203 0369 555
info@mediobanca.co.uk
www.mediobanca.it

ENIT / ITALIAN GOVERNMENT TOURIST BOARD

1 Princes Street, London W1B 2AY
T: 020 7408 1254 - F: 020 7399 3567
italy@italiantouristboard.co.uk
www.enit.it

PATRONATI

PATRONATO A.C.L.I.

Associazioni Cristiane
Lavoratori Italiani
134, Clerkenwell Road
London EC1R 5DL
T: 020 7278 0083/4 - F: 020 7278 2727
londra@patronato.acli.it

PATRONATO INAS-CISL

Istituto Nazionale
di Previdenza Sociale
248 Vauxhall Bridge Road
London SW1V 1JZ
T: 020 7834 2157 - F: 020 7630 0169
mail@inasitalianwelfare.co.uk

PATRONATO INCA-CGIL

Istituto Nazionale
Confederale di Assistenza
124 Canonbury Road, London N1 2UT
T: 020 7359 3701 - F: 020 7354 4471
regnounito@inca.it

PATRONATO ITAL-UIL (UIM)

Istituto di Tutela ed Assistenza ai
Lavoratori della Unione Italiana
del Lavoro (U.I.L.)
Congress House, London WC1B 3LS
T: 020 8540 5555 - F: 020 8307 7601
ital.uil.gb@hotmail.com

MISSIONI CATTOLICHE ITALIANE

197, Durants Road, Enfield
Middlesex EN3 7DE
T: 020 8804 2307

PADRI PALOTTINI

St. Peter's Italian Church
Clerkenwell Road, London EC1R 5EN
Uffici: 4, Back Hill, London EC1R 5EN
T: 020 7837 1528 - F: 020 7837 9071

PADRI SCALABRINIANI

20, Brixton Road, London SW9 6BU

T: 020 7735 8235 - F: 020 7793 0385

Villa Scalabrini
Green Street, Shenley, Herts WD7 9BB
T: 020 8207 5713 - F: 020 8381 5570
14 Oriental Rd, Woking
Surrey GU22 7AW
T: 01483 760749

10 Woburn Road, Bedford MK40 1EG
T: 01234 359 515 - F: 01234 340 626

BRADFORD

68 Little Horton Lane

Bradford BD5 0HU.

T: 01274 721 612

AVVOCATI

PINI FRANCO LLP,

22 /24 Ely Place, London EC1N 6TE
T: 020- 7566 3140 - F: 020- 7566 3144
dpini@pinifranco.com
rfranco@pinifranco.com
www.pinifranco.com

BELLUZZO & PARTNERS LLP

38 Craven Street
London WC2N 5NG
T: 020-7004 2660 - F: 020-7004 2661
alessandro.belluzzo@belluzzo.net
www.belluzzo.net

STUDIO LEGALE INTERNAZIONALE GAGLIONE

Hamilton House, 1 Temple Avenue
London EC4Y 0HA
T: 020-7489 2014 - F: 020-7489 2001
alessandro@gaglione.it
www.gaglione.it

ADL SOLICITORS LTD

131-133 Cannon St
London EC4N 5AX
T: 0207 929 4311 - M: 07888 840318
gerardo@adlsolicitors.com
www.adlsolicitors.com

NOTAI

SLIG NOTARIES

Roberto Gaglione (Notary Public)
Hamilton House, 1 Temple Avenue
London EC4Y HA - Tel: 020 7936 3555
info@slignotaries.com

DOTTORI

MEDICO FIDUCIARIO DEL CONSOLATO G.P. (N.H.S.)

D.ssa Orietta EMILIANI
32 Eardley Crescent. London SW5 9JZ
T: 020 7373 0140 - F: 020 7244 6617
Mobile: 07531-728424

AEROPORTI

HEATHROW - GREATER LONDON TW6

T: 0844 335 1801
GATWICK - WEST SUSSEX RH6 ONP
T: 0844 892 0322
LONDON CITY
Hartmann Road, London E16 2PX
T: 020 7646 0000

STANSTED AIRPORT

Enterprise House, Bassingbourn Rd,
Stansted, Essex CM24 1QW
T: 0844 335 1803

LUTON AIRPORT

Airport Way, Luton LU2 9LY
T: 01582 405100
BIRMINGHAM B26 3QJ
0871 222 0072
CARDIFF



International Food & Drink Event

17-19 March 2025 | ExCel London

Scoprite l'eccellenza del Made in Italy a IFE 2025

IFE si conferma come un appuntamento imperdibile per il settore agroalimentare internazionale.

ICE-Agenzia partecipa con una collettiva che occuperà un'area espositiva di circa 350 m² presso il complesso fieristico Excel London (stand 1610, 1630, 1650, 1670).

Un'occasione unica per incontrare le aziende italiane e scoprire le eccellenze del nostro agroalimentare.

Evento riservato esclusivamente agli operatori del settore.

Vi aspettiamo!



madeinitaly.gov.it



Ministero degli Affari Esteri
e della Cooperazione Internazionale

ITA 
ITALIAN TRADE AGENCY


THE EXTRAORDINARY
ITALIAN TASTE