



Ordine Psicologi del Piemonte

Rassegna Stampa OPP del 28-12-2020

INDICE

Riza Psicomatica La paura ti fa vedere l'abisso	9
Riza Psicomatica Le aspettative dei genitori demotivano i figli	10
Riza Psicomatica La gelosia ti spinge a ritrovarti	12
Riza Psicomatica La rabbia accende vita e passione	13
Riza Psicomatica La tristezza lo spazzino dell'anima	14
Arbiter LE BUGIE DEL CERVELLO	16
Prealpina.it Una manovra da 5 miliardi	17
Clicmedicina.it Vitamina D nella prevenzione e nel trattamento di COVID-19: nuove evidenze	19
Ilfoglio.it Il gol da record di Leao e il concerto jazz della Serie A	22
Gazzettadiparma.it Bonus e incentivi: ecco tutte le nuove misure	23
Quotidianosanita.it La "251" degli psicologi	24
Radiocolonna.it Manovra: Vaccini, medici, incentivi auto, ecco le misure	25

Urbanpost.it	26
Il gioco d'azzardo patologico e le altre dipendenze: le New Addictions	
Elle.it	27
La Psiche ai tempi di coronavirus #23 - I tempi sono maturi per il bonus psicologo	
Distribuzionemoderna.info	29
Il Covid non intacca la fiducia nel settore alimentare	
Repubblica.it	30
Torino, la petizione del medico fresco di paternità: "Prima e dopo il parto non escludete i papà"	
Vita.it	31
In farmacia per i bambini: raccolti oltre 220mila prodotti pediatrici	
La Repubblica	33
Sempre connessi ma così soli, ecco i ventenni del 2020	
Iodonna.it	34
Piero Angela compie 92 anni: «Penso a me stesso come a un giovanotto, almeno interiormente»	
Investireoggi.it	36
Nuove offerte lavoro con Ferrovie dello Stato anche per diplomati	
Ilmattino.it	37
Bonus per casa e auto, incentivi per il piano vaccini: ecco le misure in Manovra	
Il Piccolo Trieste	38
Avere 20 anni nel pieno della pandemia L'epoca del lockdown vista dai giovani	
Aboutpharma.com	39
Fare cultura sulla gestione del dolore a 360°: l'impegno di Molteni in oncologia	
Quotidianosanita.it	41
Covid e oncologia. Senza la Rete oncologica le Unità operative hanno accusato maggiormente l'impatto pandemico	
Ilfattoquotidiano.it	48
Distrofia muscolare di Duchenne/Becker, in Italia c'è una rete di centri d'ascolto per le famiglie e per Natale chiede un piccolo aiuto	

Sanitainformazione.it	50
Psicologia, Lazzari (CNOP): «Non c'è stato adeguamento organizzativo in Ssn»	
Confidenze	52
Coppia e infertilità: come reagire insieme	
Confidenze	54
UN LEGAME DISFUNZIONALE	
Riviera24.it	55
“Seguendo la stella” per le vie del borgo, Natale “a distanza” e auguri digitali: Cervo regala momenti di magia e musica	
La Nuova Periferia	57
Assistenza psicologica ai minori con disturbi legati al Coronavirus	
Movietele.it	58
Programmazione per Natale 2020 e Capodanno 2021 di Sky, Mediaset e Rai	
Il Secolo Xix	66
«I danni del Covid? Anche sulla mente» Team di psicologi per aiutare le vittime	
Il Messaggero	67
Tranquilli bambini, Santa Claus sta bene	
Il Messaggero	68
Mai lavorare da casa in pigiama: è l'anticamera della depressione	
Il Sole 24 Ore	69
Una rete di 300 psicologi per sostenere i lavoratori	
Il Canavese	70
Assistenza psicologica ai minori con disturbi legati al Coronavirus	
La Nuova Periferia	71
Assistenza psicologica ai minori con disturbi legati al Coronavirus	
La Nuova Periferia	72
Assistenza psicologica ai minori con disturbi legati al lockdown per il Covid-19	
Trend-online.com	73
Attenti al bollo auto 2021. Ci sono 7 mesi di sospensione	

La Repubblica - Salute	75
Depressione serve la diagnosi	
La Repubblica - Salute	76
"Costruiamo un argine alle paure"	
Gazzetta.it	77
Sa 4 lingue, dipinge, gira col dizionario, fa l'imprenditore: Jankto non è un calciatore qualunque	
Ilsecoloxix.it	78
«I danni del Covid Anche sulla mente». Ad Alessandria un team di psicologi per aiutare le vittime	
Meteoweb.eu	79
Lecture sotto l'albero di Natale: 'Non farti ingannare dall'età', il libro giusto al momento giusto	
Leccotoday.it	81
"City4Care": con il progetto lecchese Interreg Italia-Svizzera la call per giovani artisti educatori europei	
Ansa.it	82
'Capodanno-1', magia diventa digitale dalla Mole di Torino	
Lagazzettadelmezzogiorno.it	83
'Capodanno-1', magia diventa digitale dalla Mole di Torino	
Ansa.it	84
'Capodanno-1', magia diventa digitale dalla Mole di Torino	
Msn.com	85
Allarme 'Christmas Blue', la pandemia aumenta la depressione natalizia	
Il Messaggero	86
Le fiabe lette da cantanti e attori per i piccoli del Bambino Gesù	
Il Messaggero	87
LA PROF CHE INSEGNA L'ETICA AI ROBOT	
Bergamonews.it	89
È online il nuovo numero della rivista ufficiale di Habilita, Take care	
Fanpage.it	90

Depressione e disagi: gli effetti psicologici del Covid che potrebbero peggiorare con il Natale	
Domani	92
Nel suo disco Bianconi scende nell'abisso dell'io senza maschere	
Torinoggi.it	93
Nelle farmacie di Torino, il calendario 2021 sui neonati che dona latte in polvere alle mamme in difficoltà	
Il Venerdì' Di Repubblica	94
SIAMO PICCOLI E DIVERSAMENTE MOLTO SOCIAL	
Il Venerdì' Di Repubblica	96
Attenti al cibo che si fa bello per sembrare buono e sano	
Il Venerdì' Di Repubblica	97
RENATA COLORNI TRADUCO DUNQUE CREO	
Trend-online.com	99
Rimborso bollo auto. Si ottiene anche senza rottamazione	
Ilpiacenza.it	101
«Al campo profughi di Samos diritti umani violati e annientati»	
Torinoggi.it	103
Fondazione Crt: per le attività no profit del territorio quasi 4 milioni per 235 progetti	
Ilpiacenza.it	104
"Il contagio delle idee", riflessioni online sulla pandemia	
Ilpiacenza.it	105
"Il Contagio delle idee", una rassegna culturale online per riflettere sulla pandemia.	
Ilssussidiario.net	107
COVID & SALUTE MENTALE/ Quel rapporto tra umani che le App non possono sostituire	
Ilssussidiario.net	108
COVID & SALUTE MENTALE/ Quel rapporto tra umani che le App non possono sostituire	
Il Sole 24 Ore - Domenica	109
Essere parte del paesaggio	
Il Giornale	111
La pandemia ha segnato il nostro futuro	

Qn - Quotidiano Nazionale	112
Liberare la mente aiuta a ripulire il corpo Pensare positivo è la nuova frontiera del detox	
Ilsole24ore.com	113
Perché sbagliare non sempre è un errore	
La Stampa - Ed. Cuneo	116
Sportello di ascolto con 10 psicologi	
Il Messaggero	117
L'idea "Unobravo", nasce il supporto online ora la terapia psicologica si segue a distanza	
Il Giornale	118
La malattia che fa vedere i volti tutti uguali	
Libero	119
Se non ti sforzi di piacere a tutti, vivi meglio	
F Settimanale	121
SCOPRI LA MAGIA DELLE FESTE "DIVERSE"	
Focus	122
PERCHÉ PREFERIAMO LA MANO DESTRA?	
Focus	124
A CHE GIOCO GIOCHIAMO?	
Focus D&r	126
LA SOLITUDINE CAMBIA IL NOSTRO CERVELLO?	
Focus D&r	127
Siamo meglio degli altri?	
Focus D&r	128
DAI GUSTI ARTISTICI SI CAPISCE LA PERSONALITÀ?	
Focus D&r	129
Perché alcuni hanno paura delle bambole?	
Focus D&r	130
UN PARTNER RENDE DAVVERO FELICI?	
Vivere Lo Yoga	131

La pause che, danno significato alla vita

Vivere Lo Yoga

132

PREOCCUPATO PER IL FUTURO?

Gente

133

in chiusura d#'anno monta la solitudine

Newspaper metadata:

Source: Riza Psicomatca

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/01

Media: Periodics

Pages: 60 -

Web source:

La paura ti fa vedere l'abisso

Matilde ha 30 anni e da qualche mese aspetta un bambino, ma a differenza dei luoghi comuni che vedono atilde ha trent'anni e da la gravidanza come un periodo di gioia pura e gratificazione costante, in lei si è aperto un baratro di paura e di preoccupazione. Gli ultimi anni sono stati un periodo di quiete e serenità, senza grandi eventi o problemi; col marito, dopo un momento un po' difficile, ora andava tutto bene e un giorno, chiacchiando, si sono detti: «Potremmo fare un bambino...». Prima di allora Matilde non ne aveva mai voluti: il suo lavoro è sempre stato il centro del suo interesse, ma in quel momento si è trovata a rispondere, senza nemmeno pensarci: «Perché no?». Ma una volta rimasta incinta, come un terremoto sono arrivate le paure. Quando inizia la psicoterapia, Matilde racconta di sentirsi emotivamente congelata: a parte la paura non sa provare niente altro, né gioia, né curiosità, né piacere. Dentro di lei si accumulano domande e pensieri. «Come farò a gestire tutto? La gravidanza, il parto, il figlio, i mille problemi. . . Come farò a occuparmi di tutte le questioni pratiche, a continuare col mio lavoro, la casa...» e poi altre domande ancora: «Sarò una buona madre? Io non ho mai voluto un figlio, e se non proverò amore? E se sbaglierò tutto?». La testa di Matilde è piena di questi "e se .." che aprono domande senza risposta e scenari disastrosi. Fiumi di parole. In terapia parla tantissimo, quasi senza pause, una vera logorrea, inarrestabile e rapidissima, che trabocca all'esterno. Matilde sembra non riuscire nemmeno ad ascoltare gli interventi della terapeuta, il flusso dei suoi pensieri e delle sue parole non lascia spazio ad altro: c'è troppopieno dentro di lei, un'energia enorme che non sa esprimersi in altro modo. Matilde continua a credere che sia la sua situazione, la gravidanza, a creare in lei tutta questa paura e ansia, ma in realtà ciò che teme davvero è di perdere quell'autocontrollo che la rassicura tanto e di incontrare parti di che le sono sconosciute. Sì, dentro di lei abita un'energia vitale che ha sempre poco spazio per esprimersi liberamente, un'energia informe e caotica, ma naturale e vitale, che mal si sposa con il suo stile di vita fatto di ordine, rigore, organizzazione e pulizia. La gravidanza, scelta quasi per caso e che arriva immediatamente, sembra proprio essere uno di quegli accadimenti significativi che nascono dall'inconscio: forse Matilde aveva bisogno di contattare il caos e di uscire dalla sua quiete organizzata e il suo inconscio l'ha portata lì, a contatto con il nuovo e l'imprevisto! Il caos in te. Un bambino l'imprevisto per eccellenza: è caos vivente, trasformazione continua, assenza di logica, puro istinto. La vita le sta dando allora l'opportunità di conoscere il "suo" caos, proprio attraverso questo bimbo che sta crescendo dentro di lei. Per farlo però Matilde deve imparare a gestire quel fiume di pensieri e allentare il congelamento in cui si sente calata: ha bisogno di recuperare la capacità di sentire se stessa, il suo corpo e le sue emozioni. Con la psicoterapeuta stabiliscono un ritmo di lavoro che, come un'alternanza di pieno e vuoto, lascia spazio alle parole, per poi aprire al silenzio, alla percezione e alle immagini. Iniziano a utilizzare tecniche in cui Matilde tace e ascolta, percepisce il suo corpo e le sensazioni che prova: oltre al freddo e al gelo, Matilde comincia a percepire zone più calde e pulsanti, i movimenti del bambino cominciano ad essere ascoltati e accolti e lentamente nasce un nuovo dialogo. Matilde inizia a parlare, ma soprattutto a cantare ninne nanne canzoncine al suo bambino e questi canti le permettono di far uscire la voce in un modo completamente diverso rispetto alla sua logorrea. Matilde canta quando vuole parlare al suo bambino, ma lo fa anche quando sente montare i pensieri e le preoccupazioni o quando la paura le fa sentire il suo gelo: canta dunque a se stessa, per parlarsi in modo nuovo. Quando racconta di queste esperienze in terapia, Matilde si commuove e si rende conto di non poter tenere tutto troppo sotto controllo; ma finalmente ha imparato a cedere e ad arrendersi alla vita!

Newspaper metadata:

Source: Riza Psicomatrica

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/01

Media: Periodics

Pages: 32 -

Web source:

Le aspettative dei genitori demotivano i figli

A sentire quel che si dice in giro, sembra che l'antica mentalità dei genitori che ripongono sui figli adolescenti grandi aspettative e chiedono loro di percorrere destini di studio e di lavoro già prestabiliti, siano ormai cose del passato. Appena ne hanno l'occasione tanti genitori si dichiarano "moderni e aperti"; sostengono di essere, per i loro figli, innanzitutto degli amici con cui ridere e condividere e, spesso, sostengono di non chiedere niente, ma di desiderare solo "la loro felicità". Poi però, negli studi di psicoterapia, si presentano molti ragazzi e ragazze incagliati in sintomi psichici e psicosomatici e in crisi esistenziali del tutto simili a quelle di qualche decennio fa. In pratica, pur nella diversità del contesto, gli schemi che producono il malessere sono gli stessi: un conflitto insanabile con i genitori legato al futuro e allo studio: se continuare a studiare oppure no; quale tipo di studio; quale andamento scolastico; quali prospettive alla luce dei risultati. Ma il risultato è che i figli si bloccano, o nello studio o nella vita, con una matassa di malessere che si complica sempre. Una richiesta nascosta ma poche sedute davanti allo psicoterapeuta si delineano quadri paradossali: genitori "moderni" estenuati da figli che non hanno alcuna voglia di studiare né di lavorare; figli che avrebbero un'idea di cosa gli piacerebbe fare, ma genitori finti-morbidi (in realtà intransigenti) che vorrebbero che prima completassero gli studi già iniziati; genitori e figli in lotta quotidiana tra provocazioni e rinfacci su chi ha iniziato prima a scontentare le aspettative dell'altro. Matasse relazionali e psichiche, si diceva, di cui non si riesce a trovare il bandolo. Eppure, se la psicoterapia va avanti, ecco emergere un filo comune a tutte le matasse. Un filo che parla di genitori, anche diversi tra loro, intimamente portatori di un'idea irriducibile di quale percorso debbano seguire i propri figli e di come debbano farlo. Sì, pur nell'ostentata apertura mentale, pur nell'appartenenza a un modo di vivere moderno, si annida nella psiche di queste coppie (o quantomeno nel genitore dominante) un fossile educativo che non si fa da parte e che pretende dai figli che seguano le loro aspettative. Un totem intransigente. Ebbene, e questa idea fossile, in molti casi, a dare il via, quasi sempre dall'inizio della scuola superiore, alla matassa di cui sopra. Non è qualcosa di cosciente, ma proprio per questo la situazione in famiglia velocemente si complica: i genitori non sanno di essere ancora così retrò, e quindi non si spiegano perché i loro figli entrino in crisi. Ma i figli percepiscono la potenza del fossile, come se fosse un totem arcigno cui rendere omaggio e fare sacrificio della propria felicità. Solo che anch'essi, trovandosi di fronte dei genitori molto ambivalenti - che fanno passare concetti subliminali come: «Fai ciò che vuoi e realizzati, ma all'interno del futuro che abbiamo in mente per te» - non capiscono più neanche perché l'abbiano con loro. Inizialmente e per qualche tempo, in realtà - se i figli sono più di uno - e solo uno di essi ad andare in crisi, mentre l'altro o gli altri sembrano immuni al problema e seguono la via prestabilita. Poi anche questi, un giorno, fanno una scelta inaspettata e altrettanto intransigente che sovverte tutto quanto fatto finora, coi genitori che restano attoniti. Comunicazioni invisibili. Tutto ciò, ovviamente, non vuole colpevolizzare i genitori, ma fornire una chiave di lettura nuova a un problema di cui spesso si fa fatica a trovare anche solo una plausibile causa. Quindi, se come genitori ammetteremo a noi stessi di avere questa idea-fossile, troveremo la chiave per sbloccare la situazione. Dobbiamo sapere, infatti, che durante la psicoterapia sono moltissimi i ragazzi e le ragazze che, nonostante abbiano genitori dall'atteggiamento giovanilistico e super-disponibili a capirli e ad aiutarli, rivelano di percepire le aspettative pressanti e subliminali dei genitori e di avvertirne l'inconscio ricatto psicologico, che suona così: «Se non segui le direttive, non ti realizzerai e ci deluderai, perché noi sappiamo cosa è bene per te, non tu». 11 tutto senza che i genitori abbiano mai pronunciato questa frase. Parliamo dunque di aspetti psichici profondi e di comunicazioni non verbali, che agiscono senza essere ascoltate ma che i ragazzi colgono nei silenzi, nei toni, nell'atmosfera e nelle involontarie espressioni del viso. Libera il loro destino. Perciò, anch'esse ogni situazione costituisce un caso a sé, eliminare da noi stessi l'idea che i figli abbiano un destino predeterminato costituisce un'azione concreta che i figli sentiranno e una nuova libertà aleggerà in famiglia. Resta inteso che, con questo suggerimento, non si vuole togliere ai figli le loro responsabilità, ma creare un terreno nel quale queste responsabilità abbiano per loro un senso e una possibilità di finalizzarsi secondo la loro indole. Va infatti sempre tenuto presente che, anche se noi genitori nutriamo le migliori speranze e abbiamo le migliori (in teoria) idee per il loro avvenire, a realizzarsi dovrà comunque essere la loro originalità la loro autenticità, che è un mistero per tutti e che si dispiegherà solo strada facendo. Ma si dispiegherà armoniosamente solo se non dovrà combattere, appunto, con idee precostituite, tanto più dannose quanto più sono mascherate.

LA GUIDA PRATICA Un genitore credibile e un genitore pieno di passioni Non fornire mai consigli da infelice Le nuove generazioni non sono disponibili ad accettare consigli da chi, ai loro occhi, è pieno di stress e di pesantezza. Noi da piccoli non coglievamo il malessere dei nostri genitori con l'intuizione e la sottigliezza con

Newspaper metadata:

Source: Riza Psicomatca

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/01

Media: Periodics

Pages: 32 -

Web source:

cui oggi i ragazzi colgono il nostro. Evitiamo quindi consigli stereotipati e poco credibili. Meglio dialogare e vedere che cosa emerge. Dai spazio alle loro intuizioni Spesso i nostri ragazzi, nei momenti più impensati e senza darle troppo peso, buttano lì un'idea su ciò che piacerebbe loro veramente, su ciò che davvero li appassionerebbe. Se dovessimo cogliere questi momenti, chiediamo loro di approfondire e di sviluppare la loro intuizione. E possibile che, da lì, emerga una nuova, forte motivazione. Riaccendi prima la tua vita La psicoterapia dimostra che si bloccano di più i figli di genitori che, sia in coppia sia da soli, sono spenti e si sono dimenticati delle proprie passioni, dei propri interessi. Se vogliamo che loro si sblocchino, ritroviamo noi per primi pathos nei nostri progetti e, se possibile, nella coppia, e non viviamo solo di obiettivi e performance esterni.

Newspaper metadata:

Source: Riza Psicosomatica

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/01

Media: Periodics

Pages: 64 -

Web source:

La gelosia ti spinge a ritrovarti

Marco ha 32 anni ed è sposato da sette. Un giorno trova il cellulare della moglie Iris sul tavolo e non resiste alla tentazione. Lo prende, e inizia a leggere i messaggi. Quella è una brutta mattina per lui: sul cellulare scopre lunghe chat e messaggi che Iris si scambia con un altro uomo, un certo Flavio. Subito scoppia la crisi. Come spesso succede alle coppie, dopo i litigi, i pianti, le spiegazioni, i due provano a ripartire. Iris esprime però una volontà inaspettata. «Proviamo a continuare a convivere», gli propone, «io però ho bisogno dei miei spazi, ho bisogno che una parte della mia vita sia separata da te». Amanti distanti. In realtà, in questi mesi Iris si è sentita rinascere: non per il flirt in sé - non prova niente di importante per quel ragazzo - ma per come l'ha fatto sentire, per ciò che le ha fatto capire: lei e Marco si erano entrambi se64 Riza psicosomatica duti, la relazione era spenta. E lei non vuole tornare indietro. Marco confuso, provato dalla situazione, ma accetta. Continuano a vivere assieme, ma lui è tormentato da una gelosia folle. Pensa continuamente a lei che si fa bella ed esce con altri, la osserva mentre si trucca e si veste per uscire e si chiede: «Vedrò un uomo? Forse ancora quel Flavio? Forse non è affatto finita!», e dentro gli scoppia una grande rabbia per il suo orgoglio ferito. La situazione, com'era prevedibile, precipita. «Non ce la faccio così mi sento soffocare» gli dice Iris dopo qualche tempo. Quello stesso giorno lei deride di vivere separati per un po'. Marco fa i bagagli e si trasferisce da un amico. E proprio lì, che, dopo qualche giorno, qualcosa comincia a cambiare in Marco. Lontano da Iris, si accorge di desiderare la moglie più che mai, ma invece che tormentarsi, inizia a corteggiarla come nei primi tempi. Fiori, appuntamenti, sorprese, messaggi... Lei è sorpresa, ma non lo rifiuta. In fondo era stanca di essere trattata da moglie. Lui, stupito a sua volta da se stesso e da come stanno andando le cose, desideroso di scoprire qualcosa di più sulle sue emozioni, inizia ad andare da uno psicoterapeuta. Dove è il centro? «Sapevo che lei c'era e avevo smesso di trattarla come una donna, la davo per scontata e io stesso mi ero come addormentato nella relazione...», racconta in terapia. Intanto con Iris si comporta come un fidanzato, come se avesse ritrovato un po' di quell'energia di quando aveva vent'anni. Con Iris le cose sono chiare, lei per ora non vuole tornare a vivere assieme. «Temo che tu torni quello di prima, meglio restare separati... Ma se vuoi invitarmi a cena perde no?» gli dice un giorno al telefono. Lui capisce che lei ha ragione, ma in quel momento avverte, viva più che mai, la gelosia, la paura di perderla, il desiderio di tornare a vivere assieme... Durante le sedute con lo psicoterapeuta Marco comincia a lavorare proprio su quella paura: comprende che la gelosia è un'emozione che riguarda solo lui, Iris è semplicemente diventata la persona su cui riversa, in modo possessivo, la paura di essere abbandonato, sostituito, allontanato. Il tradimento di Iris ha attivato qualcosa che da sempre vive in Marco: un vuoto profondo, la continua tensione nel cercare di farsi amare. Ma una persona non può mai colmare i nostri vuoti interiori: anzi alimenterà un conti- su quella paura: comprende che la gelosia è un'emozione che riguarda solo lui, Iris è semplicemente diventata la persona su cui riversa, in modo possessivo, la paura di essere abbandonato, sostituito, allontanato. Il tradimento di Iris ha attivato qualcosa che da sempre vive in Marco: un vuoto profondo, la continua tensione nel cercare di farsi amare. Ma una persona non può mai colmare i nostri vuoti interiori: anzi alimenterà un conti66 I Riza ps# casomatica nuovo pendolo tra il desiderio di annullarsi nel rapporto e il senso di precarietà, il timore che tutto svanisca. In terapia Marco realizza che è questo che gli sta dicendo la sua incessante gelosia: lasciare spazio a se stesso, ritornare centrato sulla sua parte creativa, così preziosa e così poco messa in luce. La casa interiore. Il terapeuta lo aiuta a contattare la sua paura dell'abbandono, che si era divorata tutta la sua vita. E Marco si chiede: «Cosa mi piaceva prima di conoscere Iris?». Un giorno, mentre ancora vive a casa del suo amico, vede l'annuncio di un appartamento in affitto e senza pensarci manda una richiesta. Si ricorda della sua passione per il design, da tempo messa da parte, e inizia a fare progetti. Guarda cataloghi, sfoglia siti, si appunta i nomi di mobili e di soluzioni d'arredo. Interessi, passioni e idee creative, da tempo scomparse per fare spazio alla persona amata, tornano ad affacciarsi in lui. Inizia a comprare qualche mobile, a scegliere i colori delle pareti e acquisto dopo acquisto la casa prende forma, simbolo della sua "casa interiore" che ora finalmente è pronto ad abitare. La gelosia ogni tanto torna, ma lui la tratta come una preziosa consigliera. Ora è una persona nuova. Chi soffre di gelosia, come Marco, sa che tormento può essere. Ma cosa vuole da noi? Non che riconquisti l'oggetto d'amore. Non sarà mai abbastanza. Ma che guardi finalmente il vuoto incolmabile che porti dentro e impari a trasformarlo in uno spazio di libertà.

Newspaper metadata:

Source: Riza Psicosomatica

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/01

Media: Periodics

Pages: 68 -

Web source:

La rabbia accende vita e passione

Luana è una bellissima cinquantenne, ma da anni soffre nasconde recitando spesso un Lfre di forti attacchi di rabbia, uana e una bellissima cinautocontrollo sempre sul punto di crollare. E infatti spesso crolla, in particolare in furiosi litigi con la sorella, con cui manda avanti un negozio, una piccola attività di famiglia che il padre ha lasciato loro in eredità. «A volte e come se dentro di me si scaterasse l'inferno. Prendo fuoco e la pelle comincia a bruciare su tutto il corpo. Inizio a saltellare sui piedi, come sui carboni ardenti. Finche perdo la testa e scoppio in liti furibonde, soprattutto con mia sorella. Mi fa imbestialire il suo atteggiamento superficiale». Luana la accusa di essere troppo chiassosa e indisciplinata. Ma soprattutto, dentro di se, le rimprovera di averla abbandonata. Quando i genitori sono morti e stata lei, la maggiore, a doversi suo malgrado assumere la responsabilità di mandare avanti l'attività, mentre la sorella, estro- versa e solare, non ha mai nascosto di volersi dedicare anche ad altro, lasciandola spesso da sola. «Poi dopo il litigio mi assalgono i sensi di colpa e scappo in negozio. Ma anche ii, una battuta di troppo, la parola sbagliata di un cliente e divento una furia. Vorrei solo veder sparire tutti. Forse il problema e proprio il mio lavoro?», domanda dubbiosa alla psicoterapeuta. E anni che si dedica anima e corpo al negozio: grazie alla sua innata creatività, lo ha abbellito con tanti piccoli accorgimenti, e tanti oggetti costruiti da lei stessa. E il nido che tutti adorano. Forse però e ora di cambiare? Modelli di perfezione Luana esigente, moralista e severa. Non transige e non permette che le sfugga nulla. «Questa sua esigenza di perfezione c'e sempre stata? Cosa le piaceva fare da ra-gazzina?», le chiede la terapeuta, spiazzandola un po'. Luana, con un velato sorriso, ripensa alla ragazzina ribelle che era un tempo. Quando di notte sgattaiolava fuori dalla finestra della sua camera per raggiungere il fidanzatino. Quanto e diversa oggi. Il lavoro viene prima di tutto il resto. Non rimane tempo, per nient'altro: il corso di yoga, di ballo, o la scuola per interior design: tutto ciò che le interessa viene messo da parte. Fig###rarsi un uomo! Da anni non ha una relazione. Dice di desiderarlo, molto... In realtà non si concede nessuna deviazione di percorso. Ma, come scrisse Jung: «All'interno divampa il fuoco che scalda. Un antico fuoco segreto che manda poca luce e grande calore. Il fuoco ancestrale, che ha vinto ogni necessità, deve tornare ad ardere, poicW la notte del mondo lunga e fredda, e grande e la necessi- tâ» . Il fuoco che tormenta Luana un'energia creativa, che arde nella passione e nell'eros, ma brucia sulla pelle di chi, come lei, non se ne concede nernmeno un po'. «Non a caso il fuoco le appare sulla pel- le», le fa notare la psicoterapeuta. «La pelle e il limite, il confine. Il fuoco segnala la necessità di stabilire un territorio tutto suo, che gli altri devono rispettare. Un po' come accade nel cerchio di fuoco che tiene lontani i lupi. La rabbia, di volta in volta, e come un fuoco che delimita uno spazio di identità da salvaguardare». Le energie della vita Luana poco convinta, ma una notte sogna la madre morta che le dice: «Allontanati!» . Al risveglio sconvolta, ma finalmente realizza: come lei, anche la mamma ha vissuto un destino controverso. «Sa - racconta Luana - mia mamma non ha potuto fare la vita che voleva, a causa del negozio, mentre la zia ha avuto un matrimonio fortunato, con una persona ricca e si e goduta la vita. Non 'e una coincidenza!», esclama. come se Luana si fosse presa il carico lasciato dalla madre: non e il negozio il problema, percM Luana in realtà lo adora: e la convinzione di dover ripetere lo stesso copione della madre, per fedeltà verso di lei. Ma l'anima, attraverso la rabbia, le segnala che un confine da ristabilire. Luana si e identificata per troppo tempo con il ruolodella vittima sacrificale: e ora di guardare altro, di dare spazio anche ai propri bisogni. La rabbia le mostra che ci sono altri percorsi che non vede. In terapia visualizza un'immagine, che chiama "la donna di fuoco". Una donna dai capelli rossi che si accende quando incontra Eros - un uomo bellissimo, che la fa sentire di nuovo viva. Piano piano Luana inizia a percepire il fuoco come un'energia amica, non pii# collegata alla sorella, ma di cui e la sola proprietaria: il fuoco si fa portatore della rabbia, dell'aggressività, ma anche della creatività e dell'eros, forze che ora non sono più sinonimo di distruzione. Forze capaci di sciogliere finalmente il legame inconscio con la madre, cioe con la mentalità supera ta che necessariamente deve morire per aprirla alla vita. n

Newspaper metadata:

Source: Riza Psicosomatica

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/01

Media: Periodics

Pages: 56 -

Web source:

La tristezza lo spazzino dell'anima

Quando Gianluca entra in studio, l'impressione quella di un eterno ragazzo Qdi 60 anni aile prese con lo scorrere del tempo e gli irrisolti di una vita: camicia dalle maniche rivoltate, jeans a vita bassa e sneakers. Porta lo zainetto perche «Dottoressa, in moto rischio di perdere tutti i documenti». L'abbigliamento frivolo e sbarazzino poco si accorda, però, ai suoi occhi spenti. Gianluca e triste, si sente vuoto e, a quel vuoto, non riesce a dare una forma: «E co#ne se avessi sbagliato tutto nella mia vita. Ogni scelta, ogni esperienza... Mi guardo indietro ede come se vedessi una gigantesca nube di non senso. Da quando mio padre e morto, però, non solo il passato mi appare come un gigantesco errore, qualcosa di senso di non avere un'identità. E a sessant'anni e davvero dura...». Sebbene sia un uomo brillante, in campo lavorativo e sempre stato incostante e leggero. Qualifa che lo hanno portato a cambiare spesso mestiere. Adesso fa biliarista e, anche in questo, riesce uando Gianluca entra in studio, l'impressione quella di un eterno ragazzo Qdi 60 anni aile prese con lo scorrere del tempo e gli irrisolti di una vita: camicia dalle maniche rivoltate, jeans a vita bassa e sneakers. Porta lo zainetto perche «Dottoressa, in moto rischio di perdere tutti i documenti». L'abbigliamento frivolo e sbarazzino poco si accorda, però, ai suoi occhi spenti. Gianluca e triste, si sente vuoto e, a quel vuoto, non riesce a dare una forma: «E co#ne se avessi sbagliato tutto nella mia vita. Ogni scelta, ogni esperienza... Mi guardo indietro ede come se vedessi una gigantesca nube di non senso. Da quando mio padre e morto, però, non solo il passato mi appare come un gigantesco errore, qualcosa di senso di non avere un'identità. E a sessant'anni e davvero dura...». Sebbene sia un uomo brillante, in campo lavorativo e sempre stato incostante e leggero. Qualifa che lo hanno portato a cambiare spesso mestiere. Adesso fa biliarista e, anche in questo, riesce bere. Ma per chi ha vissuto sempre un po' alla giornata, anche questa soluzione lavorativa appare una gabbia. «Per me la vita doveva essere vissuta all'insegna del piacere. Sono sempre stato dedito agli amici e ai locali. Superficiale anche nelle relazioni, come si dice? Fa# fallone, ecco... Con le derme non ho mai voluto impegnarmi seriamente. E come se avessi da sempre sentito di dovermi opporre a degli ordini precostituiti. Sono sessant'anni che vivo in lotta, e adesso che mio padre non c"e pii e come se tutto ciò perdesse senso. Non so pii# chi voglio essere». Un padre severo Nel sentire i suoi racconti la terapeuta scorge qualcosa oltre la profonda tristezza: Gianluca si sente inutile, piange costantemente e sembra affranto da un dolore senza nome. E attraverso il percorso di psicoterapia che l'uomo riesce a dare un nome a quel dolore: il lutto. Il padre di Gianluca deceduto da sei mesi. «Da piccolo mio padre mi ha messo in collegio percltd, a suo dire, avevo bisogno di disciplina. Mia madre non si e mai oppostaed era totalmente asservita al suo volere. Crescendo gli sono andato contro e sono diventato un ribelle. Questo mi ha reso ai suoi occhi un inetto e tra noi si e creata una voragine». Alla morte improvvisa del padre, Gianluca precipita in un baratro: non ha piû voglia diuscire con gli amici, si sente vecchio, inizia a temere la morte e la solitudine. Non sa cosa fare della sua vita e il suo timore piû grande quello di averla buttata via. Quello che il paziente fatica a comprendere che il "senso di morte" che sente non e per il padre, ma per se stesso. Via il copione Per tutti quegli anni aveva impersonato un ruolo: l'eterno fanciullo, il figlio perenne. Solo vestendo i panni di questo personaggio, infatti, poteva vivere nell'illusione di esser libero dal copione stabilito dal padre, mentre invece ci precipitava di piû. Tanto tempo prima si era sentito rifiutato e una parte di Gianluca era rimasta bloccata 11 e lo aveva spinto a diventare il mezlere. Crescendo gli sono andato contro e sono diventato un ribelle. Questo mi ha reso ai suoi occhi un inetto e tra noi si e creata una voragine». Alla morte improvvisa del padre, Gianluca precipita in un baratro: non ha piû voglia diuscire con gli amici, si sente vecchio, inizia a temere la morte e la solitudine. Non sa cosa fare della sua vita e il suo timore piû grande quello di averla buttata via. Quello che il paziente fatica a comprendere che il "senso di morte" che sente non e per il padre, ma per se stesso. Via il copione Per tutti quegli anni aveva impersonato un ruolo: l'eterno fanciullo, il figlio perenne. Solo vestendo i panni di questo personaggio, infatti, poteva vivere nell'illusione di esser libero dal copione stabilito dal padre, mentre invece ci precipitava di piû. Tanto tempo prima si era sentito rifiutato e una parte di Gianluca era rimasta bloccata 11 e lo aveva spinto a diventare il mezl zo scapestrato che il padre riteneva che fosse. Ma ora lui e morto e non c'e piû motivo per esserlo ancora. Ma se quel Gianluca e morto, cosa ha ancora senso? E a questa ferita che la terapeuta si rivolgerâ: e ora di lasciar andare il dolore del non riconoscimento. In terapia invita Gianluca a scrivere lettere indirizzate al padre, nelle quali raccontare il dolore di quella esclusione e la- sciarlo andare nel passato. Scriver#- do Gianluca sprofonda in un pianto liberatorio e finalmente comprende: la sua profonda tristezza, il suo dolore a lungo congelato vuole liberarlo da ur#identità superata. Il lutto che sente e per quell'immagine di se, quel fossile esistenziale che ha tenuto in vita per decenni e in cui era identificato: non

Newspaper metadata:

Source: Riza Psicomatrica

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/01

Media: Periodics

Pages: 56 -

Web source:

poterla piû vestire fa scattare anche il rimpianto per il tempo perduto. Ma il lutto vuole condurlo a essere quello che e, con tutto ciò che ha imparato. Perche ciò che incontriamo non e mai inutile o perduto, e funzionale a ciò che siamo destinati a essere. Gianluca lo capisce e diventa piû introspettivo, trova nuovi modi di vivere e di divertirsi: scopre la lettura e la scrittura. Adesso va felice a letto presto, ha iniziato un corso di teatro e sta scrivendo una commedia: il protagonista ne ha passate tante ma ora non si sente piû sbagliato o mancante.

Newspaper metadata:

Source: Arbiter

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/01

Media: Periodics

Pages: 32 -

Web source:

LE BUGIE DEL CERVELLO

UN VIRUS CHE STENTA A DIFFONDERSI, CHE NON CONTAGIA QUASI PIÙ NESSUNO, INSIEME A QUELLO DELLA GENTILEZZA E DELL'ELEGANZA, E QUELLO oggettivamente DELL'ALTRUISMO. IN UNA SOCIETÀ in decadenza, la cui faccia si mostra con ancora maggior chiarezza proprio a causa della pandemia che stiamo vivendo, anche l'arte del donare, del dare e del darsi al prossimo ha perso smalto e significato. Non è solo una questione di portafoglio, inutile scusa per sottrarsi a un piacere prima che a un dovere. È cambiato, se vogliamo definirlo in termini attuali, l'algoritmo del regalo che non risponde più alle regole canoniche, protocollate nei vari manuali di galateo e intrise nell'animo di chi si ingegna per rendere felice con un gesto e un dono la persona cui è destinato. Pullulano i negozi di «oggettistica da regalo», per sollevare l'autore dalla fatica di perdere tempo nel pensare, cercare, inventare il dono perfetto. A ogni occasione, si trova il presente giusto che ci consenta una figura dignitosa ma che possa anche essere restituito in cambio di qualcosa di più utile, piacevole e gradito all'interessato. Le convenzioni sociali sono rispettate, la coscienza tacitata e il compito adempiuto. Così facendo si snatura e svuota di significato tutto il mondo che ruota intorno ai gesti altruistici, quelli che dovrebbero avere come unico protagonista l'altro da noi. Anche nel regalo si svela una volta di più la società egocentrica e narcisista che abita il nostro tempo. Si regala per assolvere a un dovere, si regalano spesso cose più amate dal mittente che dal destinatario, si regala senza la predisposizione e l'animus necessari. Secondo lo psichiatra e psicoterapeuta Enrico Prosperi, uno dei nodi centrali per cui l'arte del dono è in profonda crisi risiede nella conoscenza superficiale del prossimo, fosse anche il marito, la moglie, il fidanzato o il migliore amico. Crediamo di conoscere ma non abbastanza, spesso abbiamo solamente idee vaghe e appunto superficiali delle persone che ci stanno intorno, ed ecco che quando dobbiamo pensare a qualcosa per loro spesso non sappiamo in quale direzione muoverci oppure ci indirizziamo nell'acquisto secondo i nostri gusti, ossia secondo ciò che noi desidereremmo ricevere. Il paradosso è che nell'epoca social, del tutti connessi con tutti e dei tariffe «amici» sparsi per il mondo, cala vertiginosamente l'intensità delle relazioni in termini proprio di conoscenza profonda e intima delle persone, anche quelle più care. Manca la comunicazione, l'ascolto vero e autentico dell'altro, mancano le sfumature del comprendere anche e soprattutto le cose non dette, i messaggi cifrati, i significati tra le righe. Troppo di corsa, troppo proiettati su tanti schermi, in ARBITER I DICEMBRE 2020 troppa quantità di contatti poveri di valori e di contenuti. Abbiamo il manto (o la moglie), ma poi ci sono anche le «amiche» (o gli amici) con cui restare connessi su Facebook o WhatsApp a chattare per ore mentre magari siamo a cena, al cinema, mentre passeggiamo o stiamo chiacchierando con qualcuno perché perdere un beep, un cicalino che rivela un nuovo messaggio, e non rispondere equivale al non esserci, a mancare di rispetto, difettare di interesse e nel frattempo ci perdiamo e non ci preoccupiamo del qui e ora. Giochiamo su tanti tavoli, distratti su ciascuno e rivolti sempre all'ultimo, quello nuovo; tutto strumentale, alla fine, per l'unico grande mostro che si cerca sconfiggere e che affligge tanti di noi: la paura. La paura della solitudine, la paura del rifiuto, la paura di perdere tutto giocando solo su un tavolo, la paura di invecchiare, di non piacere, di essere fuori dal gioco e di scendere dalla giostra. Il regalo, sostiene Prosperi, rivela chi siamo, a quale tempo apparteniamo, che tipo di approccio abbiamo con le persone e se siamo generosi, avari, altruisti o egocentrici con punte di narcisismo. Il regalo non è solo quello da un milione di dollari, e anche il libro ricercato, quel particolare oggetto tanto amato dal possibile destinatario, e anzitutto un pensiero che nasce nella nostra mente e viene coltivato dalla fantasia, dalla quale vorrei stendere un velo pietoso su chi chiede al destinatario cosa desidererebbe ricevere... Tanto vale che gli firmi un assegno, ma certo non si può parlare di regalo. Per me non esiste niente di più triste di una persona che mi chiede cosa vorrei con la scusa che avendo tutto «non sa cosa regalarmi»... A una donna poi credo sia molto facile fare dei bei regali, noi donne amiamo in modo sfrenato un sacco di cose: gioielli, scarpe, borse e tanto altro. Se prestate un pizzico di attenzione quando parlate con noi saprete esattamente che cosa desideriamo, dove si trova, in quale negozio, vedrete nelle nostre pupille tutte le coordinate di longitudine e latitudine che vi permettono di non potervi assolutamente sbagliare e, se seguite le indicazioni (cosa altamente consigliata), troverete commesse già perfettamente istruite su quell'oggetto che casualmente ci fa impazzire. Può sembrare la stessa cosa del chiederci che cosa vogliamo, ma sono i dettagli a fare la differenza, perché con molta probabilità non vi avremo dato solo un'opzione, ma avremo elencato con nonchalance una specie di «lista di nozze»: la sorpresa sta nel vedere cosa avrete scelto per noi sapendo che adoreremo tutto, ovviamente se vi manterrete strettamente aderenti alle indicazioni... Anche questo è amore... 1 cura e dalla attenzione che mettiamo nella ricerca.

Web source: <https://www.prealpina.it/pages/nuova-manovra-anti-covid-5-miliardi-237449.html>

Una manovra da 5 miliardi

Cig anche per gli autonomi, agevolazioni sulle auto green e sostegno alle categorie più deboli. Contro il Covid e la recessione, manovra da 5 miliardi (Archivio) Una carica di nuovi bonus e incentivi, un accordo sofferto e raggiunto solo all'ultimo sulla proroga del superbonus e una vera e propria raffica di micronorme. Cambia parecchio, ma non nella sostanza, la manovra ai tempi del Covid: complici risorse mai viste a disposizione, quasi 5 miliardi, si sono potuti accontentare gli appetiti di maggioranza e opposizione che incassano centinaia di novità. Nel primo e sostanzialmente unico passaggio parlamentare alla Camera, la manovra perde il fondo Covid da 3,8 miliardi - che sarà sostituito dal nuovo scostamento di inizio anno per il decreto Ristori 'finalè - che viene diluito in centinaia di emendamenti che vanno dal miliardo per l'anno bianco degli autonomi fino ai 100mila euro per creare un master in medicina termale fino a centinaia di assunzioni dall'Inps ai ministeri. A questo si aggiungono le modifiche finanziate con gli 800 milioni lasciati fin dall'inizio a disposizione dei parlamentari, mentre la decontribuzione per il Sud perde tre miliardi in due anni di coperture del React Eu che vanno a sostenere una serie di altre misure presenti nel testo base della legge di Bilancio, e vengono sostituite da coperture in deficit per distribuire meglio, su richiesta di Bruxelles, l'utilizzo dei fondi europei. Emergenza Covid-19 L'emergenza Covid è il filo rosso che lega almeno le modifiche principali che in una maratona lunga due giorni hanno approvato i deputati durante l'esame della manovra in commissione. Ed è così che sono state messe a punto e poi votate novità per le partite Iva e rinnovati gli incentivi auto o si è deciso di mettere sul tavolo aiuti per gli affitti, dai proprietari ai morosi incolpevoli e agli studenti fuori sede. Ma la maggior parte delle centinaia di modifiche è composta da micronorme: c'è posto per un finanziamento da 3 milioni per i corsi jazz come per 15 milioni per l'industria tessile di Biella. Autonomi, anno bianco e Cig Un miliardo di euro per azzerare i contributi previdenziali per chi nel mondo delle partite Iva guadagna meno di 50mila euro e ha registrato una perdita di fatturato del 33%. È un antipasto di quello che potrebbe essere un cambio di passo nel welfare italiano: anche gli autonomi potranno chiedere la Cassa integrazione guadagni (Cig) ma la misura però vale solo sei mesi. L'occupazione è colpita duramente dalla pandemia e dunque sono tanti gli interventi che cercano di puntellarla. Ci sono i contratti di espansione, che ora riguarderanno le imprese oltre i 250 dipendenti, torna l'assegno di ricollocazione per chi è in Naspi. Ma anche aiuti ai lavoratori fragili: si potranno assentare dal lavoro fino al 28 febbraio. Spazio anche per gli esodati: per 2.400 scatta la nona salvaguardia. Pioggia di bonus per auto e casa Arriva la proroga della detrazione al 110% per i lavori di riqualificazione energetica con la formula sei mesi, più sei mesi: chi avrà portato avanti i lavori potrà detrarre le spese sostenute dal prossimo giugno a dicembre 2022. Ma rispuntano anche gli incentivi per cambiare automobile: fino a 10mila euro per chi compra green, fino a 3500 per chi vuole un Euro 6. Per i redditi più bassi c'è una spinta in più sul fronte dell'elettrico: in questo caso il tetto del bonus è al 40% della spesa. Asticella più alta anche per il bonus mobili: qui la soglia sale da 10 a 16mila euro. New entry invece sono gli aiuti per chi vuole cambiare rubinetti e lavandini (1000 euro) e per chi mette i filtri per l'acqua potabile; 50 euro poi per cambiare occhiali se l'Isee è basso. Rifinanziato anche il bonus da 50 euro per cambiare tv in vista del nuovo digitale. Lotta al Covid Passa per il piano vaccini la battaglia per sconfiggere il virus: verranno assunti 3mila medici e 12mila infermieri. Ma non solo. Vaccinazioni, siringhe e tamponi costeranno meno perché saranno senza Iva. Cinque milioni invece servono per ridurre la carenza delle bombole di ossigeno mentre raddoppiano (4 milioni) i fondi per la cannabis terapeutica. Turismo: 500 milioni È uno dei settori più colpiti dalla pandemia: alberghi, stabilimenti balneari, villaggi turistici, bed & breakfast, discoteche e night-club non dovranno andare alla cassa per la prima rata Imu. Ampliata la tax credit per agenzie di viaggio e tour operator e incrementata quella per le ristrutturazioni delle strutture ricettive. Cento milioni vanno anche a guide e bus turistici scoperti. Altri 500 milioni vanno a sostegno degli aeroporti: si vola poco e le difficoltà di chi lavora nel settore aumentano. Iva giù poi per il take away e per le consegne a domicilio. Donne, mamme e neopapà Due milioni al reddito di libertà, per aiutare le donne vittime di violenza a costruirsi un percorso di autonomia, e altri 2 milioni per **psicologi** nelle carceri con l'obiettivo di rieducare gli autori dei reati in particolare sempre contro le donne. Ben più cospicuo il finanziamento per conciliare i tempi di lavoro e di cura delle mamme al rientro dal parto: sono 50 milioni nel 2021. Per i neopapà invece sale a 10 giorni la dote del congedo. Presepi e cargo-bike Centinaia di modifiche approvate dai deputati sono tagliate su realtà molto di settore. Si va da quasi 4 milioni per le celebrazioni degli 800 anni dei presepi ai 10 milioni per il sostegno alla filiera dei suini passando per 2 milioni per le cargo bike. Il finanziamento meno pesante è pari a 100mila euro e servirà per il master in Medicina termale. Ma 3 milioni vanno anche alle imprese di Albiano, 5 milioni alle città portuali e altrettanti al rimboschimento delle città. Ci

Newspaper metadata:

Source: Prealpina.it

Author: r.w.

Country: Italy

Date: 2020/12/21

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.prealpina.it/pages/nuova-manovra-anti-covid-5-miliardi-237449.html>

sono poi l'unione cechi e quella sordi. A Taranto sarà possibile far nascere un'area marina protetta ma anche i cani randagi potranno contare su più rifugi. E anche se poco affine con materia di politica economica, i deputati hanno trovato spazio per la salvaguardia dei cristiani perseguitati e per il recupero delle targhe storiche. r.w.

Newspaper metadata:

Source: Clicmedicina.it

Country: Italy

Media: Internet

Author: Redazione

clicMedicina

Date: 2020/12/21

Pages: -

Web source: <https://www.clicmedicina.it/vitamina-d-prevenzione-trattamento-covid-19-nuove-evidenze-documento-accademia-medicina-torino/>

Vitamina D nella prevenzione e nel trattamento di COVID-19: nuove evidenze

Riceviamo e pubblichiamo di seguito il comunicato redatto dal gruppo di lavoro istituito dall'Accademia di Medicina di Torino, coordinato dal suo presidente, prof. Giancarlo Isaia, professore di Geriatria, e da Antonio D'Avolio, professore di Farmacologia dell'Università di Torino. Il documento riportato di seguito è stato inviato alle autorità sanitarie nazionali e regionali, e riporta in sintesi le più recenti e convincenti evidenze scientifiche sugli effetti positivi della vitamina D, sia nella prevenzione sia nelle complicanze legate a COVID-19. DOCUMENTO ACCADEMIA DI MEDICINA DI TORINO "La pandemia da Coronavirus si è manifestata e diffusa con caratteristiche peculiari e, nonostante sia presente da circa un anno, la ricerca scientifica, orientata prevalentemente verso la sintesi di anticorpi specifici diretti sull'agente etiologico e la produzione di un vaccino, non ha fornito sufficienti conoscenze: poco si sa delle caratteristiche fisiopatologiche della malattia, dei meccanismi che ne favoriscono l'aggressione alla specie umana, dei target verso cui indirizzare un trattamento farmacologico, e, infine, neppure delle caratteristiche immunologiche del virus. Tutto ciò rende molto problematiche le strategie difensive, ad oggi di fatto limitate alle indiscutibili e fondamentali misure di distanziamento fisico e di igiene individuale." "Sulla base di queste premesse, ci permettiamo di richiamare l'attenzione delle Istituzioni, del mondo scientifico e dell'opinione pubblica su un aspetto, già sollevato nei mesi scorsi che si è via via accreditato con numerose evidenze scientifiche: ci riferiamo alla carenza di vitamina D, della quale sono noti da tempo gli effetti sulla risposta immunitaria, sia innata che adattiva che si sviluppa nei pazienti affetti da COVID-19 in conseguenza di differenti meccanismi fisiopatologici, ma forse anche a seguito di una ridotta disponibilità di 7-deidrocolesterolo e di conseguenza del suo metabolita colecalciferolo, per la marcata riduzione della colesterolemia osservata nei pazienti con forme moderate o severe di COVID-19 (Marcello A. et al.)." "Ad oggi è possibile reperire su PubMed circa 300 lavori, editi nel 2020, con oggetto il legame tra COVID-19 e vitamina D, condotti sia retrospettivamente (Meltzer D et al., <https://doi:10.1001/jamanetworkopen.2020.19722>), che con metanalisi (Pereira M et al., <https://doi.org/10.1080/10408398.2020.1841090>), che hanno confermato la presenza di ipovitaminosi D nella maggioranza dei pazienti affetti da COVID-19, soprattutto se in forma severa (Kohlmeier M et al., <https://doi:10.1136/bmjnph-2020-000096>) e di una più elevata mortalità (OR 3,87) ad essa associata (De Smet D et al., <https://doi:10.1093/ajcp/aqaa252>): tutti questi dati forniscono a nostro giudizio interessanti elementi di riflessione e di ripensamento su un intervento potenzialmente utile a tutta la popolazione anziana, che in Italia è in larga misura carente di vitamina D (Isaia G et al., <https://doi.org/10.1007/s00198-003-1390-7>). È stata infatti largamente evidenziata, con un'unica eccezione riportata in un lavoro, peraltro non ancora pubblicato e condotto su pazienti in uno stadio molto avanzato della malattia (Murai IH et al., <https://doi.org/10.1101/2020.11.16.20232397>), l'utilità della somministrazione di Vitamina D (in prevalenza colecalciferolo) a pazienti COVID-19. A scopo propositivo, abbiamo selezionato alcuni dati, ottenuti con adeguata sperimentazione clinica, che a nostro parere, nonostante alcuni limiti metodologici, sono degni di attenzione da parte delle autorità sanitarie, al fine di considerare l'utilizzo della Vitamina D sia per la prevenzione che per il trattamento dei pazienti COVID-19." 1. In uno studio osservazionale di 6 settimane su 154 pazienti, la prevalenza di soggetti ipovitaminosici D (et al., <https://doi.org/10.1038/s41598-020-77093-z>); 2. In uno studio randomizzato su 76 pazienti oligosintomatici, la percentuale di soggetti per i quali è stato necessario, successivamente, il ricovero in terapia intensiva, è stata del 2% (1/50) se trattati con dosi elevate di calcifediolo e del 50% (13/26) nei pazienti non trattati (Castillo ME et al., <https://doi.org/10.1016/j.jsbmb.2020.105751>); 3. Uno studio retrospettivo su oltre 190.000 pazienti ha evidenziato la presenza di una significativa correlazione fra la bassa percentuale dei soggetti positivi alla malattia e più elevati livelli circolanti di 25OHD (Kaufman HW et al., <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239252>); 4. In 77 soggetti anziani ospedalizzati per COVID-19, la probabilità di sopravvivenza alla malattia, stimata con la curva di Kaplan–Meier, è risultata significativamente correlata con la somministrazione di colecalciferolo, assunto nell'anno precedente alla dose di 50.000 UI al mese, oppure di 80.000-100.000 UI per 2-3 mesi, oppure ancora di 80.000 UI al momento della diagnosi. (Annweiler G. et al., GERIA-COVID Study <https://doi.org/10.3390/nu12113377>); 5. Nei pazienti PCR-positivi per SARS-CoV-2, i livelli di vitamina D sono risultati significativamente minori (p=0.004) rispetto a quelli dei pazienti PCR-negativi (dato poi confermato da altri lavori in termini di maggiore velocità di clearance virale e guarigione per coloro che hanno livelli ematici più elevati di vitamina D) (D'Avolio et al., <https://doi.org/10.3390/nu12051359>); 6. In una sperimentazione clinica su 40 pazienti asintomatici o paucisintomatici è stata osservata la negativizzazione della malattia nel 62,5% (10/16) dei pazienti trattati con alte dosi di colecalciferolo (60.000 UI/die per 7 giorni), contro il 20,8% (5/24) dei pazienti del

Newspaper metadata:

Source: Clicmedicina.it

Country: Italy

Media: Internet

Author: Redazione

clicMedicina

Date: 2020/12/21

Pages: -

Web source: <https://www.clicmedicina.it/vitamina-d-prevenzione-trattamento-covid-19-nuove-evidenze-documento-accademia-medicina-torino/>

gruppo di controllo. Nei pazienti trattati è stata inoltre riscontrata una riduzione significativa dei livelli plasmatici di fibrinogeno (Rastogi A. et al., SHADE Study <http://dx.doi.org/10.1136/postgradmedj-2020-139065>). “Sulla base dei risultati di questi e di altri studi, formuliamo le seguenti considerazioni: 1. Anche se sono necessari ulteriori studi controllati, la vitamina D sembra più efficace contro il COVID-19 (sia per la velocità di negativizzazione, sia per l'evoluzione benigna della malattia in caso di infezione) se somministrata con obiettivi di prevenzione (Balla M et al., <https://doi.org/10.1080/20009666.2020.1811074>), soprattutto nei soggetti anziani, fragili e istituzionalizzati; 2. Il target plasmatico minimo ottimale del 25(OH)D da raggiungere in ambito PREVENTIVO sarebbe di 40 ng/mL (Maghbooli Z. et al., <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239799>), per ottenere il quale occorre somministrare elevate dosi di colecalciferolo, anche in relazione ai livelli basali del paziente, e fino a 4000 UI/die (Arboleda JF & Urcuqui-Inchima S, <https://doi.org/10.3389/fimmu.2020.01523>); 3. In ambito TERAPEUTICO, gli studi randomizzati indicano l'utilità di un'unica somministrazione in bolo di 80.000 UI di colecalciferolo (N° 4, Annweiler G et al.), oppure di calcifediolo (0,532 mg il 1° giorno, 0,266 mg il 3°, il 7° giorno e poi una volta alla settimana) (N° 2, Castillo ME et al.), oppure ancora di 60000 IU di colecalciferolo per 7 giorni, con l'obiettivo di raggiungere 50 ng/mL di 25 (OH)D (N° 6, Rastogi A et al.).” “Nonostante questi ed altri dati, l'impiego della Vitamina D nella prevenzione e nella terapia del COVID-19 non è stato preso in considerazione, con la giustificazione dell'assenza di un'evidenza scientifica sufficiente, che invece, a differenza di altre vitamine o integratori, nei lavori più recenti sta a poco a poco emergendo. In Gran Bretagna invece, e prima ancora in Scozia, con disposizione governativa, (<https://www.theguardian.com/world/2020/nov/14/covid-uk-government-requests-guidance-on-vitamin-d-use>) è stata recentemente disposta la supplementazione di vitamina D a 2,7 milioni di soggetti a rischio di COVID-19 (gli anziani, la popolazione di colore e i residenti nelle RSA) con un'operazione che alla Camera dei Comuni è stata definita 'low-cost, zero-risk, potentially highly effective action': ne è seguito un vivace dibattito scientifico, con qualche riserva espressa dal NICE (<https://www.nice.org.uk/advice/es28/resources/covid19-rapid-evidence-summary-vitamin-d-for-covid19-pdf-1158182526661>), ma con il sostegno della Royal Society of London (<https://doi.org/10.1098/rsos.201912>) che la definisce '... seems nothing to lose and potentially much to gain'.” “In conclusione, anche se l'utilità della Vitamina D nella prevenzione e nel trattamento del COVID-19 non è ancora del tutto ben definita, riteniamo che i dati che abbiamo sinteticamente riportato, suggeriscano un serio approfondimento in materia: a. Con l'attivazione di una consensus conference e/o di uno studio clinico randomizzato e controllato, promosso e supportato dallo Stato, sull'efficacia terapeutica della Vitamina D, a pazienti sintomatici o oligosintomatici, secondo uno dei seguenti schemi: Colecalciferolo per via orale 60.000 UI/die per 7 giorni consecutivi; Colecalciferolo in monosomministrazione orale 80.000 (nei pazienti anziani); Calcifediolo 0.532 mg (106 gocce) nel giorno 1 e 0,266 mg (53 gocce) nei giorni 3 e 7 e poi in monosomministrazione settimanale. b. Con la somministrazione preventiva di Colecalciferolo orale (fino a 4000 UI/die) a soggetti a rischio di contagio (anziani, fragili, obesi, operatori sanitari, congiunti di pazienti infetti, soggetti in comunità chiuse); segnaliamo che in questo ambito l'utilizzo della vitamina D che, anche ad alte dosi, non presenta sostanziali effetti collaterali, è comunque utile per correggere una situazione di specifica carenza generale della popolazione, soprattutto nel periodo invernale, indipendentemente dalla infezione da SARS-CoV-2. A disposizione per ulteriori ragguagli, auspichiamo che questa nostra proposta, supportata da suggestive evidenze scientifiche, venga presa in seria considerazione e di conseguenza vengano assunti i provvedimenti ritenuti più opportuni.” Giancarlo Isaia, professore di Geriatria, Università di Torino e presidente dell'Accademia di Medicina di Torino; Antonio D'Avolio, professore di Farmacologia, Università di Torino; Donato Agnusdei, Endocrinologo, Siena; Paolo Arese, professore Emerito di Biochimica, Università di Torino; Marco Astegiano, responsabile ambulatori Gastroenterologia, Città della Salute e della Scienza di Torino; Mario Barbagallo, professore Ordinario di Geriatria, Università di Palermo; Alessandro Bargoni, professore di Storia della Medicina, Università di Torino; Aldo Biolcati, già direttore di Geriatria Azienda Ospedaliero-Universitaria Maggiore di Novara; Ettore Bologna, direttore Medico-scientifico Fondazione Piera, Pietro e Giovanni Ferrero, Alba (CN); Amalia Bosia, professoressa emerita di Biochimica, Università di Torino; Caterina Bucca, professoressa di Pneumologia, Università di Torino; Teresa Cammarota, primario emerito di Radiologia AOU Città della Salute e della Scienza di Torino, vice presidente dell'Accademia di Medicina di Torino; Valentina Camozzi, dirigente medico di Endocrinologia, Azienda Ospedaliera-Università di Padova; Carlo Campagnoli, già direttore Ginecologia Endocrinologica, Ospedale Sant'Anna di Torino; Mario Campogrande, primario emerito di Ostetrica e Ginecologia, AOU Città della Salute e della Scienza di Torino; Rossana Cavallo, professoressa di Microbiologia, Università di Torino; Paolo Cavallo Perin, professore di Medicina

Newspaper metadata:

Source: Clicmedicina.it

Country: Italy

Media: Internet

Author: Redazione

clicMedicina

Date: 2020/12/21

Pages: -

Web source: <https://www.clicmedicina.it/vitamina-d-prevenzione-trattamento-covid-19-nuove-evidenze-documento-accademia-medicina-torino/>

Interna, Università di Torino; Carlo Ceruti, professore di Urologia, Università di Torino; Alessandro Comandone, primario di Oncologia, ASL Città di Torino; Fausto Crapanzano, responsabile UOC di Riabilitazione, ASP di Agrigento; Flora D'Ambrosio, fisiatra, INRCA-IRCCS, Ancona; Giuseppe De Renzi, responsabile Microbiologia Laboratorio Analisi, AOU San Luigi Orbassano (TO); Umberto Dianzani, professore di Immunologia, Università del Piemonte Orientale; Francesco Di Carlo, professore emerito di Farmacologia, Università di Torino; Ombretta Di Munno, professoressa di Reumatologia, Università di Pisa; Fabio Di Salvo, ortopedico, Centro Medico polispecialistico SANICAM, Palermo; Marco Di Stefano, dirigente medico di Geriatria, AOU Città della Salute e della Scienza di Torino; Ligia Dominguez, professoressa di Geriatria, Università di Palermo; Pier Paolo Donadio, già direttore Dipartimento di Anestesia, AOU Città della Salute e della Scienza di Torino; Roberto Fantozzi, professore di Farmacologia, Università di Torino; Etta Finocchiaro, dirigente medico Dietetica e Nutrizione Clinica, AOU Città della Salute e della Scienza di Torino; Carlo Foresta, professore di Endocrinologia, Università di Padova; Giulio Fornero, direttore sanitario, Camminare Insieme – Torino; Guido Forni, immunologo, socio dell'Accademia Nazionale dei Lincei; Cristiano Maria Francucci, endocrinologo, INRCA-IRCCS Ancona; Guido Gasparri, professore di Chirurgia Generale, Università di Torino; Agostino Gaudio, professore di Medicina Interna, Università di Catania; Stefano Gonnelli, professore di Medicina Interna, Università di Siena; Maria Grano, professoressa di Istologia, Università di Bari; Gianluca Isaia, dirigente medico di Geriatria, AOU Città della Salute e della Scienza di Torino; Lidio Maffi, Medicina Subacquea e Iperbarica, direttore sanitario OTIP Torino; Maurizio Maggiorotti, segretario generale della Federazione Italiana Ossigeno-Ozono; Fabio Malavasi, professore emerito di Genetica Medica, Università di Torino; Patrizia Mecocci, professoressa di Gerontologia e Geriatria, Università di Perugia; Enzo Medico, professore di Istologia, Università di Torino; Silvia Migliaccio, professoressa di Scienze Tecniche Applicate, Università Foro Italico di Roma; Marco Alessandro Minetto, professore di Medicina Fisica e Riabilitazione, Università di Torino; Giovanni Minisola, reumatologo, presidente emerito SIR e Direttore Scientifico Fondazione San Camillo-Forlanini, Roma; Enrico Montanari, medico chirurgo, specialista in Psicologia Clinica, direttore scientifico di Elisir di Salute; Francesco Morabito, igienista, direttore sanitario CIDIMU – Alba (CN); Elisabetta Morini, dirigente medico di Endocrinologia, IRCCS Bonino Pulejo – Messina; Mario Nano, professore di Chirurgia Generale, Università di Torino; Fabio Orlandi, professore di Endocrinologia, Università di Torino; Luca Pietrogrande, professore di Ortopedia, Università di Milano; Giuseppe Poli, professore di Patologia Generale, Università di Torino; Patrizia Presbitero, primario di Cardiologia Interventistica, Istituto Clinico Humanitas, Rozzano (MI); Pietro Quaglino, professore di Dermatologia, Università di Torino; Giovanni Renato Riccardi, fisiatra, INRCA-IRCCS Ancona; Giovanni Ricevuti, professore di Geriatria, Università di Pavia; Dario Roccatello, professore di Nefrologia, Università di Torino; Alfredo Romeo, fisiatra, UOC Medicina Fisica e Riabilitazione ASP Siracusa; Floriano Rosina, gastroenterologo, Torino; Carmelinda Ruggiero, professoressa di Geriatria, Università di Perugia; Giuseppe Saglio, professore di Ematologia, Università di Torino; Sergio Salomone, ortopedico, direttore sanitario Centro Medico Polispecialistico L'Emiro, Palermo; Anna Sapino, professoressa di Anatomia e Istologia Patologica, Università di Torino; Francesco Scarnati, ortopedico, Centro Medilab, Taverna di Montalto (CS); Francesco Scaroina, primario emerito di Medicina Generale, AOU Città di Torino; Giuseppe Segoloni, professore di Nefrologia, Università di Torino; Luigi Massimino Sena, professore di Patologia Generale, Università di Torino; Umberto Senin, professore Emerito di Gerontologia e Geriatria, Università di Perugia; Endrit Shahini, gastroenterologo-endoscopista, Candiolo Cancer Institute-IRCCS (TO); Alberto Silvestri, dirigente medico di Medicina Interna, ASO Santa Croce e Carle di Cuneo; Piero Stratta, professore di Nefrologia, Università del Piemonte Orientale; Gabriella Tanturri, otorinolaringoiatra, già direttore SS Day Surgery, Città della Salute e della Scienza di Torino; Fabio Massimo Ulivieri, reumatologo, Casa di cura La Madonnina, Milano; Alessandro Vercelli, professore di Anatomia Umana, Università di Torino; Fabio Vescini, dirigente medico di Endocrinologia, AOU Santa Maria della Misericordia Udine; Elsa Viora, direttrice SS Ecografia e Diagnosi Prenatale, AOU Città della Salute e della Scienza di Torino; Umberto Vitolo, ematologo, Candiolo Cancer Institute-IRCCS (TO) Nota: le sottoscrizioni sono a titolo personale, senza il coinvolgimento delle rispettive Istituzioni di riferimento. Condividi:Fai clic qui per condividere su Twitter (Si apre in una nuova finestra)Fai clic per condividere su Facebook (Si apre in una nuova finestra)Fai clic per condividere su WhatsApp (Si apre in una nuova finestra)Fai clic per condividere su Telegram (Si apre in una nuova finestra)

Newspaper metadata:

Source: Ilfoglio.it

Country: Italy

Media: Internet

Author: Giuseppe

Pastore

Date: 2020/12/21

Pages: -

Web source: <https://www.ilfoglio.it/sport/2020/12/21/news/il-gol-da-record-di-leao-e-il-concerto-jazz-della-serie-a-1581580/>

Il gol da record di Leao e il concerto jazz della Serie A

Vanno bene le squadre che vivono di entusiasmi. Il resto è un mistero che continua a smentire analisi e opinioni. Perché chiedersi che cos'è questo campionato irregolare, rapsodico, fatto di strappi nervosi e improvvisi e di passaggi a vuoto ancora più clamorosi e snervanti, è una perdita di tempo “Che cos'è il jazz?”, si chiedeva Louis Armstrong. “Amico, se hai bisogno di chiederlo, non lo saprai mai”. Allo stesso modo chiedersi che cos'è questo campionato irregolare, rapsodico, fatto di strappi nervosi e improvvisi e di passaggi a vuoto ancora più clamorosi e snervanti, è un po' una perdita di tempo. A tredici giornate su trentotto – oltre un terzo della durata totale – sembra chiara soprattutto una cosa, se non solamente una cosa: stanno andando bene, mantenendo una loro regolarità ancora più notevole e peculiare con questi calendari da acqua alla gola, le squadre che vivono di entusiasmi. Non solo il Milan, le cui scenette da terza liceo in pullman stanno diventando proverbiali, ma anche realtà più piccole come il Benevento quasi interamente a trazione meridionale o la Sampdoria su cui spira un possente vento da Nord Europa, che hanno sulla tolda di comando icone viventi dell'Entusiasmo e della Serenità, Pippo Inzaghi e Claudio Ranieri. Al contrario, annegano nella depressione piazze nobili come Genoa, Fiorentina e Torino, il cui status di aristocratiche decadute brucia e offende ancora di più in questo momento di generale cupezza, in cui poche cose come il calcio potrebbero aiutare a svoltare l'umore delle giornate. Se vi sembrano discorsi semplicistici, che tengono conto o poco nulla della complessità del calcio come incrocio dei venti in cui confluiscono e si mescolano la sfera tattica, la preparazione fisica, la casualità degli infortuni eccetera, sì, probabilmente avrete ragione. Ma stateci a sentire se vi diciamo che non esiste punto esclamativo più squillante del gol di Rafael Leao segnato in 6 secondi e 76 centesimi (record dei cinque principali campionati europei), che oltre a essere una prodezza da Guinness ha anche altre tre circostanze che lo rendono inimitabile e simbolico del momento. La prima è che è stato segnato da uno degli esseri umani più beatamente incoscienti della serie A: Rafael Leao è un giocatore dal bagaglio tecnico potenzialmente lussuoso ma scostante e intermittente come una connessione a 56k, po' esse fero e po' esse piuma, farà perdere alcuni punti al Milan ma ne farà guadagnare altri, e nemmeno lui sa quali. La seconda è che quel numero senza precedenti è stato il primo pallone giocato dal Milan nella domenica pomeriggio che doveva sancire il sorpasso in vetta dell'Inter, un pronostico cavalcato senza posa da entrambe le tifoserie sui social (e tutti i calciatori leggono i social, e una buona parte ne è schiava inconsapevole): e invece no. La terza è che è il biglietto da visita del terzo giocatore schierato centravanti titolare da Pioli nell'ultimo mese, vista l'assenza di Rebic e soprattutto il nuovo infortunio muscolare di Ibrahimovic che aveva sprofondato nella cupezza milioni di milanisti. Il quadro era chiarissimo, gli astri allineati per la prima feroce sconfitta del Milan e il susseguente cambio della guardia, e invece il campo – inimitabile pozzo senza fondo di situazioni a effetto, colpi a sorpresa, trovate alla Hitchcock – ha ribaltato genialmente le aspettative di tutta Italia in sei secondi e settantasei centesimi. Siamo di fronte al campionato più inafferrabile di sempre. Le partite ogni tre giorni hanno costretto tutte le squadre a riprogrammarsi anzitutto mentalmente: gli allenatori stanno lentamente imparando ad affrontare l'imprevisto come regola e non come eccezione, sia esso una catena di infortuni muscolari o la frattura con il capitano e giocatore più forte della rosa, cui Gasperini ha brillantemente risposto con la qualificazione agli ottavi di Champions e sette punti contro Fiorentina, Juventus e Roma. Alla fine di un Lazio-Napoli di cui è stato mattatore assoluto, Ciro Immobile ha citato l'importanza del lavoro psicologico per passare in quattro giorni da un mesto 1-1 a Benevento alla miglior prestazione stagionale in campionato; la psicologia è il terreno di gioco che sta mancando sotto ai piedi del Napoli di Gattuso, uomo ricco e umbratile, che dà tantissimo ma esige tantissimo ed è a disagio nel tentativo di gestire i pensieri di una rosa ricca e di grande talento ma troppo molle per i suoi gusti, perché evidentemente abituata ad altre lunghezze d'onda – e difatti da oggi tutti in ritiro, la carta della disperazione. Si andrà avanti così ancora a lungo, a strappi e morsi e brandelli di calcio che sconvolgeranno a ripetizione le nostre fragili certezze, e così la Roma un giorno sarà da scudetto e tre giorni dopo da buttare. Opinioni usa e getta come si addice all'era effimera dei social dove un tweet sbagliato si può sempre cancellare e alle brutte è un attimo citare Oscar Wilde: solo i cretini non cambiano mai idea. Non tutto ha una spiegazione, non tutte le miglia solcate da una nave in tempesta sono lisce e seguono il copione: quest'anno si recita a soggetto. Occorre adattarsi, senza piagnistei, senza polemiche arbitrali, senza il superfluo che in questi mesi di mare grosso va solo gettato giù dal ponte: e soprattutto abbandonando l'abitudine, tutta di noi tifosi e osservatori, di voler sempre trovare la chiave e anticipare la soluzione di questo puzzle da cinquemila pezzi. Se solitamente è un mistero già la testa di un solo uomo, figuriamoci venticinque. Vai col jazz.

Web source: https://www.gazzettadiparma.it/economia/2020/12/21/news/bonus_e_incentivi_ecco_tutte_le_nuove_misure-4845382/

Bonus e incentivi: ecco tutte le nuove misure

L'emergenza Covid è il filo rosso che lega almeno le modifiche principali che in una maratona lunga due giorni hanno approvato i deputati durante l'esame della manovra in commissione. Ed è così che sono state messe a punto e poi votate novità per le partite Iva e rinnovati gli incentivi auto o si è deciso di mettere sul tavolo aiuti per gli affitti, dai proprietari ai morosi incolpevoli e agli studenti fuori sede. Ma la maggior parte delle centinaia di modifiche è composto da micronorme: c'è posto per un finanziamento da 3 milioni per i corsi jazz come per 15 milioni per l'industria tessile di Biella. AUTONOMI, ANNO BIANCO E CIG - Un miliardo per azzerare i contributi previdenziali per chi nel mondo delle partite Iva guadagna meno di 50 mila euro e ha registrato una perdita di fatturato del 33%. E un antipasto di quello che potrebbe essere un cambio di passo nel welfare italiano: anche gli autonomi infatti potranno chiedere la cig (la misura però vale solo sei mesi). L'occupazione è colpita duramente dalla pandemia e dunque sono tanti gli interventi che cercano di puntellarla. Ci sono i contratti di espansione, che ora riguarderanno le imprese oltre i 250 dipendenti, torna l'assegno di ricollocazione per chi è in Naspi. Ma anche aiuti ai lavoratori fragili: si potranno assentare dal lavoro fino al 28 febbraio. Spazio anche per gli esodati: per 2.400 scatta la nona salvaguardia. PIOGGIA DI BONUS PER LA CASA E L'AUTO - Arriva la proroga della detrazione al 110% per i lavori di riqualificazione energetica con la formula «sei mesi, più sei mesi»: chi infatti avrà portato avanti i lavori potrà detrarre le spese sostenute dal prossimo giugno a dicembre 2022. Ma rispuntano anche gli incentivi per cambiare macchina: fino a 10mila euro per chi compra green, fino a 3500 per chi vuole un Euro 6. Per i redditi più bassi c'è una spinta in più sul fronte dell'elettrico: in questo caso il tetto del bonus è al 40% della spesa. Asticella più alta anche per il bonus mobili: qui la soglia sale da 10 a 16mila euro. New entry invece sono gli aiuti per chi vuole cambiare rubinetti e lavandini (1000 euro) e per chi mette i filtri per l'acqua potabile. 50 euro poi per cambiare occhiali se l'Isee è basso. Rifiutato anche il bonus da 50 euro per cambiare tv in vista del nuovo digitale. LOTTA AL COVID - Passa per il piano vaccini la battaglia per sconfiggere il virus: verranno assunti 3mila medici e 12 mila infermieri. Ma non solo. Vaccinazioni, siringhe e tamponi costeranno meno perché saranno senza Iva. 5 milioni invece servono per ridurre la carenza delle bombole di ossigeno mentre raddoppiano (4 milioni) i fondi per la cannabis terapeutica. TURISMO, DOTE DA 500 MILIONI - E' uno dei settori più colpiti dalla pandemia: alberghi, stabilimenti balneari, villaggi turistici, bed & breakfast, discoteche e night-club non dovranno andare alla cassa per la prima rata Imu. Ampliata la tax credit per agenzie di viaggio e tour operator e incrementata quella per le ristrutturazioni delle strutture ricettive. 100 milioni vanno anche a guide e bus turistici scoperti. Altri 500 milioni vanno a sostegno degli aeroporti: si vola poco e le difficoltà di chi lavora nel settore aumentano. Iva giù poi per il take away e per le consegne a domicilio. DONNE, MA ANCHE MAMME E PAPA' - Due milioni al reddito di libertà, per aiutare le donne vittime di violenza a costruirsi un percorso di autonomia, e altri 2 milioni per **psicologi** nelle carceri con l'obiettivo di rieducare gli autori dei reati in particolare sempre contro le donne. Ben più cospicuo il finanziamento per conciliare i tempi di lavoro e di cura delle mamme al rientro dal parto: sono 50 milioni nel 2021. Per i neopapà invece sale a 10 giorni la dote del congedo. VALANGA DI MICRONORME - Centinaia di modifiche approvate dai deputati sono tagliate su realtà molto di settore. Si va da quasi 4 milioni per le celebrazioni degli 800 anni dei presepi ai 10 milioni per il sostegno alla filiera dei suini passando per 2 milioni per le cargo bike. Il finanziamento più piccino è pari a 100mila euro e servirà per il master in medicina termale. Ma 3 milioni vanno anche alle imprese di Albiano, 5 milioni alle città portuali e altrettanti al rimboschimento delle città. Ci sono poi l'unione ciechi e quella sordi. A Taranto sarà possibile far nascere un'area marina protetta ma anche i cani randagi potranno contare su più rifugi. E anche se poco affine con materia di politica economica, i deputati hanno trovato spazio per la salvaguardia dei cristiani perseguitati e per il recupero delle targhe storiche. (ANSA).

La “251” degli psicologi

di Saverio Proia È quanto potrebbe rappresentare per gli **psicologi** l'approvazione, in sede di conversione in legge del decreto Ristori, della norma finalizzata ad ottimizzare la loro risorsa professionale all'interno del SSN prevedendo un'unica regia aziendale per la loro gestione nelle strutture e nei servizi, come è avvenuto per altre professioni sanitarie, per esempio le professioni sanitarie con la legge 251/00 21 DIC - In sede di conversione in legge dei decreti ristori è stato approvato, prima firmataria la senatrice Paola Boldrini (PD) Vicepresidente della Commissione Igiene e Sanità del Senato, un emendamento finalizzato ad ottimizzare la risorsa professionale degli **psicologi** dipendenti e convenzionati all'interno di ogni Azienda sanitaria o Ente del SSN al fine di razionalizzarne l'utilizzo prevedendo un'unica regia aziendale per la loro gestione nelle strutture e nei servizi, come è avvenuto per altre professioni sanitarie, per esempio le professioni sanitarie della legge 251/00, gli assistenti sociali ma anche alcune specialità mediche, ad esempio gli anestesisti e rianimatori, non presenta alcun costo aggiuntivo anzi produce economie e razionalizzazione nella spesa sanitaria. Infatti si prevede che al fine di garantire la salute e il benessere psicologico individuale e collettivo sia per l'eccezionale situazione causata dall'epidemia da SARS-COV-2 che per assicurare le prestazioni psicologiche, anche domiciliari, alle professioni sanitarie e a tutto il personale sociosanitario nonché a coloro che si trovano in situazioni di disabilità, compresi i caregiver familiari o di disagio, in stato di abbandono o vittime di maltrattamenti e di abusi, con particolare riferimento ai minori, alle donne, e alle famiglie, nonché di ottimizzare e razionalizzare le risorse professionali degli **psicologi** dipendenti e convenzionati, le Aziende sanitarie e gli altri Enti del Servizio sanitario nazionale possono organizzare l'attività degli **psicologi** in un'unica funzione aziendale anche ai fini dell'applicazione del decreto del Presidente del Consiglio dei ministri 13 giugno 2006.

In tale ambito saranno assicurate azioni di supporto psicologico agli operatori sanitari e sociosanitari coinvolti nel contrasto all'epidemia da SARS-COV-2. In quale fattispecie configurare la funzione aziendale sarà affidata alle scelte dell'autonomia organizzativa delle Regioni (servizio, uoc, uosd, uos, dipartimento) l'importante è la sua attivazione, certo sarebbe preferibile che in attuazione del protocollo sottoscritto tra Conferenza delle Regioni e Province autonome e **CNOP** si convenisse su una modalità attuativa di questa norma in una forma tipo omogenea sul territorio nazionale, che potrebbe essere il minimo comune divisore che ogni Regione potrebbe implementare secondo le proprie specificità... Qualcuno l'ha definito la 251 degli **psicologi** e penso che la definizione sia appropriata e come la legge 251/00 può contribuire a innovare l'organizzazione del lavoro in sanità incentivando e valorizzando il protagonismo positivo e partecipato di ogni professione sanitaria nell'attuazione del diritto alla salute e nella risposta ai nuovi bisogni di salute, in nuove e più produttive modalità di articolazione aziendale che sia veramente unitaria ma ricca della diversità dei saperi e delle competenze di tutte le professioni produttrici di salute, tutte, nessuna esclusa.

Però è ovvio che non basta la funzione aziendale psicologica per attuare quanto previsto da questa norma, essa è solo la scelta indispensabile per contribuire alla realizzazione del benessere psicologico, non possono essere sufficienti i 5000 **psicologi** ancora presenti negli organici delle Aziende sanitarie, sopravvissuti al mancato turn over , all'inizio dell'attuazione della legge 833/78 erano più del doppio, sarà quindi necessario adeguare la presenza attiva delle risorse professionali di **psicologi** in maniera adeguata a rispondere sia all'attuazione delle nuove prestazioni psicologiche previste dai LEA che ad affrontare la nuova domanda di sostegno e di cura al disagio psicologico che sta crescendo sempre più nel Paese. Saverio Proia 21 dicembre 2020

Newspaper metadata:

Source: Radiocolonna.it

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/21

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.radiocolonna.it/economia/2020/12/21/manovra-vaccini-medici-incentivi-auto-ecco-le-misure/>

Manovra: Vaccini, medici, incentivi auto, ecco le misure

Domina allarme Covid ma soldi a pioggia: da cargo-bike a presepi di Redazione | 2020-12-21 2020-12-21 21/12/2020 ore 10:45 L'emergenza Covid e' il filo rosso che lega almeno le modifiche principali che in una maratona lunga due giorni hanno approvato i deputati durante l'esame della manovra in commissione. Ed e' cosi' che sono state messe a punto e poi votate novita' per le partite Iva e rinnovati gli incentivi auto o si e' deciso di mettere sul tavolo aiuti per gli affitti, dai proprietari ai morosi incolpevoli e agli studenti fuori sede. Ma la maggior parte delle centinaia di modifiche e' composto da micronorme: c'e' posto per un finanziamento da 3 milioni per i corsi jazz come per 15 milioni per l'industria tessile di Biella. AUTONOMI, ANNO BIANCO E CIG – Un miliardo per azzerare i contributi previdenziali per chi nel mondo delle partite Iva guadagna meno di 50 mila euro e ha registrato una perdita di fatturato del 33%. E un antipasto di quello che potrebbe essere un cambio di passo nel welfare italiano: anche gli autonomi infatti potranno chiedere la cig (la misura pero' vale solo sei mesi). L'occupazione e' colpita duramente dalla pandemia e dunque sono tanti gli interventi che cercano di puntellarla. Ci sono i contratti di espansione, che ora riguarderanno le imprese oltre i 250 dipendenti, torna l'assegno di ricollocazione per chi e' in Naspi. Ma anche aiuti ai lavoratori fragili: si potranno assentare dal lavoro fino al 28 febbraio. Spazio anche per gli esodati: per 2.400 scatta la nona salvaguardia. PIOGGIA DI BONUS PER LA CASA E L'AUTO – Arriva la proroga della detrazione al 110% per i lavori di riqualificazione energetica con la formula "sei mesi, piu' sei mesi": chi infatti avra' portato avanti i lavori potra' detrarre le spese sostenute dal prossimo giugno a dicembre 2022. Ma rispuntano anche gli incentivi per cambiare macchina: fino a 10mila euro per chi compra green, fino a 3500 per chi vuole un Euro 6. Per i redditi piu' bassi c'e' una spinta in piu' sul fronte dell'elettrico: in questo caso il tetto del Bonus e' al 40% della spesa. Asticella piu' alta anche per il Bonus mobili: qui la soglia sale da 10 a 16mila euro. New entry invece sono gli aiuti per chi vuole cambiare rubinetti e lavandini (1000 euro) e per chi mette i filtri per l'acqua potabile. 50 euro poi per cambiare occhiali se l'Isce e' basso. Rifinanziato anche il Bonus da 50 euro per cambiare tv in vista del nuovo digitale. LOTTA AL COVID – Passa per il piano vaccini la battaglia per sconfiggere il virus: verranno assunti 3mila medici e 12 mila infermieri. Ma non solo. Vaccinazioni, siringhe e tamponi costeranno meno perche' saranno senza Iva. 5 milioni invece servono per ridurre la carenza delle bombole di ossigeno mentre raddoppiano (4 milioni) i fondi per la cannabis terapeutica. TURISMO, DOTE DA 500 MILIONI – E 'uno dei settori piu' colpiti dalla pandemia: alberghi, stabilimenti balneari, villaggi turistici, bed & breakfast, discoteche e night-club non dovranno andare alla cassa per la prima rata Imu. Ampliata la tax credit per agenzie di viaggio e tour operator e incrementata quella per le ristrutturazioni delle strutture ricettive. 100 milioni vanno anche a guide e bus turistici scoperti. Altri 500 milioni vanno a sostegno degli aeroporti: si vola poco e le difficolta' di chi lavora nel settore aumentano. Iva giu' poi per il take away e per le consegne a domicilio. DONNE, MA ANCHE MAMME E PAPA' – Due milioni al reddito di liberta', per aiutare le donne vittime di violenza a costruirsi un percorso di autonomia, e altri 2 milioni per **psicologi** nelle carceri con l'obiettivo di rieducare gli autori dei reati in particolare sempre contro le donne. Ben piu' cospicuo il finanziamento per conciliare i tempi di lavoro e di cura delle mamme al rientro dal parto: sono 50 milioni nel 2021. Per i neopapa' invece sale a 10 giorni la dote del congedo. VALANGA DI MICRONORME – Centinaia di modifiche approvate dai deputati sono tagliate su realta' molto di settore. Si va da quasi 4 milioni per le celebrazioni degli 800 anni dei presepi ai 10 milioni per il sostegno alla filiera dei suini passando per 2 milioni per le cargo bike. Il finanziamento piu' piccolo e' pari a 100mila euro e servira' per il master in medicina termale. Ma 3 milioni vanno anche alle imprese di Albiano, 5 milioni alle citta' portuali e altrettanti al rimboschimento delle citta'. Ci sono poi l'unione cechi e quella sordi. A Taranto sara' possibile far nascere un'area marina protetta ma anche i cani randagi potranno contare su piu' rifugi. E anche se poco affine con materia di politica economica, i deputati hanno trovato spazio per la salvaguardia dei cristiani perseguitati e per il recupero delle targhe storiche.

Newspaper metadata:

Source: Urbanpost.it

Author: Luigi

Country: Italy

Date: 2020/12/21

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://urbanpost.it/il-gioco-dazzardo-patologico-e-le-altre-dipendenze-le-new-addictions/>

Il gioco d'azzardo patologico e le altre dipendenze: le New Addictions

La dipendenza dal gioco d'azzardo, da internet e dal gaming online va ritenuta una vera e propria patologia. Non solo condiziona interamente la vita di coloro che ne sono colpiti: genera anche alcuni dei classici sintomi del craving, come l'ansia, l'irritabilità e l'aggressività, in chi è costretto a stare lontano dal proprio svago preferito. Abbiamo intervistato la Dott.ssa Silvia Parisi, psicologa, sessuologa e psicoterapeuta a Torino, per fare un po' di chiarezza sull'argomento. In quali casi un semplice passatempo si trasforma in un'autentica malattia? Quali sono le avvisaglie cui bisogna fare attenzione? Come agire per uscire dal tunnel delle dipendenze? Il problema nasce nel momento in cui un hobby diventa un pensiero fisso, alienante, qualcosa di cui non si riesce più a fare a meno. Ultimamente si sente spesso parlare di New Addictions: di cosa si tratta?

La Psiche ai tempi di coronavirus #23 - I tempi sono maturi per il bonus psicologo

In tanti vorrebbero ricorrere all'aiuto dello psicologo, ma è sempre possibile? La necessità di mettere al centro la salute psicologica si fa sempre più pressante: i bisogni della popolazione, gli psicologi tutti e gli studi di economia sanitaria corrono nella stessa direzione: mettere al centro la psiche è la strada giusta. Da una parte c'è chi ha bisogno di essere ascoltato, aiutato e sostenuto e dall'altra ci sono gli psicologi che hanno le competenze, il ruolo, gli strumenti per farlo. Sia nell'opinione pubblica che nei decisori politici il termine "disagio psicologico" è ormai una costante, utilizzata anche dal Premier: queste parole rendono conto del fatto che la sofferenza è sentita e manifesta in modo trasversale. Il bisogno di aiuto psicologico trova tra l'altro in Italia professionisti con un sapere in grado di occuparsene dando cura, prevenzione e accoglienza. Ma la presenza dello psicologo nel servizio sanitario nazionale non è una costante così come nelle scuole e sui luoghi di lavoro. Per cui se stare male è ingiusto e doloroso, stare male in tanti è anche rischioso: ma qualcosa potrebbe cambiare.

Related Story La Psiche ai tempi di coronavirus #21 (l'ansia) Laura Parolin è la Presidente dell'Ordine degli Psicologi della Lombardia e l'abbiamo sentita oggi per dare alle lettrici il suo punto di vista: #La pandemia ha avuto un impatto significativo su differenti aspetti della vita delle persone: economica, sociale e lavorativa. In tale contesto, il benessere psicologico della popolazione è stato messo a dura prova, contribuendo ad alimentare difficoltà di adattamento non solo per i contesti già fragili ma per tutta la popolazione. Investire sulla promozione della salute psicologica è una scelta non solo eticamente dovuta, ma anche politicamente lungimirante: favorire la resilienza delle persone aiuta ad affrontare meglio ogni difficoltà. #Insomma, l'attenzione è rivolta a tutta la popolazione poiché le ricerche continuano a riportare la presenza di sintomi psicologici ma fotografano una situazione che è comunque in divenire e i cui effetti non sono calcolabili. Ma sappiamo che trascurare il dolore mentale e le nostre ansie è un autogol che non possiamo permetterci. Lo sperimentiamo anche noi nel nostro piccolo: abbiamo tutti in mente quanto sia difficile affrontare affetti e lavoro quando siamo provati da preoccupazioni, quando un nostro familiare teme il contagio, quando lo stress per il nostro lavoro arriva fino a casa, quando ci sentiamo provati dall'isolamento e lontani dagli affetti. Ma quando parliamo di psicologia e pandemia non si tratta solo di questo. Pensiamo ai lutti e alle modalità con cui questi sono stati vissuti, ma anche agli esiti in termini neuropsicologici di chi è stato ammalato di covid-19. Governare l'incertezza ormai è pane quotidiano, ma a quale prezzo? Tutti cercano di farcela con le proprie forze o cercando aiuto nella propria rete, ma questo non sempre basta: lo psicologo ha strumenti per aiutarci e c'è un dibattito sull'opportunità di aiutare concretamente i cittadini. In questo senso il dato più eclatante è proprio quello economico: gli investimenti economici fatti in termini di salute mentale quando vengono concretizzati si ripagano da sé. Quando una persona sta bene psicologicamente è una persona che usa meno farmaci, aderisce meglio alle terapie quando prescritte, fa meno visite ambulatoriali, perde meno giorni in termini di malattia o di frequenza a scuola, ha uno stile di vita più sano, e vede promuovere il suo benessere sia fisico (meno dolori, meno sintomi) e sociale (più relazioni, partecipazione e più integrazione). In altre parole gli investimenti economici per promuovere la salute mentale si pagano da soli perché le persone in stato di benessere psicologico sono persone che si prendono cura di sé, stanno bene con gli altri e che sono infine più produttive. Ma concretamente a che punto siamo? Sostenere le persone nella cura e nella prevenzione del disagio psicologico può significare ora anche aiutarle economicamente nel rivolgersi ad un professionista psicologo: che siano bonus, ristori, voucher o altre forme, consentire a tutti di rivolgersi allo psicologo e di occuparsi della propria salute mentale potrebbe essere la svolta. Secondo Consiglio Nazionale Ordine degli Psicologi, da mesi impegnato per il riconoscimento dell'impatto psicologico della pandemia, #La salute mentale dell'Italia è appesa a un filo#: dalla pagina facebook del CNOP il messaggio è quindi chiaro. Così come la Consulta delle Società Scientifiche di area psicologica si è espressa in questi termini: «Ora è indispensabile attivare misure per fornire risposte immediate e tempestive di aiuto psicologico: oggi, non tra sei mesi o un anno. Riteniamo che la soluzione per l'immediato sia quella della attivazione di #voucher psicologici'..# leggiamo sempre dai canali social. Qual è la situazione lo ha spiegato a chiare lettere David Lazzari il Presidente del CNOP, parlando del rapporto costi benefici della psicoterapia durante incontro on line Organizzato da ENPAP e CNOP #Investire in Resilienza. Voucher psicologici per la salute dei cittadini#. David Lazzari ha infatti ricordato come i disturbi psichici entro il 2030 saranno la prima voce di spesa sanitaria con un enorme costo in termini di risorse. Ma c'è anche una buona notizia: il rapporto tra costi e benefici della psicoterapia è un bilancio attivo. Cosa significa questo? Lo studio dell'Organizzazione Mondiale della Sanità sul rapporto costi benefici della psicoterapia rileva come gli investimenti si traducano in ritorni in salute ma anche ritorni economici: è come se per ogni euro speso

Newspaper metadata:

Source: Elle.it

Author: Lara Franzoni

Country: Italy

Date: 2020/12/21

Media: Internet

Pages: -

Web source: <http://www.elle.it/it/emozioni/psicologia/a35004272/coronavirus-bonus-psicologo/>

per interventi psicologici noi ne guadagnassimo (ad esempio per la depressione) 2 euro e mezzo. Insomma investire in psicologia per guadagnarci tutti in termini di benessere, salute e infine anche produttività. Cosa stiamo aspettando?

Newspaper metadata:

Source: Distribuzionemoderna.info	Author: Date: 2020/12/21
Country: Italy	Pages: -
Media: Internet	

Web source: <https://distribuzionemoderna.info/estero/il-covid-non-intacca-la-fiducia-nel-settore-alimentare>

Il Covid non intacca la fiducia nel settore alimentare

A livello internazionale la fiducia nella catena alimentare non si è persa durante la pandemia, specie perché, a dispetto della grande paura che, in molte nazioni, ha portato, al fenomeno degli accaparramenti, i prodotti, invece, sono sempre stati accessibili. Lo afferma la ricerca di Eit Food - European innovation and technology institute, organismo indipendente dell'Unione Europea – dal titolo 'Increasing consumer trust and support for the food supply chain and for food companies'. L'analisi ha coinvolto 2.363 persone - fra consumatori e attori della catena alimentare - in 6 Paesi: Finlandia, Israele, Italia, Polonia, Spagna, Regno Unito. Come ha spiegato la nostra équipe nazionale - coordinata da Anna Miglietta, del Dipartimento di Psicologia dell'Università di Torino - dai primi riscontri emerge proprio un diffuso apprezzamento per la capacità, mai interrotta, di fornire il cibo. Tuttavia "altri soggetti – si legge in una nota - interpretano le scene di panico da acquisto e accumulo di scorte alimentari come una mancanza di fiducia verso il sistema nel mantenere adeguati livelli di fornitura". In linea generale i consumatori di tutti i Paesi affermano di guardare con maggior favore al mondo dell'agricoltura e dell'allevamento e, soprattutto, ai piccoli produttori, locali e indipendenti. Lo stesso atteggiamento si rileva nei confronti dell'Horeca, dove il più alto grado di stima va alle micro-attività del proprio territorio. Ci sono anche una serie di azioni che gli intervistati vorrebbero che fossero intraprese per aumentare il grado di fiducia. I consumatori segnalano: la necessità di allevamenti animali che adottino alti standard di benessere; l'equità dei prezzi; l'etichettatura e tracciabilità dei prodotti; la tutela dell'ambiente. I risultati emersi in Italia - a partire da un questionario on-line sottoposto a 369 consumatori, 7 focus group con i consumatori stessi, un workshop con 14 rappresentanti del mondo aziendale, accademico e giornalistico, 5 interviste con esponenti del mondo industriale – dimostrano che il pubblico guarda con atteggiamento positivo, a fronte dell'incertezza e dei rischi derivanti dal virus, alle marche. Prevale, per conseguenza, l'acquisto di confezionati e surgelati, a discapito dei freschi. Non è tutto: se nel nostro Paese si osserva una netta fiducia negli enti regolatori e di consulenza della filiera agro-alimentare, si considera invece con sospetto la comunicazione, e, in particolare quelle pubblicità che coinvolgono chef rinomati, anche se l'intrattenimento gastronomico ottiene sempre più spazio sulle piattaforme televisive e sul web. Nonostante il successo delle marche, gli italiani credono che le aziende agro-alimentari facciano poco per garantire una reale trasparenza dei prodotti. Destano la maggiore attenzione due componenti della responsabilità sociale: il benessere degli animali e lo smaltimento dei rifiuti, sia industriali, sia domestici. Infine, sia tra le aziende, sia tra i consumatori intervistati, è diffusa la percezione che gli agricoltori siano i soggetti più vulnerabili della filiera agroalimentare.

Newspaper metadata:

Source: Repubblica.it	Author:
Country: Italy	Date: 2020/12/21
Media: Internet	Pages: -

Web source: https://torino.repubblica.it/cronaca/2020/12/21/news/una_petizione_perche_i_futuri_papa_possano_stare_vicino_alle_compagne_anche_dopo_il_parto_e_nel_pre-travaglio-279314277/?rss

Torino, la petizione del medico fresco di paternità: "Prima e dopo il parto non escludete i papà"

Un appello, ma anche una polemica sulle ragioni delle scelte, perché i neopapà possano assistere le loro mogli-compagne dopo il parto. Da un giovane medico, uno psicoterapeuta è partita l'iniziativa di organizzare una petizione pubblicata su Change.org perchè al Sant'Anna i futuri padri possano entrare in ospedale durante il travaglio iniziale e per l'intera degenza post-parto, mentre, da quando è partita la pandemia, è consentita la presenza ai papà soltanto nella fase del travaglio attivo e durante il parto. "Se fosse necessario un taglio cesareo - racconta - potrei invece solo aspettare in sala d'attesa per vedere fuggacemente mia moglie e mia figlia prima del trasferimento in reparto. Inoltre, se mia moglie fosse positiva al Covid, chi hanno detto che non potrei neppure entrare in ospedale, anche se fossi negativo". In Italia, sottolinea ancora il medico torinese citando studi ufficiali "solo il 51% delle donne (Covid positive) ha potuto essere accanto a una persone di sua scelta durante il travaglio o parto e il 54% dei neonati è potuto rimanere accanto alla mama. Di questi, il 27% ha praticato il contatto pelle a pelle. Il racconto del disagio prosegue: "Alcuni amici che hanno partorito al Sant'Anna durante la pandemia mi hanno inoltre raccontato di una situazione "infernale" in cui madri disperate non potevano far altro che chiamare, in lacrimine, i papà che le assistevano dall'altra parte dello schermo". L'interrogativo posto dal medico, che cita i documenti, è se tutto ciò sia supportato da esigenze scientifiche: "E' vero invece che queste scelte sembrano più dettate dalla paura che dalla cultura scientifica e da una medicina che si fa sempre più difensiva. Le linee guida dell'Istituto Superiore di Sanità emanate il 21 maggio sono molto chiare. Anche per le pazienti Covid positive, si legge "dev'essere garantita la presenza di una persona di propria scelta per tutta la durata del travaglio, il parto e durante la degenza a sostegno di una migliore esperienza della nascita documentata da evidenze. Una sola persona, asintomatica, può rimanere accanto alla donna durante il travaglio e il parto, tranne in caso di anestesia generale". E', inoltre, raccomandato dall'Iss sia il contatto pelle a pelle che l'allattamento per le donne covid positive. Analoghe indicazioni sono state emanate, inoltre, dalle principali società scientifiche italiane di ginecologia e ostetricia. E' un momento difficile per tutti, dice ancora: "Viviamo in un momento di estrema fragilità come società e tutta una serie di misure di contenimento dell'epidemia sono più che appropriate, ma facciamo attenzione a non superare una soglia sopra la quale i danni diventano fortemente maggiori dei benefici, ciò che Ivan Illich ha definito come "controproduttività". I segni di questi potenziali piccoli traumi non saranno forse molto visibili, ma sappiamo dalla psicologia che, sia per il bambino che per la madre, possono influenzare le traiettorie di un'esistenza intera, a fronte di un minimo rischio per tutti se venissero prese le precauzioni necessarie, DPI idonei, lavaggio mani, distanziamento ove possibile, anamnesi mirata e eventualmente tampone rapido antigenico ai partner. La richiesta è rivolta alla Regione e a tutti gli ospedali italiani che non sono in linea con le direttive dell'Iss: "Dovrebbero rivedere al più presto le loro procedure, in ragionevole sicurezza per tutti, in linea con le raccomandazioni dell'Istituto Superiore di Sanità e delle società scientifiche di ginecologia e ostetricia": "Facciamo nascere i nostri bambini nell'amore e non nel terrore! Per la salute di tutti... Ce ne saranno grati tutta la vita".

In farmacia per i bambini: raccolti oltre 220mila prodotti pediatrici

Nonostante l'emergenza economica e sociale aggravata dalla pandemia, grazie all'impegno degli oltre 4mila farmacisti che hanno aderito all'ottava edizione dell'iniziativa e alla generosità dei loro clienti, sono stati raccolti oltre 220mila prodotti pediatrici per 743 case famiglia ed enti benefici. Ciò ha permesso di aiutare oltre 40mila bambini in povertà sanitaria in Italia e all'ospedale pediatrico Saint Damien in Haiti L'ottava edizione di In farmacia per i bambini della Fondazione Francesca Rava N.P.H. Italia Onlus tenutasi dal 20 al 27 novembre si è conclusa con successo: nonostante si sia svolta in piena seconda ondata, con le limitazioni alla mobilità e il distanziamento imposto dalla pandemia, molte regioni dichiarate rosse pochi giorni prima, ha risposto concretamente alle richieste di aiuto da parte delle fasce più fragili di popolazione, ancora più numerose a seguito dell'emergenza sanitaria covid-19. Dal 20 novembre **Giornata Mondiale** dei diritti dell'infanzia) per una settimana, in 1988 farmacie su tutto il territorio nazionale e con donazioni in natura di Aziende amiche sono stati raccolti oltre 220.000 farmaci e prodotti baby-care (dato in progress) destinati ad aiutare 40.000 bambini in povertà sanitaria in Italia e all'ospedale pediatrico Saint Damien in Haiti. Oltre a farmacie e alimenti per l'infanzia, gran parte della raccolta, il 17%, è stata costituita da mascherine, saturimetri, gel disinfettanti e presidi di protezione covid, come richiesto dai beneficiari diretti, 743 Case famiglia, comunità per minori e mamma bambino, empori solidali ed Enti che aiutano le famiglie in difficoltà: più di 80 enti rispetto all'anno precedente, evidenziando l'aggravamento della situazione delle fasce fragili della popolazione. "Sono grata ai farmacisti e a tutti coloro che hanno partecipato a In farmacia per i bambini permettendoci anche in quest'anno così difficile di portare aiuto concreto a 40.000 bambini in tutta Italia" ha dichiarato Mariavittoria Rava Presidente della Fondazione Francesca Rava, che ha aggiunto "questa iniziativa non potrebbe realizzarsi senza una grande squadra di cui fanno parte oltre ai volontari e alle Istituzioni, anche tante aziende che hanno messo a disposizione i loro collaboratori con la formula del volontariato d'impresa di competenza, in remoto". Oltre 4.000 i farmacisti in prima linea in questa VIII edizione di In farmacia per i bambini. Indossando la pettorina dell'iniziativa, hanno sensibilizzato i clienti sui diritti dell'infanzia e invitato a contribuire alla raccolta, sostituendo i volontari della Fondazione ridotti in numero per la pandemia (quarantene, malattia, mancanza di spazi idonei nelle farmacie per ospitarli nel rispetto delle norme antiassembramento), presenti in ogni caso in più di 800 e con grande impegno su tutto il territorio nazionale. La pandemia non ha fermato il lavoro e la passione del volontariato aziendale, che si è realizzato con la presenza di dipendenti e collaboratori delle Aziende amiche nelle farmacie ma anche in remoto: più di 80 volontari dal Network KPMG in Italia, Lierac, Mellin e Nutricia si sono messi a disposizione in smart-working per l'elaborazione degli inventari, recall alle farmacie e analisi della raccolta dei medicinali. In farmacia per i bambini ha avuto come partner istituzionali Federfarma, Cosmofarma e FOFI. Al fianco della Fondazione, sempre presente il Network KPMG con cui l'iniziativa è nata nel 2013 e le Aziende amiche BNP Paribas, Chiesi, Mellin, Nutricia, Mylan- a Viatrix Company, Gruppo EcoEridania, Lierac, Silc-Trudi Babycare, Vim, BD Rowa. Hanno sostenuto la Campagna anche Fondazione Cariparma e Fondazione Carisbo. Hanno dato il Patrocinio del Comune di Verona, Regione Lombardia e Regione Piemonte. Con la partecipazione di Lloyds Farmacia. Il Gruppo Armando Testa si è unito pro bono a questa grande squadra firmando la campagna di comunicazione 2020. Nelle farmacie aderenti, sono stati distribuiti 300.000 pieghevoli sui diritti dell'infanzia, con una bellissima storia per bambini che, a causa del Covid-19 hanno trascorso un periodo di isolamento nel reparto di infettivologia pediatrica dell'Ospedale L. Sacco di Milano. Tra i diritti dell'infanzia, è stato ricordato il diritto alla vita, difeso e tutelato dal progetto nazionale contro l'abbandono neonatale ninna ho (www.ninnaho.org), realizzato in collaborazione con il Network KPMG in Italia. In Italia 1 bambino su 8 vive in povertà (dati Istat). All'emergenza sanitaria Covid-19 è anche seguita quella economica, "In Farmacia per i bambini" è quindi ancora più importante per portare aiuto concreto a migliaia di bambini e famiglie in difficoltà. Secondo la ricerca della Fondazione Francesca Rava in collaborazione con IRS presso gli enti beneficiari di In farmacia per i bambini, la raccolta copre il 50% dei loro bisogni farmaceutici e di prodotti baby-care annui. Le somme risparmiate vengono utilizzate nel 67% dei casi per l'acquisto di beni di prima necessità (cibo, materiale scolastico etc.) e il 22% in assistenza medica. Un'ulteriore ricerca condotta dalla Fondazione, presentata lo scorso settembre presso la Regione Lombardia alla presenza dell'infettivologo Prof. Massimo Galli dell'Ospedale Sacco e del Primario Pediatra Prof. Zuccotti dall'Ospedale Buzzi, ha evidenziato l'incremento delle necessità degli enti per l'acquisto di mascherine, gel disinfettanti, devices



Newspaper metadata:

Source: Vita.it
Country: Italy
Media: Internet

Author:
Date: 2020/12/21
Pages: -

Web source: <http://www.vita.it/it/article/2020/12/21/in-farmacia-per-i-bambini-raccolti-oltre-220mila-prodotti-pediatrici/157822/>

per l'homeschooling, in presenza di un calo delle entrate e dell''aumento dei costi dell''assistenza, anche per necessità di effettuare privatamente tamponi urgenti agli assistiti e agli educatori.

Newspaper metadata:

Source: La Repubblica

Country: Italy

Media: Printed

Author: Fiammetta

Cupellaro

Date: 2020/12/22

Pages: 29 -

Web source:

Sempre connessi ma così soli, ecco i ventenni del 2020

Colpiti dalla pandemia che ha tolto loro scuola, concerti, vita di gruppo, dimenticati dalla politica, vivono sotto controllo continuo: da una parte i genitori, dall'altra i professori. Sono i ragazzi che nel 2020 hanno compiuto 20 anni. Secondo gli esperti sono la generazione più segnata da questo tempo legato al Covid. La copertina di Salute (in edicola domani con la Repubblica e gli altri quotidiani del gruppo Gedi) è dedicata ai ventenni, privati dei riti di passaggio, così importanti per la crescita. Il professor Matteo Lancini, psicologo e psicoterapeuta docente alla Bocconi spiega come aiutarli: « Il Covid ha tolto ai ragazzi non solo i riti simbolici, ma le relazioni. Non hanno potuto attraversare questo momento di passaggio con i coetanei. Un problema, visto che da tempo non è più in mano agli adulti, ma agli amici». Abbiamo anche chiesto alla scrittrice Daria Bignardi, al compositore Giovanni Allevi, all'attrice Carolina Crescentini e al cantautore Francesco Gabbani di raccontarci i loro 20 anni. Aspettando un vaccino che libererà non solo i ragazzi, si discute sul piano del governo che, assicura, saranno vaccinati per primi gli anziani. Ma siamo sicuri sia l'idea giusta? L'immunità, ossia quanto dureranno gli anticorpi, è infatti l'altro grande tema su cui si concentrano le ricerche. Un vasto servizio di approfondimento per capire le possibili evoluzioni della pandemia e come ottimizzare le terapie. Siamo poi tornati sul tema dell'inquinamento e su come possiamo difenderci. Ancora, un viaggio nel futuro con il professor Idan Segev, dell'Università di Gerusalemme che ci porta a conoscere il progetto Blue Brain: la costruzione di un modello di cervello ad altissima risoluzione dove verranno riprodotte milioni di connessioni per capire le malattie neurologiche, ma anche la coscienza e le emozioni. La nutrizione gioca un ruolo fondamentale per il nostro sistema immunitario, per questo la Guida di Salute ospita un servizio sugli Omega3, i preziosi acidi grassi che fanno bene all'organismo. E sempre di alimentazione si parla nel servizio dedicato al Natale light: non castigiamoci a tavola, piuttosto puntiamo su strategie per contenere i danni. Sul sito di Salute, quattro esperti spiegano in video come fare.

Newspaper metadata:

Source: Iodonna.it

Author: Paola Medori

Country: Italy

Date: 2020/12/22

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.iodonna.it/spettacoli/tv/2020/12/22/piero-angela-compie-92-anni-superquark-figli-alberto-angela/>

Piero Angela compie 92 anni: «Penso a me stesso come a un giovanotto, almeno interiormente»

I successi con seguitissimi programmi sulla scienza e la cultura, ma soprattutto un grande affetto da parte del pubblico. Sempre in prima linea e con uno sguardo rivolto al futuro, si racconta tra passioni, musica jazz e timori per il Paese di Paola Medori Non sente i suoi primi 92 anni, Piero Angela. «Se sei curioso, creativo e ti interessi di diversi argomenti, allora stai bene. Funziono meglio adesso, rispetto a trenta anni fa». Il divulgatore scientifico, che ha fatto della conoscenza e della scienza i pilastri del suo lavoro e della sua carriera, è tornato su Rai Premium con Prepararsi al futuro, un nuovo programma rivolto ai giovani. L'entusiasmo e la grinta sono contagiosi come la sua ironia. Dosa le parole. E con affabile oratoria parla del figlio Alberto Angela, dei suoi cinque nipoti e dell'ossessione per la perfezione. Pronto a fare subito il vaccino, rivela quale geniale personaggio, che ha segnato la storia dell'umanità, sogna di incontrare. Leggi anche › Alberto Angela e il suo primo podcast: «racconto Cleopatra, la donna più moderna dell'antichità» Vita e carriera di Piero Angela, principe dei divulgatori scientifici sfoglia la gallery Oggi 22 dicembre 2020 compie 92 anni, come festeggerà e che regalo desidera? Ho i miei acciacchi, ma non avrei mai pensato di arrivare a questo traguardo. Sono tantissimi, per me un 92enne era un relitto umano (ride, ndr). Festeggerò a casa con mia moglie e da un caro amico ho ricevuto un regalo bellissimo: un tartufo che sto già mangiando, altrimenti va a male. Il cervello è un serbatoio che più lo riempi, più il suo spazio aumenta. Lei è la dimostrazione che avere una mente attiva è fondamentale. Avere un cervello che funziona ancora dipende da una buona circolazione del sangue senza strozzature. Ho avuto una doppia fortuna: buoni geni, glicemia e colesterolo bassi, e faccio un lavoro che amo. I libri che ho scritto sono 38, in campi tutti diversi: biologia, psicologia e spazio. Ho immagazzinato tante di quelle informazioni, memorie e nozioni, come dei lego utili per costruire idee nuove. Ma si augura di vivere fino a 120 anni? No, per carità! Tutte le macchine umane sono programmate per funzionare fino a una certa età. Ci sono anche delle eccezioni: persone che a 120 anni possono essere come me, ma la stragrande maggioranza ci arriva in condizioni fisiche e mentali terribili. Il Pianeta diventerebbe un lazzaretto. Praticamente un incubo. Leggi anche › Nobel per la Chimica a due donne, Charpentier e Doudna: «Possiamo lasciare un segno nella scienza» Alla Rai durante la presentazione della nuova stagione di "Superquark+", 5 Ottobre 2020. Biodiversità, lavoro, economia e intelligenza artificiale sono i grandi temi trattati in Prepararsi al futuro, il suo nuovo programma, in onda in seconda serata su Rai Premium, con protagonisti un gruppo di esperti a confronto con 400 universitari. In classe i programmi scolastici insegnano la storia, il greco e il latino. Si limitano a parlare del passato che è importante, ma bisogna capire il presente e possibilmente il futuro. S'insegnano le scienze, ma non la scienza, il suo metodo e il ruolo che ha avuto nel cambiamento del mondo moderno. Aiutato dal professor Francesco Profumo, ho progettato un ciclo di conferenze con personaggi stellari che hanno potuto dialogare con i ragazzi del Politecnico di Torino, dell'Università di Roma e di Trento. Sono la classe dirigente del futuro. Le nuove generazioni devono essere informate. Vivranno in un secolo complicato e devono essere preparati e soprattutto curiosi. Il Covid 19 ci ha dimostrato quanto la ricerca sia importantissima. Sta arrivando in Europa il vaccino che divide. Da uomo di scienza si vaccinerà? Certo, subito! La pandemia ha fatto morire tante persone, in modo atroce e private del conforto delle persone più care. Si tratta della salute. Il virus uccide. I vaccini sono stati realizzati da case farmaceutiche importanti, approvati dalle agenzie del farmaco. Tutti dovrebbero vaccinarsi. In passato mi sono occupato di pseudo medicina e i no vax rientrano in questa folle mentalità di pensare che sia io a decidere se prendere una medicina giusta oppure no. Ho fatto una battaglia contro l'omeopatia che mi è valsa denunce e processi da parte di medici omeopati. Leggi anche › Le foto dei figli di Alberto Angela mandano in visibilio il web 38 libri all'attivo e 11 lauree honoris causa. Dai dinosauri allo spazio profondo, passando per l'esplorazione del corpo umano, quale argomento l'ha maggiormente interessata? La vita e le opere di Leonardo da Vinci. Ha previsto il futuro e affrontato tante difficoltà. Tutte le macchine che ha ideato, e in parte realizzato come modelli, non potevano funzionare perché non aveva energia. Se oggi potessi incontrarlo, da buon divulgatore gli racconterei il progresso e quello che è successo in questi ultimi 500 anni. Gli mostrerei le tante invenzioni come il deltaplano: l'uomo che vola sotto l'Everest o attraverso il canale di Sicilia. E lui rimarrebbe a bocca aperta. Sta preparando anche la nuova stagione di Superquark, possiamo sperare di rivederla in coppia con suo figlio Alberto Angela? Abbiamo da tempo deciso di lavorare separatamente, proprio per evitare l'effetto del padre, del figlio e dello spirito santo (ride, ndr). Leggi anche › Alberto Angela torna in tv con "Meraviglie". Ecco 5 cose che (forse) non sapete sul celebre divulgatore Piero Angela con il figlio Alberto Angela. (Foto Ansa) Ad Alberto Angela muove delle critiche dopo aver visto un suo programma? Lo guardo sempre e poi lo chiamo. Generalmente gli faccio

Newspaper metadata:

Source: Iodonna.it

Author: Paola Medori

Country: Italy

Date: 2020/12/22

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.iodonna.it/spettacoli/tv/2020/12/22/piero-angela-compie-92-anni-superquark-figli-alberto-angela/>

i complimenti. È vero che per un padre “ogni scarrafone è bello a mamma sua” ma lui è veramente bravo, il vero scienziato di casa. E si vede dai risultati e dalla cura che mette in tutti i suoi programmi. Usa un linguaggio giusto: di immagini, parole e creatività. Bisogna osare, come feci io con i cartoni animati di Bruno Bozzetto per Quark. A proposito di famiglia e dialogo intergenerazionale, che tipo di nonno è con i suoi nipoti? Ho cinque nipoti. Tutti maschi, laureati e laureandi in materie scientifiche. Abbiamo un dialogo basato su conoscenze comuni. Non ci vediamo più di tanto, fanno la loro vita. Quando ci incontriamo, prevale la parte affettiva. Faccio il nonno e non ci mettiamo a fare i dibattiti, anche se con loro riesco a fare sempre dei discorsi interessanti perché sono dei curiosi. Che cosa legge Piero Angela? Leggo solo quello che m’interessa da un punto di vista professionale. Riviste e articoli di scienza, libri di divulgazione scientifica e poi scrivo tantissimo. È paralizzante. Non riesco a fare altro. Mi ritaglio mezz’ora di tempo, tra una lettura e l’altra, per dedicarmi alla musica jazz. La mia grande passione. Piero Angela durante la presentazione della nuova stagione di “Superquark+”. Guarda la televisione di oggi, segue qualche trasmissione e chi le piace? Non guardo i programmi di canzoni, come il Festival di Sanremo, i quiz, i varietà, le fiction e lo sport. Che cosa rimane? Mi appassionano i telefilm polizieschi. Adesso mi sto rivedendo tutte le puntate del Tenente Colombo. È molto divertente. Leggi anche › “Ulisse” ultima puntata: Alberto Angela alle prese con il regno di Camelot di J. F. Kennedy Ha mai paura? Sì, ogni tanto. In guerra ne avevo, ma ripensandoci neanche tanto. Sotto i bombardamenti ero abbastanza incosciente perché quando sei giovane, ti senti immortale. Oggi ho dei timori soprattutto per quanto riguarda il futuro del nostro paese. Appassionato di musica jazz, quando uscirà il suo disco? Ci sto lavorando ma non so ancora quando. Sono troppo autocritico. Ho solo una registrazione del mio passato, fatta a Torino nel '53. È un disco dove ero tecnicamente molto bravo. Oggi non posso permettermi di sfigurare troppo (ride, ndr). Soffre della sindrome del perfezionista? Sì perché nella vita bisogna sempre dare il meglio. Sono un perfezionista in tutto quello che faccio, anche quando scrivo. Cerco idee, approfondisco, mi impegno a trovare la battuta perfetta. Come nella musica non posso fare pezzi approssimativi. Alberto Angela, il re della divulgazione in tv sfoglia la gallery

Newspaper metadata:

Source: Investireoggi.it

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/22

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.investireoggi.it/fisco/nuove-offerte-lavoro-con-ferrovie-dello-stato-anche-per-diplomati/>

Nuove offerte lavoro con Ferrovie dello Stato anche per diplomati

Nuove offerte di lavoro con Ferrovie dello Stato che sta portando avanti il maxi piano di assunzione. di Chiara Lanari , pubblicato il 22 Dicembre 2020 alle ore 06:54 Nuove offerte di lavoro con Ferrovie dello Stato, che ha aperto nuove posizioni in Italia per diplomati e laureati. Di seguito una panoramica sulle figure ricercate. Trenitalia lavora con noi, nuove offerte di lavoro Ferrovie dello Stato, grazie ad un nuovo piano industriale, sta assumendo varie figure in Italia. Il maxi piano di assunzioni di Ferrovie dello Stato andrà avanti fino al 2023 e mira al reclutamento di più di mille figure. In questo momento, si cercano dei Progettisti Ambito Ricerca Bim a Roma, per cui si richiedono laureati in ingegneria o matematica o statistica con esperienza di almeno 3 anni, conoscenza del linguaggio di programmazione e implementazione di algoritmi di Machine Learning ma anche del pacchetto Office e livello base di BIM Authoring e R e/o Phyton. Si richiede anche la disponibilità a trasferte sul territorio nazionale. La candidatura va inviata entro il 28 dicembre. Si cerca anche un Progettista in telecomunicazioni a Roma, con laurea in ingegneria delle Telecomunicazioni, Ingegneria Elettronica o Elettrica, almeno 3 anni di esperienza e conoscenza delle telecomunicazioni fisse e le reti mobili ma anche di Microsoft Project e Autocad a livello base. Anche in questo caso si richiede la disponibilità a trasferimenti sul territorio. La candidatura scade il 31 dicembre. FS è anche a caccia di uno Specialista ricerca e selezione internazionale a Roma. La ricerca è rivolta a laureati in psicologia o sociologia o economia o giurisprudenza con almeno 3 anni di esperienza e conoscenza delle normative vigenti di base, oltre che della lingua inglese e abilitazione alla professione di psicologo o master in Risorse Umane. Gradite anche conoscenza di altre lingue straniere. Si cercano anche Esperti per Italferr Spa a Roma, per cui si richiedono laureati in ingegneria elettrica, elettronica, dei trasporti, delle telecomunicazioni, informatica, civile o meccanica e almeno 5 anni di esperienza oltre alla conoscenza della lingua inglese, di altre lingue e competenze informatiche. La scadenza per inviare la domanda è fissata al 3 gennaio 2021. Posizioni aperte anche per Operatori specializzati manutenzione rotabili a Milano, Roma e Torino, Macchinisti a Palermo e Pescara per cui si cercano diplomati a indirizzo tecnico ed età fino a 29 anni con residenza in Lazio, Piemonte, Lombardia, Sicilia e Abruzzo. FS sta anche cercando Operatore Specializzato manutenzione infrastruttura a Catanzaro, per cui la domanda scade il 4 gennaio 2021 e Credit Controller a Roma, per cui la scadenza è fissata al 29 gennaio e si cercano laureati in materie economiche. Come inviare la candidatura Gli interessati alle posizioni di Ferrovie dello Stato possono inviare la candidatura alla pagina lavora con noi di Ferrovie dello Stato. Vedi anche: Nuove offerte lavoro Amazon anche per diplomati

Bonus per casa e auto, incentivi per il piano vaccini: ecco le misure in Manovra

L'emergenza Covid è il filo rosso che lega almeno le modifiche principali che in una maratona lunga due giorni hanno approvato i deputati durante l'esame della manovra in commissione. Ed è così che sono state messe a punto e poi votate novità per le partite Iva e rinnovati gli incentivi auto o si è deciso di mettere sul tavolo aiuti per gli affitti, dai proprietari ai morosi incolpevoli e agli studenti fuori sede. Ma la maggior parte delle centinaia di modifiche è composto da micronorme: c'è posto per un finanziamento da 3 milioni per i corsi jazz come per 15 milioni per l'industria tessile di Biella. Auto elettriche, bonus 40% con Isee fino a 30 mila euro. Papà, 10 giorni congedo parentale. Sugar tax rinviata AUTONOMI, ANNO BIANCO E CIG Un miliardo per azzerare i contributi previdenziali per chi nel mondo delle partite Iva guadagna meno di 50 mila euro e ha registrato una perdita di fatturato del 33%. E un antipasto di quello che potrebbe essere un cambio di passo nel welfare italiano: anche gli autonomi infatti potranno chiedere la cig (la misura però vale solo sei mesi). L'occupazione è colpita duramente dalla pandemia e dunque sono tanti gli interventi che cercano di puntellarla. Ci sono i contratti di espansione, che ora riguarderanno le imprese oltre i 250 dipendenti, torna l'assegno di ricollocazione per chi è in Naspi. Ma anche aiuti ai lavoratori fragili: si potranno assentare dal lavoro fino al 28 febbraio. Spazio anche per gli esodati: per 2.400 scatta la nona salvaguardia. PIOGGIA DI BONUS PER LA CASA E L'AUTO Arriva la proroga della detrazione al 110% per i lavori di riqualificazione energetica con la formula «sei mesi, più sei mesi»: chi infatti avrà portato avanti i lavori potrà detrarre le spese sostenute dal prossimo giugno a dicembre 2022. Ma rispuntano anche gli incentivi per cambiare macchina: fino a 10 mila euro per chi compra green, fino a 3500 per chi vuole un Euro 6. Per i redditi più bassi c'è una spinta in più sul fronte dell'elettrico: in questo caso il tetto del bonus è al 40% della spesa. Asticella più alta anche per il bonus mobili: qui la soglia sale da 10 a 16 mila euro. New entry invece sono gli aiuti per chi vuole cambiare rubinetti e lavandini (1000 euro) e per chi mette i filtri per l'acqua potabile. 50 euro poi per cambiare occhiali se l'Isee è basso. Rifiutato anche il bonus da 50 euro per cambiare tv in vista del nuovo digitale. LOTTA AL COVID Passa per il piano vaccini la battaglia per sconfiggere il virus: verranno assunti 3 mila medici e 12 mila infermieri. Ma non solo. Vaccinazioni, siringhe e tamponi costeranno meno perché saranno senza Iva. 5 milioni invece servono per ridurre la carenza delle bombole di ossigeno mentre raddoppiano (4 milioni) i fondi per la cannabis terapeutica. TURISMO, DOTE DA 500 MILIONI È uno dei settori più colpiti dalla pandemia: alberghi, stabilimenti balneari, villaggi turistici, bed & breakfast, discoteche e night-club non dovranno andare alla cassa per la prima rata Imu. Ampliata la tax credit per agenzie di viaggio e tour operator e incrementata quella per le ristrutturazioni delle strutture ricettive. 100 milioni vanno anche a guide e bus turistici scoperti. Altri 500 milioni vanno a sostegno degli aeroporti: si vola poco e le difficoltà di chi lavora nel settore aumentano. Iva giù poi per il take away e per le consegne a domicilio. DONNE, MA ANCHE MAMME E PAPÀ Due milioni al reddito di libertà, per aiutare le donne vittime di violenza a costruirsi un percorso di autonomia, e altri 2 milioni per psicologi nelle carceri con l'obiettivo di rieducare gli autori dei reati in particolare sempre contro le donne. Ben più cospicuo il finanziamento per conciliare i tempi di lavoro e di cura delle mamme al rientro dal parto: sono 50 milioni nel 2021. Per i neopapà invece sale a 10 giorni la dote del congedo. VALANGA DI MICRONORME Centinaia di modifiche approvate dai deputati sono tagliate su realtà molto di settore. Si va da quasi 4 milioni per le celebrazioni degli 800 anni dei presepì ai 10 milioni per il sostegno alla filiera dei suini passando per 2 milioni per le cargo bike. Il finanziamento più piccolo è pari a 100 mila euro e servirà per il master in medicina termale. Ma 3 milioni vanno anche alle imprese di Albiano, 5 milioni alle città portuali e altrettanti al rimboschimento delle città. Ci sono poi l'unione cechi e quella sordi. A Taranto sarà possibile far nascere un'area marina protetta ma anche i cani randagi potranno contare su più rifugi. E anche se poco affine con materia di politica economica, i deputati hanno trovato spazio per la salvaguardia dei cristiani perseguitati e per il recupero delle targhe storiche. Ultimo aggiornamento: 21 Dicembre, 07:35

Newspaper metadata:

Source: Il Piccolo Trieste

Country: Italy

Media: Printed

Author: Fiammetta

Cupellaro

Date: 2020/12/22

Pages: 12 -

Web source:

Avere 20 anni nel pieno della pandemia L'epoca del lockdown vista dai giovani

Colpiti dalla pandemia che ha tolto loro scuola, concerti, vita di gruppo, dimenticati dalla politica, vivono sotto controllo continuo, da una parte i genitori, dall'altra i professori. Sono i ragazzi che nel 2020 hanno compiuto 20 anni: secondo gli esperti sono la generazione più segnata da questo tempo legato al Covid. La copertina del mensile Salute (in edicola domani con il nostro giornale e gli altri quotidiani del gruppo Gedi) è dedicata ai ventenni, privati dai riti di passaggio, così importanti per la crescita. Matteo Lancini, psicologo e psicoterapeuta, docente all'università Bocconi - intervistato da Valeria Pini - spiega come aiutarli a riprendere il filo dell'esistenza dopo questo lungo lockdown. «Il Covid ha tolto ai ragazzi non solo i riti simbolici, ma le relazioni. Non hanno potuto attraversare questo momento di passaggio con i coetanei. Un problema, visto che da tempo non è più in mano agli adulti, ma agli amici». Abbiamo chiesto alla scrittrice Daria Bignardi, al compositore Giovanni Allevi, all'attrice Carolina Crescentini e al cantautore Francesco Gabbani di raccontarci i loro 20 anni. Aspettando un vaccino che libererà non solo i ragazzi, si discute sul piano del governo che, assicura, saranno vaccinati per primi gli anziani. Ma è l'idea giusta? L'immunità, ossia quanto dureranno gli anticorpi contro Sars-CoV2, è l'altro grande tema su cui si concentrano le ricerche di virologi e immunologi. Un vasto servizio di approfondimento per capire le possibili evoluzioni della pandemia e come ottimizzare accanto ai vaccini, le terapie. Siamo poi tornati sul tema dell'inquinamento, delle sostanze tossiche che ogni giorno attanagliano le grandi città e come possiamo difenderci. Un viaggio nel futuro con il professor Idan Segev, dell'università di Gerusalemme che, a colloquio con Paola Emilia Cicerone, ci porta a conoscere il progetto Blue Brain: la costruzione di un modello di cervello ad altissima risoluzione dove verranno riprodotti milioni di connessioni. L'obiettivo: capire le malattie neurologiche, la coscienza e le emozioni. La nutrizione gioca un ruolo fondamentale per il corretto funzionamento del nostro sistema immunitario, per questo la Guida di Salute ospita un lungo servizio sugli Omega-3, i preziosi acidi grassi che fanno bene al nostro organismo: dal cervello in giù. Non ci sono cibi, farmaci o integratori magici, ma per i nutrizionisti un effetto protettivo l'hanno. Sempre di alimentazione si parla nel servizio dedicato al Natale light: non castigiamoci a tavola, ma puntiamo su strategie per contenere i danni e non farsi prendere dalla malinconia. Sul sito di Salute, quattro esperti spiegheranno in video come fare. E ancora. Un chirurgo tedesco, che opera a Pittsburgh e ha rimesso in piedi un campione come Ibrahimovic, consiglia come riprendersi dopo un intervento al legamento crociato e, soprattutto, come evitare un infortunio al ginocchio. Nella sezione Benessere si parla di yoga, cicloturismo, terme che restano aperte solo se presidi medici e di come quest'inverno si potrà riscoprire che la montagna non è solo sci. Ma può accoglierci anche per una passeggiata.

Newspaper metadata:

Source: Aboutpharma.com	Author:
Country: Italy	Date: 2020/12/22
Media: Internet	Pages: -

Web source: <https://www.aboutpharma.com/blog/2020/12/22/fare-cultura-sulla-gestione-del-dolore-a-360-limpegno-di-molteni-in-oncologia/>

Fare cultura sulla gestione del dolore a 360°: l'impegno di Molteni in oncologia

Aziende Fare cultura sulla gestione del dolore a 360°: l'impegno di Molteni in oncologia Assegnati i premi di ricerca banditi in collaborazione con l'Associazione italiana di oncologia medica sul tema "Management of cancer pain". Durante il congresso nazionale Aiom, è stato fatto il punto su come riconoscere e trattare in maniera appropriata il dolore di base, il BTcP e la costipazione indotta da oppioidi (OIC). *IN COLLABORAZIONE CON MOLTENI di Redazione Aboutpharma Online 22 Dicembre 2020 L'impegno di Molteni in oncologia non si attenua neanche quando l'attenzione sembra così focalizzata sulla pandemia, anzi si rafforza ulteriormente. A testimoniare la continuità dell'impegno dell'azienda sono stati appena assegnati i premi di ricerca banditi da Molteni Farmaceutici e dall'Associazione italiana di oncologia medica (Aiom) sul tema "Management of cancer pain". L'iniziativa, giunta quest'anno alla quinta edizione e rivolta a medici, infermieri professionali e **psicologi**, è stata celebrata il 1 novembre scorso all'interno del XXII congresso nazionale dell'Aiom svoltosi in modalità virtuale. "La nostra azienda – spiega Francesca Romana Imbrighi, Corporate Commercial & Medical General Manager Molteni – è da diversi anni partner di Aiom nel favorire la crescita delle conoscenze sulla patologia tumorale, in particolare rispetto al dolore oncologico e al BreakThrough cancer Pain (BTcP). Investire in quest'area per noi è fondamentale, nella convinzione che facendo cultura si possa contribuire alla gestione a 360° dei pazienti oncologici e ottenere valore aggiunto per tutti. Il premio per noi di Molteni è diventato ormai una tradizione. Speriamo davvero che dal prossimo anno si possa tornare a consegnare i premi personalmente, per valorizzare appieno il lavoro dei ricercatori in quest'area così rilevante dell'oncologia". Il focus sul dolore Proprio di ottimizzazione della terapia nella gestione a 360° del dolore nel paziente oncologico si è parlato nel simposio satellite moderato da Carmine Pinto, direttore della struttura Complessa di Oncologia dell'IRCCS Santa Maria Nuova di Reggio Emilia, durante il quale si è discusso della difficoltà di mettere in pratica le linee guida per la gestione dell'OIC (Opioid Induced Constipation) come parte integrante del management del dolore. Inoltre si è fatto il punto su come riconoscere e trattare in maniera appropriata il dolore di base e il BreakThrough cancer Pain. In particolare, è emerso che un'adeguata gestione del dolore attraverso un appropriato uso dei farmaci oppiacei possa incidere in modo benefico sulla qualità di vita del paziente oncologico consentendo anche una maggiore aderenza alle terapie antitumorali. Il miglioramento della qualità di vita dei pazienti attraverso una gestione integrata del dolore e dell'OIC è uno degli obiettivi fondamentali dell'azienda in ambito oncologico. Cos'è il BreakThrough cancer Pain Il BTcP, definito anche Dolore Episodico Intenso (DEI), è un'esacerbazione transitoria del dolore (di durata generalmente breve, da 30 a 60 minuti in media) di intensità moderata-elevata che può condizionare pesantemente l'esperienza della malattia. Può insorgere spontaneamente o in seguito ad un fattore scatenante con una frequenza media di circa 2 – 3 episodi al giorno, in pazienti oncologici con dolore di base stabile e ben controllato nell'arco della giornata. Si tratta di una condizione clinica comune che si evidenzia in molteplici complicazioni fisiche, psicologiche e sociali tutte associate ad un peggioramento della qualità di vita dei pazienti e comporta un maggiore utilizzo di servizi di assistenza sanitaria e sociale. Si stima che sia presente nel 39% dei pazienti ambulatoriali e nell'80% dei pazienti ospedalizzati. Il controllo del BTcP gioca un ruolo fondamentale nel migliorare la qualità di vita dei pazienti oncologici e i Patient reported outcomes (Pro) stanno acquisendo un ruolo sempre maggiore nella valutazione della terapia, come avviene in diverse aree terapeutiche. Premio a chi studia la qualità di vita dei pazienti A questo proposito è molto significativo che il primo premio sia andato alla dottoressa Chiara Baratelli dell'Azienda ospedaliera universitaria San Luigi Gonzaga/Ospedale Mauriziano Umberto I di Orbassano (Torino) proprio per un lavoro dedicato all'impatto sulla qualità di vita dei pazienti oncologici ambulatoriali misurata con i Patient reported outcome (titolo "Impact of adoption of patient-reported outcomes in clinical practice on the accuracy of pain reporting in medical records of cancer patients"). Gli altri riconoscimenti Anche il secondo premio è andato a uno studio incentrato sui Pro ed in particolare è stato attribuito alla dottoressa Silvia Riva della St Mary's University di Twickenham (Londra) per lo studio intitolato "Development and validation of the Patient Reported Outcome for Fighting Financial Toxicity (PROFFIT) instrument in cancer care in Italy". Terzo classificato è il dottor Luigi Celio della Fondazione IRCCS-Istituto Nazionale dei Tumori di Milano per uno studio sull'impiego del desametasone in prevenzione di nausea e vomito nella chemioterapia (titolo "Is the dexamethasone (DEX)-sparing strategy ready for cisplatin? Results of a phase III, controlled, non-inferiority trial of two simplified DEX-sparing regimens including NEPA for the prevention of chemotherapy-induced nausea and vomiting"). Come ogni anno, i premi vogliono stimolare il continuo aggiornamento dei vincitori: il premio al primo classificato consiste infatti nell'iscrizione al congresso ASCO

Newspaper metadata:

Source: Aboutpharma.com

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/22

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.aboutpharma.com/blog/2020/12/22/fare-cultura-sulla-gestione-del-dolore-a-360-limpegno-di-molteni-in-oncologia/>

2021 per medici e nell'iscrizione al congresso AIOM per l'anno in corso per infermieri e **psicologi**. Al secondo e terzo classificato è offerta invece l'iscrizione al congresso ESMO 2021 (medici) e al congresso AIOM anno in corso (infermieri e **psicologi**). In collaborazione con Molteni - BTcP - Carmine Pinto - Chiara Baratelli - Dolore - Luigi Celio - Molteni - oncologia - Premi ricerca - Silvia Riva -

Covid e oncologia. Senza la Rete oncologica le Unità operative hanno accusato maggiormente l'impatto pandemico

Al centro dell'attenzione del terzo tavolo interregionale sulla presa in carico del paziente oncologico, le conseguenze future dei mancati screening, le problematiche del personale dirottato in altri servizi e la (instancabile) resilienza di un settore che fa il possibile e l'impossibile per non mollare la presa sui pazienti. 22 DIC - La Pandemia ha certamente influito sul mondo dell'oncologia, e principalmente su tre tipologie di utenza. Un primo problema è quello derivato dalla sospensione per almeno due mesi, nel corso della prima ondata, sul territorio nazionale dell'attività di screening oncologico. Questo significa un ritardo di diagnosi di tumore i cui effetti saranno verificato nel tempo. È vero anche che gli screening, un momento fondamentale in oncologia poiché l'anticipazione diagnostica è ancora oggi uno dei principali fattori di prognosi, portano ad una diagnosi di tumore la cui quantificazione dipende dal numero degli screening stessi e varia molto a seconda delle diverse performance regionali in questo campo. La maggior parte dei casi di tumore vengono invece identificati quando, a partire da alcuni sintomi, si ritiene opportuno approfondire con indagini diagnostiche, prevalentemente ospedaliere, per arrivare a una diagnosi. Nel periodo del lockdown, quindi, si è verificato un ridottissimo accesso all'ospedale e all'attività diagnostica sia per motivi oggettivi dovuti alla difficoltà di differenziazione dei percorsi e disponibilità di risorse umane e tecnologiche, sia per la paura dei pazienti ad avvicinarsi alle strutture. Il futuro porterà evidenza del maggior carico di un numero di casi non screenati e da altri casi che arriveranno a una diagnosi in fase più avanzata di malattia. Poi c'è il terzo gruppo di pazienti, quelli oncologici già in carico alle strutture, dove avrebbero dovuto fare trattamenti chemioterapici, terapie chirurgiche, trattamenti radioterapici o, semplicemente, visite di controllo o di follow-up. E per fortuna, su questa tipologia di pazienti, in linea di massima c'è stata una forte tenuta della presa in carico. Questo l'assunto di base che ha guidato la discussione del terzo Tavolo interregionale di Confronto sulla presa in carico del paziente oncologico ai tempi del Covid a cui hanno partecipato i rappresentanti di Marche, Lazio, Abruzzo e Toscana. All'incontro online, organizzato da Quotidiano Sanità con il supporto incondizionato di MSD e la direzione scientifica dell'Associazione Periplo hanno partecipato per la Toscana Mauro Iannopolo, Oncologia medica Pistoia e Maria Teresa Mechi, Responsabile Qualità Servizi e Reti cliniche della Regione; per il Lazio Giuseppe Spiga, Responsabile reti cliniche della Regione, Sara Farchi, Epidemiologa del medesimo ufficio regionale e Paolo Marchetti, Direttore UOC Oncologia Sant'Andrea e Domenico Corsi, Direttore Uoc Oncologia Fatebenefratelli Isola Tiberina e Rappresentante di Aiom Lazio; per la Regione Abruzzo il Direttore generale della Salute Claudio D'Amario; per le Marche Rossana Berardi, Ordinario di Oncologia Medica presso l'Università Politecnica delle Marche e Direttore della Clinica Oncologica Ospedali Riuniti di Ancona. In qualità di referenti per la prospettiva nazionale di confronto Francesco Saverio Mennini, Docente di Economia Sanitaria a Tor Vergata, neo eletto Presidente della Società italiana di health technology assessment (Sihta) e Gianni Amunni, Vice Presidente Periplo e DG Istituto per lo studio, la prevenzione e la rete oncologica della Toscana. A Gianni Amunni il compito di inquadrare la problematica dal punto di vista generale: "Le Regioni si sono mosse pressoché tutte per garantire il percorso oncologico e la presa in carico del paziente oncologico. In linea generale sono state implementate tutta una serie di attività fortemente spinte dalla situazione emergenziale, quindi con caratteristiche di sperimentazione sul campo, che hanno comunque consentito di mantenere il contatto con il paziente oncologico. Iniziative in parte derivanti da un maggior utilizzo della telemedicina, ma non solo. Si pensi alla gestione di alcune visite di controllo a livello territoriale o alla domiciliazione di alcune terapie. Iniziative, secondo Amunni "che sono servite da un lato a cercare di mantenere il rapporto tra curante e paziente ma dall'altro hanno messo in moto una profonda accelerazione di un processo che ormai da qualche anno iniziava ad avere una sua evidenza e cioè quello di incominciare a ripensare l'oncologia in un'ottica di una più forte integrazione tra ospedale e territorio". La risposta non è stata la stessa in tutte le Regioni e questo fenomeno è risultato evidente anche nelle regioni del Centro Italia intervenute al confronto. Tempi di reazione e governance dei rapporti tra territorio e strutture ospedaliere, infatti, sono dipese molto dal livello di strutturazione che ciascuna regione è riuscita a consolidare per la propria rete oncologica fino al momento in cui la pandemia ha impattato così fortemente sui servizi sanitari. In Toscana il riferimento resta il Chronic Care Model In Toscana, ha quindi esordito Maria Teresa Mechi, Responsabile Qualità Servizi e Reti cliniche della Regione: "abbiamo cercato di tenere quanto più possibile alta la tensione sui percorsi oncologici per cui nel corso della prima fase dell'epidemia sono state emanate delle indicazioni con atti

Web source: http://www.quotidianosanita.it/scienza-e-farmaci/articolo.php?articolo_id=91111

precisi della giunta che hanno consentito alle aziende di avere in qualche modo un'indicazione certa su quelle che potevano essere i margini di attività che potevano essere momentaneamente accantonate ma con un richiamo forte per quanto riguarda i pazienti oncologici a garantire, seppure con modalità differenti, continuità nell'assistenza. Sicuramente alcune attività, e questo è stato inevitabile, anche in Toscana, hanno avuto un rallentamento però se prendiamo solo come proxy di quello che è stata la capacità di tenuta del sistema, per esempio la chirurgia oncologica non è stata ridotta in maniera sostanziale". Questa seconda fase dell'epidemia Covid, ha aggiunto Mechi "non ci ha accolto così impreparati come la prima e pertanto l'incremento consistente di ricoveri Covid si è accompagnato a un mantenimento dei ricoveri per i pazienti non Covid. Da questa esperienza abbiamo tratto molti spunti e anche molti elementi per dare una spinta forte all'innovazione organizzativa all'interno dei nostri sistemi. Tutto quello che sembrava un sogno o comunque un qualcosa di sicuramente condiviso e anche auspicabile ma così lontano nella sua possibilità di essere realizzato, ha trovato un'accelerazione fortissima nei tempi di realizzazione. Quindi – prosegue Mechi – le modalità alternative, soprattutto per quanto riguarda gli accessi ambulatoriali, hanno costituito un terreno di prova importante per tutto quello che è ormai riconducibile all'e-health e quindi non soltanto le televisite il teleconsulto ma anche la possibilità di monitorare i pazienti al proprio domicilio". Mechi si poi detta convinta bisognerebbe smettere di continuare a parlare di ospedale e di territorio "perché questo fa parte del nostro passato e di un'epoca storica nella quale l'affermazione delle risposte alternative all'ospedale necessitava di un contesto che fosse favorevole e realistico per la sua affermazione come principio di organizzazione dei sistemi sanitari. A lungo andare questo rimarcare una differenziazione con risorse dedicate ha scavato veramente una distanza che è sempre più difficile secondo me colmare solamente con i coordinamenti piuttosto che integrazioni. Il paziente – ha quindi sottolineato con forza – è un unico paziente attorno al quale ruotano tutte le competenze che il sistema è in grado di mettere a disposizione. La logica dei percorsi di presa in carico e cura del paziente, anche di quello oncologico, nelle sue diverse fasi di rapporto con la malattia, è il concetto guida al quale riferirsi ed è anche uno degli elementi fondamentali con i quali si stanno declinando le reti per patologia all'interno della rete oncologica".

La rete oncologica regionale toscana, evidenzia ancora Mechi, "non ha una funzione solo di coordinamento tecnico-professionale fatto dagli esperti e dalle figure competenti ma è un'organizzazione con delle figure chiave da un punto di vista gestionale, che alimentano e gestiscono livelli organizzativi interaziendali. Si tratta proprio di una dimensione meta-aziendale che consente di poter riunire, all'interno di una rete per patologia, le modalità con cui tutti i protagonisti sono chiamati a interagire avendo un unico riferimento concettuale e organizzativo. Di qui il forte orientamento della Regione al Chronic Care Model come un elemento assolutamente valido e attuale in termini di modello di riferimento, anche per l'oncologia". L'oncologia toscana, ha quindi confermato Mauro Iannopolo "in virtù del consolidamento della propria Rete Oncologica, ha retto ed è stata capace di dialogare con il territorio in maniera a tratti ancora artigianale ma in realtà molto efficace. Abbiamo operato sostanzialmente in maniera proattiva, cercando di praticare una medicina d'iniziativa. Per questo abbiamo contattato i nostri pazienti più spesso più di quanto avremmo fatto in un'epoca non Covid per sapere cosa stava accadendo a casa del paziente, per capire qual era, momento per momento, il rischio che poteva correre nel fare una scelta piuttosto che un'altra. Capire cosa poteva succedere – prosegue – anche con una semplice febbre in epoca Covid poteva diventare un qualcosa d'impegnativo. Ma non solo la febbre del paziente, anche sapere se in famiglia c'era un figlio, un nipote una moglie con una febbre presunta Covid rendeva molto difficile emotivamente sia per il paziente sia per il medico fare delle scelte". E poi la forte consapevolezza, ha aggiunto, Iannopolo: "che l'oncologia è una disciplina trasversale a tutti i reparti ospedalieri ma anche a tutta la problematica sanitaria, quindi anche al territorio. Questo però significa la necessità di una rielaborazione dell'oncologia medica che deve decidere se vuole essere solo terapeutica o vuole anche essere protagonista in termini di coordinamento di tutto il processo assistenziale del paziente con tumore. Passare da una strutturazione di funzione a strutturazione di processi è probabilmente la strada migliore per avere efficienza e sostenibilità di sistema". In Abruzzo oncologi e specialisti nelle USCA L'esperienza della Regione Abruzzo raccontata dal Dg Salute, Caudio D'Amario, non poteva non considerare quale punto di partenza proprio l'effetto che la Pandemia ha avuto sul sistema. "La prima considerazione che vorrei fare" ha sottolineato D'Amario "è che probabilmente c'eravamo dimenticati delle vere malattie infettive. Negli ultimi venti anni le malattie infettive ci hanno preoccupato fino a un certo punto, anche perché quella più prevalente in questi ultimi venti anni, l'Hiv, ha ormai assunto più un pattern di malattia cronica per il successo delle terapie e quindi, in un certo senso, avevamo perso la memoria di quello può essere l'impatto di una malattia infettiva che coinvolge così violentemente i sistemi sanitari.

Web source: http://www.quotidianosanita.it/scienza-e-farmaci/articolo.php?articolo_id=91111

Devastante dal punto di vista economico oltre che sanitario e quello che stiamo perdendo come PIL – ha aggiunto D’Amario – lo stiamo perdendo anche in salute perché. è inutile negarlo, in tutte le attività. questa pandemia ha portato una qualche sospensione. Nella nostra Regione, in cui sono arrivati circa sei mesi fa, abbiamo un piano di recupero di almeno il 40% delle attività ambulatoriali nel 2020 e di oltre il 50% della chirurgia oncologica programmata. Quindi, c’è stato un impatto devastante dal punto di vista dell’assistenza ospedaliera e ambulatoriale”. Telemedicina come la DAD: integrativa e mai sostitutiva “Qualcosa è andata meglio sul discorso domiciliare, utilizzando anche supporti di telemedicina ha poi aggiunto D’Amario: “ma sappiamo tutti che la telemedicina è un po’ come la didattica a distanza, non può essere sostitutiva dell’assistenza ma integrativa. Quello che doveva essere l’anno del rilancio dell’oncologia a 360 gradi con uno strumento, il nuovo Piano nazionale che è all’attenzione della conferenza Stato-Regioni, ha subito una sostanziale battuta d’arresto”. Per la prima volta, ha spiegato ancora D’Amario “avremmo avuto uno strumento che andava a ridisegnare le linee guida nazionali dagli screening fino alle cure palliative, perché quando parliamo di oncologia dobbiamo parlare di tutti i setting assistenziali che vengono interessati. Non possiamo parlare solo di quello ospedaliero o di quello domiciliare, soprattutto se vogliamo traguardare il tutto attraverso il concetto di rete. Il nuovo Piano Nazionale avrebbe inciso sui temi della genomica, tutta la parte che riguardava le mutazioni spontanee e sull’anticipazione degli screening per familiarità, insomma, eravamo veramente a un passo del famoso salto di qualità dell’oncologia nazionale. Tutto questo si è fermato proprio perché il Covid non soltanto ha bloccato le attività ma ha assorbito risorse in un modo straordinario”. Oggi, secondo Il Dg, la preoccupazione delle farmacie ospedaliere è prevalentemente rivolta a dispositivi, reagenti e vaccini: “Sembra quasi che l’unico problema sia questo e purtroppo ci siamo dimenticati che le malattie trasmissibili rappresentano una piccola parte del tutto. Ci si preoccupa ogni giorno di dire quante persone sono morte per il Covid ma confesso che non mi dispiacerebbe se l’Istituto superiore di sanità ogni giorno elencasse il numero delle persone che muoiono per malattie croniche, per tumore, per le patologie cardiovascolari. Servirebbe anche per riportare un minimo di equilibrio nell’approccio mediatico alle patologie che rappresentano ancora la prima causa di mortalità nel nostro Paese. Penso siano elementi di riflessione importanti – ha aggiunto – perché altrimenti parlare solo di quella che può essere la resilienza dell’oncologia non ci porterebbe a una visione più lungimirante su quello che rimarrà dopo il Covid. A cominciare proprio dalla necessità di tornare a pensare (e investire) sulle reti che negli ultimi anni abbiamo dimenticato”. A giudizio del DG della Regione Abruzzo “la sanità pubblica ha distrutto le reti di diagnostica di laboratorio, per esempio, pensando che questo settore potesse rappresentare solamente un costo e non un investimento in termini di medicina preventiva e predittiva, ed oggi constatiamo che la maggior parte di questa pandemia si è giocata sulla diagnostica. Quindi, la prima cosa che dovrà ripartire dopo il Covid è la rete di diagnostica al servizio di tutte le malattie croniche, ivi comprese le malattie oncologiche. Il secondo elemento è l’assistenza territoriale in continuità con l’ospedale. Le Usca, Unità Speciali di Cura territoriale (lo stiamo anche deliberando con le attività di giunta e di programmazione) saranno la struttura portante della continuità assistenziale. All’interno di questi gruppi una volta che finirà la pandemia ci dovranno essere anche gli specialisti e tra questi gli oncologi territoriali oltre che gli **psicologi**, perché se vogliamo parlare di assistenza domiciliare oncologica, non può essere solamente di tipo infermieristico. Discorso a parte meritano gli screening. Chi ha investito solo in super ospedali tralasciando la prevenzione abbiamo visto che non ce la può fare. Dobbiamo affrontare il problema degli screening nazionali oncologici non solo in termini di obiettivi Lea ma persino in termini di obbligatorietà”. Lo screening oncologico è un servizio che viene offerto gratuitamente ai cittadini italiani però questa risorsa, ha quindi spiegato D’Amario “è utilizzata, quando va bene e soprattutto a certe latitudini, al massimo dal 25-30% delle persone a cui è rivolto. Il che significa che abbiamo circa il 70% di “strategia preventiva” che ha un costo ma è sottoutilizzata. Sappiamo quale differenza c’è fra un polipo del colon in primo stadio e una situazione invece avanzata di un cancro del colon. Dobbiamo quindi tornare indietro per rimettere l’attenzione sull’utilità dei dipartimenti di prevenzione non solo in campo vaccinale”. Il ruolo del livello nazionale L’esperienza di D’Amario come DG della Prevenzione del Ministero della Salute ha quindi portato il discorso sull’opportunità o meno di ipotizzare se la centralizzazione di alcune istanze, o quantomeno un’azione propulsiva del livello nazionale, velocizzerebbe alcuni processi organizzativi fondamentali, come la costruzione di una rete oncologica, o se tale progettualità è bene che rimanga solo ed esclusivamente appannaggio dell’iniziativa regionale. “La cosiddetta devoluzione – ha risposto D’Amario – non mi ha mai appassionato più di tanto. Sicuramente la parte più prettamente assistenziale è materia regionale e con essa la gestione delle aziende ospedaliere e sanitarie nelle loro diverse articolazioni. Ma la grande programmazione, le grandi strategie, lo abbiamo visto anche nel fronteggiare questa pandemia, devono essere gestite

Web source: http://www.quotidianosanita.it/scienza-e-farmaci/articolo.php?articolo_id=91111

in maniera molto più forte e a livello nazionale soprattutto per garantire equità dell'offerta e dell'accesso". Un esempio su tutti, ha esemplificato: "Assistiamo ormai da circa vent'anni al fenomeno della mobilità interregionale. Se la si legge dal punto di vista del paziente non è altro che un forte disagio per poichè non riesce a curarsi nella realtà in cui vive, mentre per la regione che accoglie rappresenta un'occasione di finanziamento accessorio da parte di altre Regioni. Questa dinamica però, negli ultimi vent'anni ha fortemente depauperato il finanziamento per il rilancio e la crescita di alcune Regioni che, esportando pazienti e delegando ad altre la loro cura, hanno di fatto abbandonato l'idea di poter investire per il rilancio". Il boomerang della mobilità passiva Se alcune Regioni avessero avuto nelle loro disponibilità almeno il 50% del budget speso in mobilità extraregionale per investire in strutture, secondo D'Amario "avrebbero sicuramente evitato queste grandi fughe che non sono solo di pazienti ma anche di professionisti. Quando cominciano a depauperarsi alcune discipline importanti come l'ortopedia o la cardiocirurgia, scappano anche i professionisti. E una nazione che su queste cose, piuttosto che osservare e guardare alla possibilità di fare accordi di confine, non agisce, è perdente. Ho preparato personalmente oltre trenta accordi di confine quando ero Commissario di Governo in alcune realtà del centro-sud, ma nessuna Regione aveva interesse a siglare un accordo di confine che li portava a una riduzione della mobilità attiva e a un aumento del potere di controllo sulle prestazioni erogate. Il che significa – ha concluso D'Amario – che su alcune cose lo Stato deve fare da garante per i cittadini, cioè far sì che ogni Regione abbia almeno quel minimo di dotazioni essenziali per le tre reti fondamentali del cardiovascolare, della pediatria e, naturalmente, dell'oncologia". Nel Lazio chirurgia e UO in sofferenza Nel Lazio, a giudizio del Coordinatore Aiom Domenico Corsi "la situazione è ancora di grande emergenza per l'oncologia. Come AIOM Lazio abbiamo realizzato una survey che ha coinvolto tutte le oncologie della Regione (30) a cui hanno risposto in 24. Di questi 24 centri, 18 erano in ospedali Covid e di 24 oncologie 4 erano state costrette a chiudere per far posto a dei letti Covid, 5 si sono dovute spostare e 10 hanno ridotto il numero dei loro posti letto. I day hospital non hanno subito grandi alterazioni in questo periodo e l'attività ambulatoriale è rimasta pressochè identica, in questa seconda ondata, a differenza di quanto successo nel corso del primo lockdown. L'attività chirurgica ha subito in 11 casi una riduzione dell'attività e in due casi una completa interruzione. Quindi in oltre il 50% dei casi, la chirurgia oncologica o si è ridotta o è stata completamente sospesa. E paradossalmente queste criticità sono molto più consistenti adesso che non nel periodo di marzo/aprile quando siamo stati toccati più marginalmente dall'epidemia. Questi momenti molto duri ci hanno però insegnato un po' a rimodulare la nostra attività, a riorganizzare le terapie, privilegiando dove possibile le terapie orali per esempio, e a gestire le stesse anche con la telemedicina". Un altro elemento importante è quello di dover organizzare meglio l'attività ambulatoriale appoggiandosi al territorio, ha sottolineato Corsi, che ha aggiunto: "Devo dire però che queste risorse del territorio sono molto variabili in funzione non solo della Regione ma anche in funzione della località all'interno della stessa Regione. Per fare un esempio, in una grande città come Roma avere un contatto diretto e costante con i medici di medicina generale per coinvolgerli nella gestione del paziente oncologico è una realtà estremamente problematica. Come Aiom Lazio – prosegue Corsi – avevamo cercato di avviare un percorso di condivisione del follow-up con i medici di famiglia attraverso le loro associazioni rappresentative ma nel momento in cui avevamo condiviso e risolto tutti gli aspetti organizzativi e predisposto una serie di azioni ad hoc, c'è stata l'emergenza pandemica che in qualche modo ha interrotto questo dialogo che è fondamentale al pari delle strutture territoriali oncologiche". Certamente la Regione Lazio paga lo scotto di non avere una rete oncologica e, di fatto, l'assenza di una rete oncologica ha creato una grande confusione perché inizialmente non si sapeva effettivamente che cosa fare. "Avevamo disposizioni contrastanti su cui Aiom con l'apporto di diversi coordinatori ha dato delle indicazioni abbastanza chiare sin dall'inizio del mese di marzo dando – ha specificato Corsi – delle direttive in termini di gestione di pazienti, definendo che cosa fare in termini di attività ambulatoriale, rimandando tutto quello che era possibile rimandare ma non lasciando nulla in termini di rinunce di prime visite e in termini di rinunce di gestioni terapeutiche. Come detto sono state "switchate" un po' di terapie sui trattamenti orali e la raccomandazione è stata anche quella di evitare trattamenti inutili considerando che a volte le terze, le quarte, le quinte linee di terapia vengono fatte senza alcuna evidenza scientifica e con enorme dispendio di risorse. Probabilmente l'emergenza ha fatto sì che forse alcune di queste terapie inutili siano state in qualche modo tagliate e questo penso possa essere un insegnamento per il futuro, poichè quello che è necessario effettivamente fare deve essere quello che ha evidenza da un punto di vista scientifico. L'indicazione forte di Aiom – ha aggiunto – per far sì che le unità dei medici occupate nei reparti Covid, in mancanza delle indicazioni di una rete oncologica, fossero distinte da quelle che si occupavano di pazienti oncologici, ovviamente per evitare ogni possibilità che il virus in qualche modo venisse entrasse all'interno

Web source: http://www.quotidianosanita.it/scienza-e-farmaci/articolo.php?articolo_id=91111

dei nostri reparti da chi era costretto a lavorare altrove, una volta diffuso alle nostre amministrazioni ha fatto sì che alcune cose cambiassero fino a far tornare alcune unità operative di oncologia tali a come dovevano essere e alcuni oncologi sono tornati a occuparsi esclusivamente dei pazienti oncologici”. Questo sul fronte organizzativo, ma dal punto di vista clinico l’allarme, se possibile, è ancora più accentuato. “Da un punto di vista medico e chirurgico – ha concluso Corsi – già oggi affrontiamo situazioni che vedevamo venti o trent’anni fa. Abbiamo dei pazienti che accedono all’ospedale nei reparti di oncologia oramai quasi esclusivamente attraverso il Pronto Soccorso, in situazioni di malattia molto avanzata dove anche l’effetto delle cure non sarà quello che avremmo potuto auspicare in una situazione, diciamo, normale. I dati relativamente all’effetto della pandemia in questi termini e all’impatto sulla mortalità dei pazienti non li avremo subito, ma li avremo”. Un differente punto di vista viene è stato quindi proposto da Paolo Marchetti, Direttore dell’Oncologia del Sant’Andrea secondo cui, sebbene non esista nel Lazio una Rete oncologica omnicomprensiva strutturata come in altre regioni. “Si è lavorato molto sulla gestione della rete del cancro della mammella, del cancro del colon retto, del tumore della prostata, dei tumori del polmone – ha sottolineato Marchetti – quello che ritengo un punto in questo momento fondamentale è la necessità di risorse specifiche in termini di personale per ampliare l’attività di connessione con il territorio. Abbiamo bisogno di riuscire a portare al domicilio dei pazienti le somministrazioni sottocutanee o quelle orali evitando loro dei percorsi inutili. È veramente indispensabile che ogni mese, dopo un anno che il paziente assume una terapia orale, debba fare 30 o 40 chilometri in macchina per venire in ospedale prendere le compresse, vedere che tutto sta andando bene e ritornare a casa? La telemedicina o la digitalizzazione in questo tipo di attività potrebbe aiutarci significativamente qualora però ci fosse una normativa (che in questo momento non c’è) che consentisse la consegna di farmaci oncologici somministrabili per via orale vicino al domicilio del paziente”. Di certo, ha quindi aggiunto Marchetti “abbiamo anche una normativa e regolamenti a livello dei singoli ospedali estremamente farraginosi: Al Policlinico abbiamo una piattaforma che sarebbe in grado di seguire a domicilio il paziente ricordandogli quando assumere i farmaci, che ci potrebbe dire quanto moto sta facendo, qual è l’attività cardiaca, quanto sta sudando, qual è la sua saturazione e molto altro ma siamo fermi da nove mesi perché ci si sta ancora chiedendo se il tema della protezione dei dati individuali è sufficientemente garantita da questa applicazione. Speriamo che questa emergenza – ha concluso – agevoli per potenziare questi percorsi che ci sono molto ben chiari ma che dovrebbero trovare uno snellimento burocratico amministrativo per raggiungere risultati importanti”. Nel Lazio si lavora per realizzare una Rete Oncologica omnicomprensiva La Regione Lazio, ha quindi precisato dal canto suo Giuseppe Spiga, Responsabile delle reti cliniche della Regione “fin dall’inizio dell’emergenza ha preso a cuore la garanzia dei livelli essenziali dell’assistenza e tra tutti questi in particolar modo ha tenuto a privilegiare e a dare continuità assistenziale a tutto ciò che atteneva ai pazienti oncologici. La survey illustrata da Corsi è molto interessante ed è il caso di valutarne attentamente a livello regionale i contenuti tenendo conto però che l’indicazione regionale è quella di rimodulare l’assistenza sanitaria ospedaliera a 360 gradi, ivi inclusa anche l’assistenza oncologica, laddove la patologia Covid impattasse in misura sostanziale e prevalente sull’assistenza ospedaliera. In Regione non risultava nel dettaglio nessuna unità di oncologia coinvolta in questo senso ma anche laddove fosse successo siamo sicuri che questo è avvenuto con tutte le accortezze necessarie a garantire la sicurezza di pazienti e operatori”. Rispetto all’assenza della rete oncologica, ha quindi precisato Spiga “il dottor Corsi ha assolutamente ragione, non abbiamo una rete oncologica strutturata come in altre Regioni e questo è uno degli obiettivi che questa Regione si è data e per questo stiamo costituendo un gruppo di lavoro che fa seguito ad altri gruppi di lavoro che negli anni si sono avvicinati e che hanno gettato le basi per la creazione di una rete oncologica sulla base di quella che era la ‘fertilità’ del terreno disponibile nella Regione. La nostra regione non può contare come altre su un sistema esteso di medicina d’iniziativa come quello descritto dal Chronic Care Model, però abbiamo un sistema di medicina generale sufficientemente organizzato per aggregazioni funzionali anche se non ancora in misura tale da raggiungere un modello esteso regionale. Per questo negli anni, sulla base delle disponibilità organizzative della Regione, la stessa si è organizzata per reti di patologie oncologiche, la rete della mammella, la rete del colon retto, la rete del polmone, la rete del tumore della prostata, di cui dobbiamo andare orgogliosi. Riusciamo a garantire sufficiente aggregazione dei centri specialistici per tutte queste quattro patologie – ha poi affermato Spiga – e ovviamente l’intenzione è quella di aggregare ancora di più i volumi. Siamo però in grado di garantire una risposta efficace per queste quattro patologie prevalenti a cui si aggiungono poi tutte le reti per le patologie rare tra cui anche i tumori rari. Certo, tutto questo non rientra ancora all’interno di una rete oncologica unica governata a livello di centro di riferimento come può essere in Toscana o in Piemonte/Valle d’Aosta però è quello che pensiamo di fare

centralizzando questa funzione nell'Ifo, Istituto Nazionale dei Tumori Regina Elena. Una prospettiva che però richiede un impegno organizzativo non di poco conto sui cui assicuro stiamo gettando le basi insieme a tutti i professionisti coinvolti". Nel corso della pandemia ha infine detto Spiga è stato registrato un andamento delle attività oncologiche, soprattutto di chirurgia oncologica, assolutamente sovrapponibile a quella dell'anno precedente ad eccezione di quelle direttamente più connesse agli esiti da screening. Quindi sicuramente "un'esperienza che abbiamo maturato dalla fase iniziale dell'epidemia è quella che non dobbiamo assolutamente interrompere l'attività specialistica e in particolare quella di screening. Abbiamo provato a mantener aperte sia l'offerta vaccinale che l'offerta di screening – ha concluso – ma a questa volontà non fatto seguito un'adesione soddisfacente da parte della popolazione". Marche, attenzione ai professionisti per non far implodere il sistema Tre i punti importanti per la Regione Marche, "che è stata impattata duramente durante la prima fase della pandemia", sottolineati da Rossana Berardi, Direttore della Clinica Oncologia dei Riuniti di Ancona. "Questa pandemia ha di fatto agevolato l'introduzione di una nuova modalità di presa in carico dei pazienti – ha detto Berardi – e abbiamo anche ben compreso quanto abbiano retto meglio quelle Regioni in cui i servizi erano più vicini alle persone. La pandemia ha anche chiaramente sottolineato quelli che sono i limiti di un modello sanitario sottoposto a dei tagli sul territorio ma anche soprattutto sulle persone. Come clinica oncologica e come associazione Women for Oncology Italy abbiamo condotto alcune survey a cui hanno risposto settecento pazienti e oltre quattrocento operatori in ambito oncologico e altri seicento operatori e settecento pazienti in ambito non solo oncologico: in estrema sintesi è emerso che nel 93% dei casi le oncologie si sono dovute riorganizzare. Un terzo dei professionisti – ha aggiunto – ha rivelato che non aveva ricevuto un'adeguata formazione e informazione e visto che il sapere certo e incontrovertibile non c'era tutto è stato molto difficile. Quello che però è emerso di positivo è che settecento pazienti hanno detto che in oltre il 93-94% dei casi hanno avuto comunque risposta dai professionisti, dagli oncologici, da chi in qualche modo si è reinventato una modalità nuova di fare medicina anche attraverso una telemedicina un po' 'ruspante' perché in assenza di tutte le strumentazioni necessarie". Il ruolo fondamentale delle società scientifiche Per Berardi è peraltro molto importante che una Società scientifica come Aiom abbia elaborato raccomandazioni e indicazioni minime indicazioni su come gestire i pazienti o come gestire i professionisti. "Sono oltremodo necessarie perché nella stessa mia Regione ci sono comportamenti estremamente difforni sul monitoraggio dei pazienti e degli operatori – ha proseguito – e oggi la problematica più grossa a mio avviso è proprio quella degli operatori. Solo per quest'ultimo mese i dati ci parlano di 28mila contagiati, non necessariamente nell'ambito ospedaliero, però tra professionisti ospedalieri e questo potrebbe rischiare di mettere in ginocchio un sistema che è già poco resiliente dopo dieci mesi di pandemia. Quindi – continua Berardi – in aggiunta a tutto ciò che è stato detto sull'importanza dell'interazione, più che dell'integrazione, tra territorio e ospedale e sull'importanza di rivoluzionare un po' le nostre visioni rispetto alla presa in carico dei pazienti, sottolineerei la necessità di porre un'attenzione massima anche gli operatori e ai percorsi oltre che ad una omogeneizzazione dei comportamenti sia in ambito regionale sia interregionale. Nonostante tutto l'oncologia nelle Marche non si è mai fermata e non si è fermata neanche la ricerca, con tutte le difficoltà che ci sono state per cui siamo diventati anche particolarmente fervidi nel produrre comunque dati scientifici anche per aiutarci reciprocamente in questo momento di scarsa conoscenza generale. Se però l'oncologia non si è mai fermata – ha concluso Berardi – il problema è che si è fermato il resto del mondo attorno all'oncologia perché nella prima fase molti blocchi operatori sono stati riconvertiti in rianimazioni per i pazienti Covid e gli esami di screening piuttosto che gli esami radiologici sono stati in qualche modo dilazionati. Quindi è vero, non ci siamo mai fermati, siamo rimasti qua a somministrare chemioterapie e trattamenti, a prendere in carico i pazienti ma poi, in effetti, il resto della filiera dei professionisti ha subito un impatto talmente forte da avere conseguenze anche sul paziente oncologico. Abbandonare i silos per far vivere i PDTA "Dal punto di vista dell'organizzazione del Sistema Sanitario e anche dal punto di vista delle opportunità che può offrire al sistema di welfare nel suo complesso, la pandemia dovrebbe essere considerata un'opportunità". Questa la prima osservazione di Francesco Saverio Mennini, Presidente Sihta, secondo cui è tale se stimola allo sviluppo di un nuovo rapporto tra ospedale e territorio, se consente di elaborare e seguire dei PDTA appropriati, se rende consapevoli della necessità di incrementare e migliorare la distribuzione delle persone. "Il discorso del personale è fondamentale per far sì che le reti possano funzionare soprattutto a livello territoriale, con l'assistenza domiciliare in campo oncologico per esempio, così come nella diagnostica – ha spiegato Mennini – per non sbilanciare la relazione tra ospedale e territorio abbiamo bisogno di personale. Il secondo aspetto che ritengo fondamentale è quello dei PDTA e del superamento delle logiche dei Silos che spesso ne inficiano l'efficacia e ne limitano la comprensione dal punto di vista economico

Newspaper metadata:

Source: Quotidianosanita.it	Author:
Country: Italy	Date: 2020/12/22
Media: Internet	Pages: -

Web source: http://www.quotidianosanita.it/scienza-e-farmaci/articolo.php?articolo_id=91111

e gestionale. Purtroppo si continua a ragionare per silos di spesa, anche a livelli micro, e questo non permette una valorizzazione corretta di tutti i programmi a supporto di una rete oncologica e a supporto della gestione corretta del paziente all'interno del territorio dove la rete stessa cerca di operare. Peraltro l'abbandono della visione a silos ci farebbe comprendere, per esempio, che l'importanza degli screening non è solo clinica (che lo sia è ovvio) ma anche economica alla luce dei dati Inps sulle invalidità, per esempio, o sulle disabilità se posti in relazione a precise campagne estese di screening per specifica patologia. E abbandonare la logica dei silos non significa che non ci sia bisogno di risorse". "Mi sono esposto sin da aprile 2020 a favore del MES" ha aggiunto Mennini che ha sottolineato di continuare a non capire perché ancora si discute se prendere o meno il MES. "Adesso credo che sia chiaro a tutti che non ci sono vincoli macroeconomici – prosegue Mennini – ma bastava andarsi a leggere i documenti della Commissione europea per capirlo. Insomma, non ci vuole un genio per capire che l'unico vincolo è che vanno spesi per i costi diretti e indiretti della sanità post Covid. Un cenno infine – ha concluso Mennini – vorrei farlo sul tema della mobilità introdotto da D'Amario. Il problema presto esploderà perché la mobilità nel 2020 si è quasi azzerata e nel 2021 continuerà a essere molto bassa. Come fanno queste Regioni che prima mandavano tutti i pazienti fuori, ad assisterli in maniera corretta? Come fanno a rispondere alla domanda di assistenza interna che hanno e avranno? Questo è un interrogativo che bisogna porsi perché è lì che le risorse andranno impiegate. Bisogna capire se queste Regioni e le loro strutture sanitarie siano o meno in grado di fornire questo tipo di assistenza e, se non lo fossero, bisogna investire subito controllando, monitorando, verificando tutto affinché si possa garantire una gestione corretta del paziente oncologico". I partecipanti al tavolo di discussione hanno riconosciuto come la pandemia, da un punto di vista organizzativo, possa considerarsi come un punto di svolta e di accelerazione di alcune attività su cui si stava già lavorando: • la creazione e/o ottimizzazione delle reti oncologiche regionali come strumento della corretta presa in carico multidisciplinare del paziente. Questo punto in particolare è considerato molto importante per ridurre la mobilità passiva dei pazienti dalle regioni sprovviste di rete oncologica • Individuare PDTA strutturati che garantiscano il funzionamento della rete e la gestione del paziente oncologico • Investire negli strumenti della telemedicina, vista come un complemento utile e necessario alla gestione del paziente, con particolare riferimento al follow up • superare la logica dei silos. questo permetterebbe di poter valorizzare correttamente i programmi a supporto di una rete oncologica e a supporto della gestione corretta del paziente all'interno del territorio dove la rete stessa cerca di operare. 22 dicembre 2020

Newspaper metadata:

Source: Ilfattoquotidiano.it

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/22

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.ilfattoquotidiano.it/2020/12/22/trashed-4/6044149/>

Distrofia muscolare di Duchenne/Becker, in Italia c'è una rete di centri d'ascolto per le famiglie e per Natale chiede un piccolo aiuto

L'associazione Parent Project ha lanciato una raccolta fondi in occasione delle feste natalizie: "Con le nostre attività non ci siamo mai fermati e vogliamo continuare ad esserci al 100%, a sostegno della ricerca e al fianco di bambini, ragazzi, famiglie" L'associazione nazionale Parent Project di famiglie con figli con distrofia muscolare di Duchenne/Becker ha lanciato la campagna natalizia per sostenere i loro due principali ambiti di attività: il Centro Ascolto Duchenne (CAD) e la ricerca su queste due patologie neuromuscolari degenerative. L'iniziativa si chiama "Il Natale di Parent Project" e si sviluppa soprattutto sui canali social dell'organizzazione. Il 2020 è stato un anno molto complesso anche per il terzo settore. E pure Parent Project ha dovuto sospendere eventi pubblici, campagne e ha visto così una contrazione importante della propria raccolta fondi. "Con le nostre attività non ci siamo mai fermati e vogliamo continuare ad esserci al 100%, a sostegno della ricerca e al fianco di bambini, ragazzi, famiglie. Per darci una mano, fino al 6 gennaio, basta andare sulla nostra pagina Facebook e donare una quota libera (qui), oppure su Instagram seguendo le indicazioni nelle Storie o con altre modalità (qui)" dicono gli organizzatori. Il CAD è un servizio fondamentale per centinaia di famiglie dal momento della comunicazione della diagnosi e nel corso delle fasi successive di evoluzione della patologia. Fornisce consulenza psicologica, legale, educativa, informazioni e formazione per genitori, medici, operatori del servizio sanitario nazionale e insegnanti. Contattate da Ilfattoquotidiano.it Maria Capece e Nicole Coluzzi, che ne fanno parte, raccontano nel dettaglio di che cosa si occupano e come il loro lavoro ha contribuito a migliorare la qualità di vita a soggetti con disabilità motoria. "Le gravi problematiche legate alla distrofia muscolare di Duchenne e Becker rendono indispensabile un intervento socio-sanitario integrato utile a garantire una presa in carico globale e individualizzata", spiegano. "L'équipe di assistenti sociali e **psicologi** del CAD segue direttamente circa 700 famiglie con progetti di orientamento personalizzato e di supporto psicologico, nelle diverse fasi della patologia". Il CAD, inoltre, affianca insegnanti, operatori sanitari e assistenti sociali nella costruzione di percorsi di integrazione con l'obiettivo di sviluppare una rete capillare in grado di promuovere e garantire l'inserimento sociale dei ragazzi e il benessere di tutto il nucleo familiare. "Grazie a questo lavoro, sono nati nuovi servizi dedicati alle famiglie e sono stati pubblicati documenti specifici e materiali informativi", aggiungono. La sede nazionale del CAD è attiva presso la sede operativa di Parent Project aps a Roma, e a partire dal 2007 sono state aperte alcune sedi locali in Lombardia, Piemonte, Emilia Romagna, Toscana, Puglia, oltre che Calabria, Sicilia e Sardegna. Durante la pandemia di Covid-19 le persone con disabilità sono state tra le più colpite da disservizi e spesso persino abbandonati dagli enti preposti per assisterli e anche le modalità di lavoro del CAD hanno dovuto affrontare delle modifiche. ma le attività sono andate avanti e diversi sono i successi realizzati nonostante le tante difficoltà. "Abbiamo predisposto durante il periodo della pandemia un servizio di assistenza a distanza attraverso contatti telefonici e incontri in video chiamata – dicono Capece e Coluzzi – al fine di supportare le famiglie e i pazienti sulle problematiche emergenti legate alla riorganizzazione degli aspetti della propria vita". Le criticità maggiori segnalate maggiormente dalle famiglie e dai pazienti nella fase del lockdown sono state la sospensione di tutte le attività legate all'assistenza personale, come la fisioterapia e l'assistenza domiciliare, e le problematiche relative alla didattica a distanza. "Per rispondere alle numerose richieste – aggiungono – oltre a potenziare i servizi già offerti, abbiamo elaborato nuovi strumenti per affiancare le famiglie come i gruppi di confronto con genitori, ragazzi e sibling (fratelli e sorelle di persone disabili, ndr) e la creazione di nuovi materiali informativi dedicati al tema". L'altro grande capitolo su cui Parent Project punta molto è la strada verso la cura. "Il sostegno alla ricerca per la distrofia muscolare di Duchenne e Becker è un obiettivo fondamentale della nostra associazione che, da oltre 20 anni, persegue questo fine agendo su più livelli nell'ottica di promuovere e accelerare il complesso cammino della ricerca su queste patologie". A dirlo al Fatto.it è Gloria Antonini, area Scienza di Parent Project. L'associazione sostiene studi che ricadono in tutti gli ambiti della ricerca: da quella di base e clinica, focalizzate sull'acquisizione di nuove conoscenze inerenti le basi biologiche e cliniche della patologia, a quella applicata, finalizzata allo sviluppo di strategie terapeutiche per la DMD/BMD. Infine, tra i progetti finanziati, sono presenti anche studi focalizzati sullo sviluppo di nuove metodiche diagnostiche e di ausili innovativi per la DMD/BMD. "Negli ultimi 3 anni abbiamo destinato oltre 1 milione di euro alla ricerca. Nel 2018 sono state lanciate due tipologie di bando, un bando "classico" (Grant Application) e un bando minore (Fast Track Application). La selezione dei progetti del bando classico si è basata su

Newspaper metadata:

Source: Ilfattoquotidiano.it

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/22

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.ilfattoquotidiano.it/2020/12/22/trashed-4/6044149/>

una doppia valutazione: una interna (composta dai membri del Consiglio Direttivo di Parent Project aps e dall'ufficio scientifico) e una esterna (basata su una commissione composta da tre esperti a livello internazionale nel campo di interesse)" conclude Antonini.

Newspaper metadata:

Source: Sanitainformazione.it	Author: Giovanni Cedrone
Country: Italy	Date: 2020/12/22
Media: Internet	Pages: -

Web source: <https://www.sanitainformazione.it/salute/psicologia-lazzari-cnop-non-ce-stato-adeguamento-organizzativo-in-ssn-paghiamo-arretratezza-culturale/>

Psicologia, Lazzari (CNOP): «Non c'è stato adeguamento organizzativo in Ssn»

Il presidente **Cnop** David Lazzari plaude alla norma del DI Ristori che incide sull'organizzazione dei servizi psicologici. Ma sottolinea: «Paghiamo arretratezza culturale. In questo momento ogni Regione ha modelli diversi, o per meglio dire spesso non ne ha. Questo fatto pesa molto negativamente» di Giovanni Cedrone. Nei servizi di salute mentale in Italia risulta una media di 3,8 **psicologi** ogni 100mila abitanti, contro una media di 9,5 **psicologi** negli analoghi servizi dei Paesi nella stessa fascia di reddito. È uno dei dati che snocciola David Lazzari, Presidente del **Cnop**, il Consiglio Nazionale dell'**Ordine degli Psicologi**, che a Sanità Informazione denuncia i gravi ritardi dell'Italia nell'assistenza pubblica psicologica anche in tempo di pandemia dove il bisogno di sostegno psicologico è molto aumentato nella popolazione. Di fatto per Lazzari «non c'è stato un adeguamento numerico ed organizzativo della Psicologia nell'ambito della Sanità pubblica». La colpa, secondo il presidente **Cnop**, è anche dell'arretratezza culturale sul modo di vedere ed utilizzare la psicologia in Italia. Ma c'è anche un discorso organizzativo che ci vede indietro: quello dei modelli organizzativi spesso inesistenti in questo campo, un fattore che pesa negativamente perché impedisce una gestione coordinata di una risorsa professionale «che è tipicamente trasversale». Presidente, come Ordine avete lanciato ripetuti allarmi sulla capacità della Sanità pubblica di affrontare gli aspetti psicologici in questa pandemia, perché? «C'è un problema strutturale di inadeguatezza del Ssn in questo campo. L'evoluzione dei bisogni e delle conoscenze scientifiche ma anche delle stesse normative hanno ampliato il ruolo e la missione della Psicologia nei contesti sanitari. Basta leggere i "Livelli Essenziali di Assistenza" o il "Piano Nazionale delle malattie croniche" per capirlo. Ma a fronte di questa evoluzione non c'è stato un adeguamento numerico ed organizzativo della psicologia nell'ambito della sanità pubblica. È una carenza non rilevata dai monitoraggi che fanno Agenas e Ministero perché questi aspetti, nonostante le nostre richieste, non sono inclusi nella rilevazione dei dati, diciamo che si preferisce in qualche modo non sapere. Però il Crea, il Centro studi di economia sanitaria ha rilevato che, solo per trattare almeno la metà dei disturbi di ansia e depressione, ci vorrebbero come minimo il triplo degli **psicologi** oggi presenti, che nel Ssn sono tutti anche psicoterapeuti, ricordiamolo. Voglio aggiungere due dati: solo nei servizi di salute mentale in Italia risulta una media di 3,8 **psicologi** ogni 100 mila abitanti contro una media di 9,5 **psicologi** negli analoghi servizi dei Paesi nella stessa fascia di reddito, lo dice l'Oms nel World Mental Atlas 2017. L'Istituto Piepoli nel 2019 ha rilevato che sul totale delle attività psicologiche contemplate nei LEA solo un quarto trova effettiva risposta nei servizi pubblici. È una situazione che denunciavamo da anni, e che personalmente ho documentato in molte pubblicazioni, ma ora con la pandemia si è mostrata in tutta la sua drammaticità». Lei ha parlato di problemi organizzativi oltre che di numeri, che vuol dire? «In Italia c'è un problema di arretratezza culturale sul modo di vedere ed utilizzare la psicologia, come se non avesse solide basi scientifiche e prove di efficacia. Eppure abbiamo leggi che portano il livello di preparazione dello psicologo e dello psicoterapeuta molto in alto: circa dieci anni di percorso per avere il titolo di psicoterapeuta. Siamo un paese di paradossi: facciamo formare le persone più che altrove per poi utilizzarle poco e male, un'assurdità. La situazione del Ssn ne è un esempio paradigmatico. Si dice che esistono tante sanità tante quante le regioni ma per la psicologia sono molte di più, centinaia: non solo ogni Regione ma ogni azienda ha modelli diversi, o per meglio dire spesso non ha alcun modello organizzativo sulla psicologia. Questo fatto pesa molto negativamente perché impedisce una gestione coordinata di una risorsa professionale che è tipicamente trasversale. La psicologia si occupa di aspetti che riguardano l'organizzazione sanitaria (es. clima organizzativo), il personale (stress, empowerment, lavoro in team, ecc.) e gli utenti e caregiver, per i problemi e disturbi psichici e per tutti gli aspetti psicologici (relazionali, comportamentali) connessi alla salute e disturbi/malattie fisiche e ai processi di cura. Se non c'è una gestione coordinata quest'insieme di attività è impossibile, al di là dei numeri degli **psicologi**». Ora però nel Decreto Ristori, grazie all'emendamento della sen. Boldrini e altri, il principio di una Psicologia coordinata nelle aziende sanitarie da alcuni giorni è legge... «Certamente, una tappa fondamentale, grazie a Paola Boldrini e agli altri politici che hanno capito questa esigenza, per rendere più efficiente il Ssn e la psicologia al suo interno. Una vittoria per la professione ma soprattutto per i cittadini perché avranno un servizio più efficiente se le Regioni faranno la loro parte». Molti in passato hanno contrastato questa soluzione perché ci hanno visto un discorso corporativo... «Scambiare un principio basilare di efficienza e dignità per altro è il vero corporativismo. La psicologia non è solo una professione ma è anche una scienza molto articolata e deve essere messa nelle condizioni di contribuire con i propri specifici modelli di analisi dei bisogni e di intervento ad un sistema sanitario integrato e multidisciplinare. La mancata organizzazione professionale ha impedito la valorizzazione di queste competenze ed il loro utilizzo in una

Newspaper metadata:

Source: Sanitainformazione.it	Author: Giovanni Cedrone
Country: Italy	Date: 2020/12/22
Media: Internet	Pages: -

Web source: <https://www.sanitainformazione.it/salute/psicologia-lazzari-cnop-non-ce-stato-adequamento-organizzativo-in-ssn-paghiamo-arretratezza-culturale/>

cornice di integrazione tra professioni diverse. Voglio ricordare che ci si integra solo nella pari dignità e nel reciproco riconoscimento. Noi non facciamo battaglie di potere vecchio stile ma vogliamo essere attori e non spettatori né subalterni, rispettando i ruoli dei medici e degli altri operatori ma chiedendo analogo rispetto e riconoscimento». Al Forum Risk Management ha parlato di un Ssn che deve finalmente diventare “sistema sanitario”. Cosa intendeva? «Il Ssn ha mostrato nella pandemia la sua importanza ma nello stesso tempo i suoi limiti. Da anni è in corso un tentativo di svuotarlo per privatizzare la sanità, che è un grande business per molti. Ma questo non è nell’interesse dei cittadini, gli Usa insegnano. Ci serve un Ssn più moderno e flessibile, che funzioni appunto come un “sistema” che è un insieme di reti organizzate e coordinate, che lavori non per prestazioni e servizi separati, ma per obiettivi comuni. Abbattere muri e corporativismi per salvare un bene di tutti, renderlo più efficiente e più vicino alle persone. Noi abbiamo idee e proposte su questo, spero che qualcuno ci ascolti. La sanità si occupa di persone e le persone non solo corpi. Basta visioni novecentesche, lavoriamo per creare la sanità del XXI secolo che è fatta di relazioni e persone oltre che di tecnologia. Altrimenti la grande lezione della pandemia sarà sprecata». Iscriviti alla Newsletter di Sanità Informazione per rimanere sempre aggiornato TagsCNOPdavid lazzaripsicologia

Newspaper metadata:

Source: Confidenze

Country: Italy

Media: Periodics

Author: DI ANGELA
ALTOMARE CON LA
CONSULENZA DI
ANNALISA BERTOLI

Date: 2020/12/22

Pages: 68 -

Web source:

Coppia e infertilità: come reagire insieme

Una coppia che desidera paura, rabbia, preoccupa un figlio non può immazioni, vergogna, delusione, ginare di non riuscire o di invidia e sensi di colpa. faticare ad averlo. Eppure Covare sentimenti di l'infertilità è un problema questo tipo è normale, molto diffuso. Lo rivelano i ma bisogna affrontare il dati del Ministero della Salute: disagio. In che modo? È nel nostro Paese, una coppia fondamentale che i partu cinque fa i conti con questa ner restino uniti, perché realtà, un'esperienza dolorosa l'isolamento rischia di alie stressante che si riflette pementare ulteriormente la sofsantemente sul legame a due. ferenza e aprire la strada a Il problema è sfaccettato: c'è sfiducia e tristezza» spiega chi scopre di essere impossil'esperta. «La coppia deve bilitato a procreare e chi, inprovare a parlarsi a cuore vece, pur essendo biologicaaperto, ponendosi le domande mente in grado di concepire, giuste. Piuttosto che logorarsi deve aspettare anni per divencon interrogativi senza rispotare genitore. «La diagnosi sta come: "perché proprio a d'infertilità scatena un "terrenoi, cos'abbiamo fatto di mamoto" emotivo: spesso, infatti, le?", è meglio chiedersi: in che si dà per scontata la possibilimodo possiamo affrontare la tà di avere figli» spiega Annasituazione?». È importante lisa Bertoli, psicologa e psicoche i partner si confrontino terapeuta che supporta le sulle opzioni possibili: conticoppie con problemi d'infertilità. «Sapere che si ha difficoltà a procreare rischia di mettere in crisi non solo il progetto di famiglia che si era immaginato, ma anche la vita a due». Qualche spunto per superare le affrontare il problema in coppia. NO AL VITTIMISMO SÌ ALLA CHIAREZZA «L'impossibilità, anche temporanea, di concepire genera nella coppia emozioni forti: paura, rabbia, preoccupa un figlio non può immazioni, vergogna, delusione, ginare di non riuscire o di invidia e sensi di colpa. faticare ad averlo. Eppure Covare sentimenti di l'infertilità è un problema questo tipo è normale, molto diffuso. Lo rivelano i ma bisogna affrontare il dati del Ministero della Salute: disagio. In che modo? È nel nostro Paese, una coppia fondamentale che i partu cinque fa i conti con questa ner restino uniti, perché realtà, un'esperienza dolorosa l'isolamento rischia di alie stressante che si riflette pementare ulteriormente la sofsantemente sul legame a due. ferenza e aprire la strada a Il problema è sfaccettato: c'è sfiducia e tristezza» spiega chi scopre di essere impossil'esperta. «La coppia deve bilitato a procreare e chi, inprovare a parlarsi a cuore vece, pur essendo biologicaaperto, ponendosi le domande mente in grado di concepire, giuste. Piuttosto che logorarsi deve aspettare anni per divencon interrogativi senza rispotare genitore. «La diagnosi sta come: "perché proprio a d'infertilità scatena un "terrenoi, cos'abbiamo fatto di mamoto" emotivo: spesso, infatti, le?", è meglio chiedersi: in che si dà per scontata la possibilimodo possiamo affrontare la tà di avere figli» spiega Annasituazione?». È importante lisa Bertoli, psicologa e psicoche i partner si confrontino terapeuta che supporta le sulle opzioni possibili: conticoppie con problemi d'infermemo In Italia, il 20% delle coppie ha difficoltà a procreare. # # nuare a provare a fare un figlio in modo naturale oppure tentare altre vie come la procreazione assistita o l'adozione. Queste domande sono utili e fruttuose: può accadere che, prendendo in considerazione altre possibilità, come per esempio l'affido temporaneo, uno dei due partner non si senta pronto. In questi casi è bene affrontare dubbi e incertezze insieme. COLTIVARE LA SFERA INTIMA Quando il figlio non arriva, spesso nella vita sessuale si manifesta un cambiamento significativo. Infatti, se si è esageratamente concentrati sul concepimento, che sembra un traguardo irraggiungibile, ansie e preoccupazioni possono avere ripercussioni negative proprio nell'intimità. «In situazioni di questo tipo la sessualità perde l'aspetto del gioco e del piacere, essenziali per alimentare la voglia di stare insieme. Il rapporto a due rischia di diventare qualcosa di "meccanico", finalizzatoesclusivamente a procreare». Riaccendere invece l'intensa e la fantasia è fondamentale: alimenta l'affettività e aiuta a contrastare il timore di non riuscire a diventare genitori. «Per liberarsi dai pensieri cupi, che possono condizionare l'eros, può essere d'aiuto ricorrere a tecniche di rilassamento che, attraverso la respirazione, aiutano ad attenuare le emozioni negative». I NUOVI PROGETTI SERVONO SEMPRE Nella maggior parte dei casi, ancora oggi l'infertilità rimane un'esperienza taciuta al di fuori della coppia. Ma tenersi tutto dentro è sbagliato: alimenta l'angoscia e il senso di frustrazione. Occorre invece parlarne soprattutto con chi ha gli stessi problemi: può essere molto utile, per esempio, frequentare un gruppo di autoaiuto dedicato. Poi, è utile investire le proprie energie in attività creative: imparare a suonare uno strumento, frequentare un corso di cucina, prendere lezioni di ballo. In che modo questi hobby alleviano lo stress di un genitore mancato? Liberano la mente, aiutano a rilassarsi e contrastano il senso d'inadeguatezza. Ma se il desiderio di avere un figlio diventa un bisogno e il dolore sembra insormontabile, allora si rende necessario rivolgersi a uno specialista. «Un percorso di psicoterapia può aiutare non solo a guardarsi dentro, ma anche a trovare un nuovo senso allo stare insieme». Non è un luogo comune: a volte

Newspaper metadata:

Source: Confidenze

Country: Italy

Media: Periodics

Author: DI ANGELA
ALTOMARE CON LA
CONSULENZA DI
ANNALISA BERTOLI

Date: 2020/12/22

Pages: 68 -

Web source:

grazie al sostegno di un esperto la coppia riesce a trovare altre strade di appagamento. Per esempio, aprendosi alla possibilità. dell'adozione. O "diventando genitore" di un progetto (come cambiare casa o città). #

Newspaper metadata:

Source: Confidenze

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/22

Media: Periodics

Pages: 69 -

Web source:

UN LEGAME DISFUNZIONALE

L'attrazione fisica tra due amici tende a scemare più velocemente rispetto alla tensione erotica scaturita da un colpo di fulmine: lo dice uno studio pubblicato sulla rivista Psychological Science. «Pero, di solito ciò che spinge una donna a legarsi al proprio confidente è la convinzione, spesso errata, che l'amore nato dall'amicizia sia più solido» spiega Barbara Migliasso, psicologa e psicoterapeuta di Torino. Nel caso della testimonianza, la situazione è complessa: Claudia ama il suo amico da sempre ma ha sposato un altro, mentre Alessio forse si è solo preso una sbandata per lei. «Consiglio di consultare un terapeuta: ad Alessio per colmare il vuoto interiore che lo allontana dalle relazioni e a Claudia per prendere atto delle dinamiche disfunzionali dei suoi legami e per ritrovare un po' di equilibrio». DI FRANCESCA SPANÒ TESTIMONIANZA DI CLAUDIA G.

“Seguendo la stella” per le vie del borgo, Natale “a distanza” e auguri digitali: Cervo regala momenti di magia e musica

Concerto dall'Oratorio e “Concerto degli Auguri” in streaming da Genova Cervo. Il Presepe, le luci, la musica. Anche in questo Natale così strano, segnato dalla pandemia, Cervo non abbandona i sogni e regala a cittadini e turisti (a distanza) momenti di magia; da vivere e da condividere. Seguendo la stella è un percorso – organizzato dalla Proloco Progetto Cervo – snodato per le vie del paese: si incontrano pastori, zampognari, artigiani (tutti rigorosamente in legno!) e tanti presepi, più o meno quaranta, sui terrazzi, negli angoli, sui davanzali di tutta Cervo, realizzati dagli abitanti e contrassegnati da una stella. Sarà una giuria a decretare, durante le festività, il vincitore, che comparirà sulla pagina Facebook della Proloco. Per la Vigilia e per il Capodanno ecco invece la musica, anche se in streaming: il 24 dicembre, dalla pagina Facebook della Proloco e del Comune, verrà trasmesso un concerto registrato nell'Oratorio di Santa Caterina, protagonisti Paola Lepore al pianoforte e Mauro Germinario al contrabbasso. In apertura, il sindaco Lina Cha porterà gli auguri di Buon Natale e di speranza. Foto5 di 5PROGRAMMA CONCERTO 24 DICEMBRE The first Noël War is over Venite fedeli We wish you a Merry Christmas Santa Notte Tu scendi dalle stelle O tannebaum Bianco Natale Jingle bell Dulcis in fundo, martedì 29 dicembre il Concerto degli Auguri 2020 con i pianisti Valentina Messa e Dario Bonuccelli: alle 18 diretta streaming dalla showroom di Pianosolo a Genova. La registrazione del concerto sarà poi disponibile per tutto gennaio su YouTube. Il maestro Roberto Iovino parteciperà al concerto con la presentazione dei brani. Il canale dove si potrà assistere alla diretta è il seguente: www.youtube.com/channel/UCPVsX6zDpSyGr-ICibeeuVAPROGRAMMA CONCERTO 29 DICEMBRE L. van Beethoven – Marcia Turca da Le rovine di Atene Op. 113 J. Brahms – 5 Valzer dall'Op. 39 (nn. 1-2-11-14-15); 4 Danze ungheresi (nn. 1-2-18-5) F. Liszt – Sinfonia Dante (Inferno solo su link YouTube, Purgatorio anche in diretta streaming) A. Dvorak – Danza Slava Op. 72 n. 2 Dumka; Danza Slava Op. 46 n. 8 Furiant J. Strauss (figlio) – Voci di Primavera Op. 410; Sul bel Danubio blu Op. 314 Il brano di Beethoven è stato inserito per festeggiare, nel 2020, il 250° anniversario della nascita e quello di Liszt per il 700° anniversario della morte di Dante. Paola Lepore, pianoforte: nata a Milano, dopo la Laurea a pieni voti in Lettere Moderne, si diploma in Pianoforte presso la Scuola Musicale di Milano e il Conservatorio di Musica “N. Paganini” di Genova con il M° A. Verderio; segue successivamente il perfezionamento sotto la guida del M° L. Lanfranchi e del M° G. Leanza. Consegue il Master in Psicologia Sociale della famiglia e le specializzazioni abilitanti all'insegnamento per materie letterarie (presso l'Università degli Studi di Genova) e per il sostegno (presso l'Università Ca' Foscari di Venezia). Dopo l'ingresso nell'orchestra CPSM presso il Conservatorio “G. Verdi” di Milano nascono diverse collaborazioni in varie formazioni che portano ad esibizioni per il Comune di Milano e per il Veneto e per la Liguria. Per consolidare il connubio dell'area musicale con quella psicologica prosegue gli studi con il Corso Triennale in Musicoterapia patrocinato dalla Facoltà di Scienze Psichiatriche di Genova, ottenendo nel 2011 il Diploma con il massimo dei voti. All'attività concertistica affianca l'insegnamento con cattedra di Lettere in Scuole Superiori di II grado e un'intensa attività didattica musicale presso scuole statali e private da oltre 20 anni (pianoforte, preparazione esami e concorsi, corsi di propedeutica, musica d'insieme); è inoltre attiva come musicoterapista presso associazioni private e centri ospedalieri e collabora con **psicologi** e logopedisti. Mauro Germinario, contrabbasso: nato a Torino, consegue il Diploma in Contrabbasso presso il Conservatorio “Giorgio Federico Ghedini” di Cuneo sotto la guida del M° P. Borsarelli e prosegue gli studi con corsi di specializzazione presso il Centro Jazz di Torino con il M° D. Contenti, al CPM di Milano con il M° A. Zanchi, Masterclass con il M° M. Masciadri e il M° F. Feruglio ed il corso di specializzazione jazz col maestro P. Leveratto presso il conservatorio di musica di Genova. Molte sono le esperienze concertistiche e le partecipazioni a varie registrazioni discografiche tra cui quelle con Alberto Fortis, Elio, Eugenio Finardi, Simona Bencini, Enrico Ruggeri, Maurizio Solieri, Bungaro, Bestie Rare, Fancyfluid, Anno Domini Gospel Choir, Evan Scoombie, Niguarda, Subliminata, Albino Montisci, Giuseppe Cascu, M. Tommasini, Alberto Unia, Big Band Jazz di Asti. Collabora inoltre con varie orchestre per la realizzazione di musica sinfonica e opere liriche, tra cui Orchestra Giovanile Cherubini di Piacenza diretta dal M° Riccardo Muti; Orchestra Kobal di Livorno; Orchestra B. Bruni di Cuneo; Orchestra di Torino 1706; Quartetto Italiano di Torino; Orchestra da Camera Buxusconsort di Ezio Bosso; Orchestra Ghedini di Cuneo; Orchestra di Savona European Guitar & Mandolin; Youth Orchestra diretta da Carlo Aonzo. Collaborazioni con Ensemble, per la realizzazione di musiche da camera, barocco, lirica e sinfonica. Al momento è contrabbassista degli Swingati e bassista di alcune formazioni, come Doc-G (tributo Police e Sting) e

Newspaper metadata:

Source: Riviera24.it

Author: Redazione

Country: Italy

Date: 2020/12/22

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.riviera24.it/2020/12/sequendo-la-stella-per-le-vie-del-borgo-natale-a-distanza-e-auguri-digitali-cervo-regala-momenti-di-magia-e-musica-664322/>

Shine (tributo ai Pink Floyd). Compositore di musiche per la RAITRADE, nei generi che spaziano dal Jungle, Drum 'n Bass, New Age. Co-fondatore dello studio di registrazione Exagon Studio di Torino, in qualità di fonico sia con sistemi analogici (Studer) che digitali. Insieme a G.Lo Bue (U. Tozzi, Raf, Umbria Jazz...) collabora nello studio Beat Records con sede in Torino – Docs Dora – studio di Editing e Mastering per la realizzazione di musiche in ambito jazz e ambient. Valentina Messa si diploma nel '99 al Conservatorio di Venezia con il massimo dei voti, lode e menzione speciale. Nel 2007 ha poi conseguito il Diploma accademico di II livello presso il Conservatorio di Genova con 110, lode e menzione speciale. Si è perfezionata con P. Rattalino, L. B. Arcuri, P. Masi ed E. Pace; ha seguito masterclass con B. Petrushanski, S. Pedroni, A. Specchi, K. Helvigg, J. Achucarro, M. Damerini, B. Canino. Vincitrice di varie borse di studio e premiata in numerosi concorsi nazionali e internazionali, tra i quali il Premio Venezia, il Concorso Gante di Pordenone, il Concorso "Società Umanitaria" di Milano, tiene concerti dall'età di tredici anni in sale e per società concertistiche quali Normale di Pisa, Società Umanitaria di Milano, Teather Trier, Auditorium Casa Paganini, Sala della Radio Vaticana, Teatro Alfieri di Torino, Teatro Vittoria per Unione Musicale Torino, GOG Genova, Schleswig Holstein Music Festival, Caplan Centre for the Performing Arts di Philadelphia, Logan Centre for the Performing Arts di Chicago, Sanders Theatre della Harvard University a Boston e ha suonato come solista con l'Orchestra di Padova e del Veneto, la Filarmonica di Udine, l'Orchestra Classica Belvedere e la Philharmonische Orchester der Stadt Trier. Svolge intensa attività cameristica in varie formazioni ed è membro stabile di Eutopia Ensemble, gruppo dedito alla musica contemporanea ed è da anni ospite fissa di Sentieri Selvaggi, ensemble diretto da Carlo Boccadoro. Dal 2009 si dedica con passione all'accompagnamento pianistico, in particolare degli strumentisti ad arco, è stata collaboratrice in numerosissime masterclass e corsi annuali e ha svolto ruolo di pianista ufficiale del concorso violinistico A. Postacchini di Fermo, nelle ultime due edizioni del Premio Paganini di Genova e del Concorso Violoncellistico Internazionale Mazzacurati di Torino. Attualmente insegna Pratica e lettura pianistica presso l'Istituto Superiore di Studi Musicali Vecchi Tonelli di Modena e presso l'Istituto Peri di Reggio Emilia. Dario Bonuccelli si forma con Luciano Lanfranchi. Si diploma in pianoforte nel 2004, presso il Conservatorio "N. Paganini" di Genova, col massimo dei voti, lode e menzione d'onore. Si perfeziona con Franco Scala, Bruno Canino, Andrea Lucchesini, Pietro De Maria (Accademia di musica di Pinerolo e Scuola di musica di Fiesole) e Marco Vincenzi, con il quale consegue il Biennio specialistico con la votazione di 110, lode e menzione speciale. E' diplomato anche in composizione e molti suoi lavori sono stati eseguiti in pubblico. Presente in moltissimi concorsi nazionali ed internazionali, raccoglie quarantadue primi premi, di cui venticinque assoluti, numerose borse di studio e riconoscimenti speciali. Ha tenuto centinaia di concerti, come solista, solista con orchestra e in varie formazioni da camera, in 15 Paesi europei e Giappone, suonando in sale prestigiose (come il Teatro Bibiena di Mantova, la Wigmore Hall di Londra, il Palazzo Reale di Stoccolma, il Teatro Caio Melisso per il Festival di Spoleto, il Teatro Comunale di Firenze per il Maggio Musicale, il Kashihara Theatre di Osaka, la Sala Verdi e l'Università Bocconi a Milano, la Stadthalle di Bayreuth nell'ambito del Festival Wagner, il Cabaret Voltaire a Zurigo, Villa d'Este a Tivoli...). Il suo repertorio spazia dal Barocco al Contemporaneo, con particolare attenzione al periodo del Romanticismo. Nel 2013 ha registrato l'integrale pianistica di Richard Wagner, in 2 CD, per l'etichetta Dynamic, e nel 2014, in occasione dei 150 anni dalla nascita di Richard Strauss, ha intrapreso il progetto, sempre con Dynamic, di registrare anche di questo compositore l'integrale per pianoforte. Ha al suo attivo registrazioni anche per Stradivarius e Tactus; per quest'ultima ha pubblicato nel 2019 un cofanetto di 3 CD con musiche di Giovanni Rinaldi (prime registrazioni assolute). Insegna pianoforte principale al Conservatorio di Alessandria. Dario Bonuccelli, contemporaneamente agli studi musicali, ha conseguito nel 2007 la laurea specialistica in Lettere Moderne presso l'Università di Genova con la votazione di 110 e lode.

Newspaper metadata:

Source: La Nuova Periferia

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/22

Media: Printed

Pages: 37 -

Assistenza psicologica ai minori con disturbi legati al Coronavirus

La Giunta regionale favorisce l'assistenza psicologica ai minori che hanno subito effetti negativi dal lockdown dovuto al Covid-Si intende così offrire ai bambini e ai ragazzi che ne hanno bisogno un sostegno che consenta la ripresa della vita quotidiana, il recupero di relazioni positive e il superamento di situazioni di difficoltà, nella convinzione che aiutarli a riprendere un percorso armonioso ed equilibrato di crescita significa guardare al futuro loro e della nostra società, oltre ad essere un dovere imprescindibile delle Istituzioni. Soprattutto, le misure restrittive imposte dall'emergenza sanitaria sono state estremamente pesanti ed impattanti proprio per quei ragazzi spesso già provenienti da situazioni complesse che hanno visto venir meno la possibilità di effettuare incontri, rientri a casa e uscite dalle strutture. Gli interventi verranno realizzati dai cinque servizi di psicologia con competenza sovrache si interfaceranno direttamente con gli Enti gestori delle funzioni socio-e si coordineranno con i servizi delle singole aziende sanitarie. La Regione li finanzia con 520.000 euro. A fine 2019 erano 645.000 i piemontesi nella fascia 0-anni, 2.400 dei quali si trovavano fuori dalla propria famiglia di origine e 800, per la maggior parte fra i 15 ed i 17 anni, erano accolti presso le circa 200 strutture residenziali presenti sul territorio, percorsi saranno monitorati costantemente rispetto alle diverse fasi operative degli interventi. A due mesi si verificherà la mappatura del fabbisogno e l'identificazione delle priorità e delle modalità di realizzazione, 6 mesi si chiederà di relazionare sugli interventi attuati, le caratteristiche e il numero di minori seguiti, a 12 mesi si aggiorneranno i risultati conseguiti.

Web source: <http://www.movietele.it/post/sky-mediasset-rai-natale-2020-capodanno-2021-programmazione>

Programmazione per Natale 2020 e Capodanno 2021 di Sky, Mediaset e Rai

Gli show, i cartoni, le saghe cinematografiche, i tradizionali concerti di Natale e Capodanno, le celebrazioni sacre come la Santa Messa di Natale, l'Angelus e la benedizione Urbi et Orbi di Papa Francesco il primo dell'anno, ma anche concerti musicali come quelli de Il Volo e Andrea Bocelli, passando per il Capodanno in compagnia del tradizionale 'L'Anno che Verrà' su Rai1 oppure del 'Grande Fratello VIP' su Canale 5. di Simone Ziggio / 22.12.2020 Vediamo la programmazione speciale delle reti Sky, Mediaset e Rai in occasione delle feste di fine 2020 e inizio 2021, all'insegna di grandi show, appuntamenti classici e senza tempo, cartoon di culto, saghe cinematografiche, tradizionali concerti di Natale e Capodanno, le celebrazioni sacre come la Santa Messa di Natale, l'Angelus e la benedizione Urbi et Orbi di Papa Francesco il primo dell'anno, ma anche concerti musicali come quelli de Il Volo e Andrea Bocelli, passando per il Capodanno in compagnia del tradizionale 'L'Anno che Verrà' su Rai1 oppure del 'Grande Fratello VIP' su Canale 5. E ancora, due speciali dello Zecchino d'oro, sci alpino e nordico, e proposte culturali che spaziano dalla storia alla scienza, fino alla programmazione pensata per bambini e ragazzi. Programmazione speciale che non solo riguarda le reti televisive ma anche le piattaforme streaming, da RaiPlay e Mediaset Play. La Programmazione Rai per le Festività natalizie 2020 GLI APPUNTAMENTI MUSICALI. Il primo appuntamento con la programmazione natalizia della Rai dedicata alla musica è mercoledì 23 dicembre alle 21.15 su Rai5: Rai Cultura presenta, in versione integrale, "A riveder le stelle", la Serata di gala dal Teatro alla Scala, andata in onda su Rai1 lo scorso 7 dicembre. Giovedì 24 dicembre, alle 10.25 su Rai1 (e in replica venerdì 25 alle 16.45 su Rai5), in onda, in diretta dal Teatro alla Scala di Milano, Tre Stelle per il Concerto di Natale della Scala. Saranno Beatrice Rana, Aida Garifullina e Michele Mariotti i protagonisti del tradizionale concerto natalizio scaligero, interamente dedicato, quest'anno, a Wolfgang Amadeus Mozart. Il programma musicale prenatalizio proseguirà, su Rai5, alle 16.45, con "L'enfance du Christ", dalla Basilica di San Marco in Venezia la Trilogia sacra per soli, coro e orchestra di Hector Berlioz, con maestro concertatore e direttore d'orchestra Isaac Karabtshevsky e l'orchestra e il Coro del Teatro La Fenice di Venezia, per concludersi, alle 21.15, con "Che storia è il Natale - Ezio Bosso racconta #ajkovskij": l'avventura del grande repertorio classico in tv con una serata controcorrente, registrata nel 2019 e guidata dal compianto Maestro Ezio Bosso, che racconta musica e vita del compositore che più amò la festività del Natale, #ajkovskij, con la Sesta Sinfonia, la celebre Patetica. La mattina di Natale, venerdì 25 dicembre, si aprirà, sempre dal punto di vista musicale, con una sorpresa per i telespettatori più piccoli, il Concerto di Natale dell'Antoniano di Bologna, che torna in diretta, alle 9.35, su Rai1. In tarda mattinata, alle 12.20, sempre su Rai1, il tradizionale concerto di Natale del Sacro Convento di Assisi, nella Basilica Superiore di San Francesco, giunto alla sua trentacinquesima edizione. In programma brani musicali tratti dal repertorio sinfonico e altri più popolari della tradizione natalizia. L'Orchestra sarà quella del Teatro Carlo Felice di Genova diretta dal Maestro Steven Mercurio, con Andrea Bocelli, Anastasiya Petrishak al violino e Clara Barbier Serrano, soprano. Ancora su Rai1, alle 20.35, dopo il TG1, il live show de Il Volo, con brani come "Adeste Fideles", "Oh Holy Night" e "Astro del Ciel" in una esibizione da Piazza Papa Pio XII a Roma, trasformata per la prima volta in teatro per uno spettacolo televisivo di Natale, con la Basilica di San Pietro alle spalle a completare la scenografia con l'albero e il Presepe che ogni anno vengono allestiti tra il colonnato. La mattinata di sabato 26 dicembre, su Rai2, si aprirà in musica con in onda in diretta alle 10 dalla cornice del Teatro Rossini di Pesaro il concerto dell'Orchestra Sinfonica Rossini, formata da 50 elementi diretta dal maestro Pinuccio Pirazzoli, in onore di Santo Stefano, primo martire della Cristianità. Un racconto in musica che vuole essere anche un segnale di ripresa del mondo dello spettacolo messo a dura prova dal disagio attuale del Covid-19. Insieme all'orchestra si esibiranno ospiti tra cui Dodi Battaglia, Ron, Pago, Fioretta Mari, Enzo Avitabile, Giò Di Tonno, Giulia Sol, Fabio Armiliato, Davide Merlini, Francesco Chicchella, Francesca Maresca. Come da tradizione, la musica aprirà il nuovo anno, con due appuntamenti, entrambi a cura di Rai Cultura: alle 12.20, su Rai1, e poi in replica su Rai5 alle 18.30, in diretta dal Teatro La Fenice di Venezia, il Concerto di Capodanno con l'Orchestra del Teatro La Fenice, in questa edizione diretta dal maestro Daniel Harding. Alle 13.30, su Rai2, e in replica su Rai5 alle 17.30, il Concerto di Capodanno 2021 della Vienna Philharmonic Orchestra, dalla sala del Musikverein, che vedrà in scena per la sesta volta il Direttore d'Orchestra Riccardo Muti. Mercoledì 6 gennaio 2021, infine, sempre curato da Rai Cultura, il Concerto dell'Epifania, in onda in diretta su Rai1 alle 9.35: dal complesso monumentale di Santa Maria La Nova, l'Orchestra Partenopea eseguirà da vivo alcuni brani tradizionali, con la direzione del Maestro Adriano Pennino. Il tema scelto per questa edizione è sintetizzato in "Abbracciamci!", per richiamare l'attuale, complicato, contesto pandemico, ma anche la necessità di sperimentare nuovi paradigmi di socialità, ai quali richiama anche

Web source: <http://www.movietele.it/post/sky-mediasset-rai-natale-2020-capodanno-2021-programmazione>

l'ultima Enciclica di Papa Francesco, "Fratelli tutti". GLI APPUNTAMENTI TEATRALI. Dal 21 al 29 dicembre, su Rai5, ogni pomeriggio, alle 15.45, "I fratelli Karamazov" nella versione realizzata nel 1969 da Diego Fabbri, con la regia di Sandro Bolchi. È lo storico sceneggiato interpretato da Corrado Pani, Lea Massari e Umberto Orsini, tratto dal lavoro di Dostoevskij: ripercorre le tragiche vicende della famiglia Karamazov (il padre Fëdor e i figli - Dmitri, Ivàn, Alksej e Smerdjakov) dilaniata da conflitti economici, morali e religiosi. Su Rai3, venerdì 25 dicembre, in onda, alle 21.20, una speciale puntata natalizia di "Qui e adesso", dal teatro Sistina di Roma in compagnia di Massimo Ranieri e dei suoi grandi ospiti. Sul palco insieme a Ranieri in questa occasione particolare ci saranno, tra gli altri, Renato Zero, Al Bano e Giovanni Allevi. Anche questa volta non ci sarà soltanto il palcoscenico, ma anche il camerino, cornice ideale e naturale per chiacchierare, raccontare e provare, andando al di là dei riti dello show televisivo classico. Un luogo spontaneo per dialogare o cantare insieme, dando spazio innanzitutto alle emozioni e ai sentimenti artistici in comune. In scena anche l'orchestra che segue Ranieri da sempre nei suoi spettacoli, un corpo di ballo di giovani che accompagnerà e si esibirà accanto agli artisti e, come cast fisso del programma, i comici Maria di Biase e The Jackal e il duo musicale Le EbbaneSis. Qui e adesso, poi, chiuderà la propria programmazione con il quarto e ultimo appuntamento, in onda sempre su Rai3 in prima serata, mercoledì 30 dicembre, quando Ranieri saluterà il suo 2020 in compagnia di Gianna Nannini, Nina Zilli, Paolo Jannacci e Irama. Pinocchio - Il grande Musical ispirato al romanzo di Collodi, va in onda sabato 26 dicembre, alle 21.15 su Rai5. Accolto dalla stampa, sin dal debutto nel 2003, come "la più grande produzione italiana di sempre", sintetizza la cultura, la creatività e l'identità italiana con uno dei personaggi più emblematici della nostra letteratura. Interpretato dal compianto Manuel Frattini, con musiche dei Pooh e liriche di Valerio Negrini e Stefano D'Orazio, storico batterista del gruppo recentemente scomparso. Il celebre burattino è senza dubbio uno dei personaggi più famosi al mondo, nato dalla penna di Collodi e rappresentato in centinaia di forme artistiche, dalla letteratura ai film, dalla musica ai videogiochi, fino a dare il nome a un asteroide (Pinocchio 12927). Lo spettacolo, firmato da Saverio Marconi, con le musiche dei Pooh e portato in scena con la Compagnia della Rancia ha avuto centinaia di repliche in tutta Italia con oltre 500.000 spettatori, tournée internazionali in Corea (2009) e a New York (2010). E poi appuntamento con "Ricomincio da RaiTre" con Andrea Delogu e Stefano Massini e con la direzione artistica di Massimo Romeo Piparo dal Teatro Sistina di Roma, in onda il 27 dicembre e il 3 gennaio in prima serata su Rai5. Ancora, "Il Rigoletto" firmato John Turturro, con il quale la star hollywoodiana ha debuttato nella regia d'opera, va in onda Mercoledì 30 dicembre, alle 21.15. Il nuovo allestimento, realizzato al Teatro Massimo di Palermo in coproduzione con il Teatro Regio di Torino, l'Opéra Royal de Wallonie-Liège e la Shaanxi Opera House, ha scene di Francesco Frigeri, costumi di Marco Piemontese, luci di Alessandro Carletti e coreografia di Giuseppe Bonanno. Sul podio dell'Orchestra e del Coro del Teatro Massimo è impegnato Stefano Ranzani. Protagonisti sul palco George Petean (Rigoletto), Ivan Ayon Rivas (Duca di Mantova), Maria Grazia Schiavo (Gilda) e Luca Tittoto (Sparafucile). Per chiudere il 2020, infine, Rai5 propone, il 31 dicembre alle 21.15, la produzione originale di Rai Cultura "Il barbiere di Siviglia" firmata da Mario Martone e diretta da Daniele Gatti, opera buffa di Gioachino Rossini che ha aperto la stagione 2020/2021 dell'Opera di Roma. Un evento televisivo frutto della stretta collaborazione con il Teatro Costanzi, nell'ambito della collaborazione tra Rai e Teatro, con Martone che ha realizzato non soltanto la regia teatrale, ma ha curato anche la regia televisiva di questa produzione, che ha trasformato il Teatro Costanzi in un vero e proprio set. Nel rispetto delle norme per l'emergenza sanitaria, inoltre, lo spettacolo è stato registrato a porte chiuse. Rai2 propone, martedì 29 dicembre alle 22.50, "Puck", in onda dal Teatro Golden di Roma: uno show con alcuni dei più grandi artisti italiani, un evento speciale affidato all'attore, autore, sceneggiatore e regista Massimiliano Bruno. Chi è Puck? Puck è probabilmente il personaggio più famoso della storia del teatro: dalle recite amatoriali ai grandi spettacoli, tutti abbiamo incontrato almeno una volta il folletto dispettoso di Sogno di una notte di mezza estate. Puck è in qualche modo il simbolo stesso del teatro, quel teatro che in questo momento è senza voce, che porterà in televisione uno spettacolo di intrattenimento dai registri più diversi, tra performance attoriali ed esibizioni musicali, tra artisti noti amati dal grande pubblico e giovani emergenti. In questa serata speciale Massimiliano Bruno metterà insieme alcuni tra i migliori talenti di teatro, cinema e musica per una mini-maratona che, a due giorni dalla fine del 2020, porti leggerezza e speranza sul piccolo schermo. Monologhi sorprendenti, sketch comici, esibizioni musicali rigorosamente live e unplugged e omaggi ai grandi protagonisti della storia dello spettacolo, come quello dedicato a Gigi Proietti: sono solo alcune delle performance che Puck offrirà ai telespettatori. Tra i big che si esibiranno sul palco ci saranno Niccolò Fabi, Stefano Fresi, Anna Foglietta, Massimo Giangrande, Edoardo Leo, Frankie Hi NRG, Vanessa Scalera, oltre allo stesso Massimiliano Bruno. In omaggio al grande teatro, su Rai1 il 22 dicembre va in

Web source: <http://www.movietele.it/post/sky-mediasset-rai-natale-2020-capodanno-2021-programmazione>

onda il film evento "Natale in casa Cupiello", la trasposizione televisiva dell'opera omonima di Eduardo De Filippo a 120 anni dalla nascita del grande drammaturgo. Restando su Rai1, a Capodanno, l'appuntamento tradizionale del primo giorno dell'anno "Danza con me" di e con Roberto Bolle, in onda in prima serata l'1 gennaio 2021 per la quarta edizione. Pur nelle difficoltà del fare spettacolo di questi tempi, anche quest'anno lo spettacolo dell'étoile dei due mondi viaggia, incontra, abbraccia portando gli spettatori con leggerezza in un mondo altro. Gli ospiti che hanno accettato l'invito di Bolle a danzare con lui sono molti. Tra questi c'è Vasco Rossi, che ha scelto proprio "Danza con me" come luogo per lanciare la sua nuova canzone. GLI APPUNTAMENTI DI CINEMA. Diversi, nel corso delle tre settimane di festa, i titoli dei film proposti dai vari canali Rai e da Raiplay, alcuni dei quali in prima visione assoluta, come "Fuori era primavera - Viaggio nell'Italia del lockdown", l'opera collettiva di Gabriele Salvatores, in onda su Rai3 sabato 2 gennaio alle 22. Prodotto da Indiana Production con Rai Cinema, è un intimo racconto degli italiani in lockdown: dalle piazze italiane vuote, agli eroi in prima linea nelle corsie degli ospedali, ai balconi in festa, alle riprese domestiche. Spazio, naturalmente, ai titoli natalizi, dai classici Disney a temi più moderni, come "...Con amore Babbo Natale (With Love Christmas)", una produzione statunitense del 2017 firmata da Marita Grabiak, con Emilie Ullerup, Aaron O'Connell, Rebecca Davis, Lindsay Winch, in onda venerdì 25 dicembre alle 17.05 su Rai1. Ancora su Rai1, nel giorno di Natale, la prima visione, in onda in prima serata, de "Gli Eroi del Natale" (USA - 2017), con la regia di Timothy Reckart. Su Rai3 tra il 24 e il 26 dicembre in seconda serata propone la trilogia de "Una notte al Museo" con Ben Stiller nei panni del guardiano notturno più famoso della storia del cinema. Altre prime visioni da segnalare sono quelle in onda su Rai2, tutte in prima serata: "Christmas at the Plaza", produzione Crown Media in anteprima assoluta per il mercato italiano (25 dicembre), "Same time next Christmas" firmato Disney, e "The Greatest Showman" (2 gennaio) con Hugh Jackman nei panni di P.T. Barnum, il più famoso artista circense di ogni epoca. Rai4 propone "Edward mani di forbice" di Tim Burton con Johnny Depp il 24 dicembre in prima serata. Il giorno di Natale, la prima serata di Rai4 rimane nei territori del fantastico con "Peter Pan" nella versione live-action del 2003 diretta dal regista P.J. Hogan. E su RaiMovie: "Susanna!" di Howard Hawks con Katharine Hepburn, May Robson, Charles Ruggles il 20 dicembre; "Il sospetto di Alfred Hitchcock" con Cary Grant, Joan Fontaine e Nigel Bruce il 27 dicembre; "Le mie due mogli" di Garson Kanin con Irene Dunne, Randolph Scott il 3 gennaio; la trilogia di Sidney Sibilia "Smetto quando voglio" martedì 22 e 29 dicembre e martedì 5 gennaio; "La principessa Sissi" di Ernst Marischka con Romy Schneider, Karlheinz Böhm e Magda Schneider, mercoledì 23 dicembre; "Sissi - La giovane imperatrice" mercoledì 30 dicembre, "Sissi - Destino di un'imperatrice" mercoledì 6 gennaio; "Pane, amore e fantasia" di Luigi Comencini con Vittorio De Sica, Gina Lollobrigida e Marisa Merlini il 25 dicembre, "Pane, amore e gelosia" l'1 gennaio, e "Pane, amore e..." di Dino Risi con Vittorio De Sica, Sophia Loren e Antonio Cifariello venerdì 8 gennaio. Su Rai3, va in onda la 44esima Edizione del Festival Internazionale del Circo di Montecarlo, in prima serata giovedì 24 e giovedì 31 dicembre, con la conduzione di Melissa Greta Marchetto. Il Principato di Monaco si prepara a diventare ancora una volta la capitale mondiale dell'arte circense, ospitando, nel suggestivo chapiteau di Fontvieille, quasi 150 artisti provenienti da tutti i continenti, che daranno vita a uno show senza uguali, sfidandosi sotto lo sguardo attento di una giuria presieduta dalla Principessa Stephanie e formata dai maggiori esperti del settore. Un'edizione resa ancora più prestigiosa ed emozionante dalla partecipazione di una delle famiglie circensi più antiche d'Europa, che può vantare fra i suoi ammiratori personaggi come Charlie Chaplin e Maurice Bejart: ospite d'onore sarà difatti il Circo Nazionale Svizzero Knie che presenterà alcuni dei suoi numeri equestri più sensazionali, riportando gli spettatori alle origini del circo, quando proprio il cavallo era il re della pista. DOC E ALTRI APPROFONDIMENTI CULTURALI. Mercoledì 23 dicembre in prima serata su Rai1 per il programma "Ulisse, il piacere della scoperta" in onda la riedizione di una puntata, dal titolo "Gerusalemme ai tempi di Gesù", in cui Alberto Angela accompagna in un viaggio storico alla scoperta delle vicende accadute nella terra di Israele nel periodo in cui è vissuto Gesù. Si tratta di un periodo ricco di fermenti e tensioni, caratterizzato dai difficili rapporti tra gli ebrei e i romani e da un intenso fervore messianico. L'intento di questo straordinario viaggio non è quello di raccontare Gesù, ma definire il contesto in cui si è mosso, insomma la cornice storica, archeologica e sociale attorno alla sua figura. A seguire, sempre su Rai1, in prima visione assoluta per l'Italia, "Il nostro Papa", docu-film del 2018 - tratto dall'omonimo libro della stessa Lupi, la prima biografia per immagini di papa Francesco - interpretato da Iago Garcia, per la regia di Marco Spagnoli e Tiziana Lupi. Ripercorre le origini della famiglia di papa Bergoglio, l'abbandono dell'Italia per una sorte più fortunata in Argentina, l'infanzia del futuro pontefice vissuta con lo spirito delle radici italiane. Una profonda riflessione sul significato del fenomeno migratorio con un occhio attento all'attualità. Da giovedì 24 dicembre, "Geo" si veste a festa con Sveva

Newspaper metadata:

Source: Movietele.it	Author: Simone
Country: Italy	Ziggiotto
Media: Internet	Date: 2020/12/22
	Pages: -

Web source: <http://www.movietele.it/post/sky-mediasset-rai-natale-2020-capodanno-2021-programmazione>

Sagramola ed Emanuele Biggi che terranno compagnia ai telespettatori di Rai3 ogni pomeriggio per trascorrere tre ore insieme. L'attenzione verso gli altri, verso l'ambiente e verso il futuro sono i temi portanti di questo ciclo oltre agli inevitabili riflessi che la pandemia ha comportato sul pianeta e su tutti noi: com'è cambiato il modo di rapportarsi con le altre persone, quali conseguenze sulla psicologia dei singoli e della collettività ha determinato il diffondersi del Covid-19 e anche quali ricadute sull'ambiente e sugli animali. Anche "il Kilimangiaro" resta aperto per le feste, con Camila Raznovich in onda per raccontare con ospiti e documentari il mondo attraverso la lente del Viaggio. Nella puntata de "il Kilimangiaro" di domenica 27 dicembre alle 16.15 tutti i "resident talent" saranno presenti in studio: da Mario Tozzi, alla biologa marina Mariasole Bianco, dall'astrofisico Luca Perri all'alpinista Hervé Barmasse con le sue storie di esplorazioni; anche il botanico Stefano Mancuso interverrà portando i telespettatori nel mondo delle piante e proponendo anche una sua personale "classifica" del Kilimangiaro da votare su Instagram. Molti dei film maker si collegheranno per presentare i loro filmati di viaggio.

LO SPORT SULLE RETI RAI. Spazio allo sci alpino: in questa tranche di stagione la Coppa del Mondo fa tappa in Italia, in Alta Badia, per tre giorni di gare maschili, tra il 20 e il 22 dicembre, e in Francia, in Val d'Isere, per un weekend tutto al femminile. Sei gare visibili su Raisport+HD, in attesa dei Mondiali di Cortina del 2021.

PROGRAMMI DI INTRATTENIMENTO. Da sabato 26 dicembre, dalle 20.35 alle 22.30, torna su Rai1 "Affari Tuoi" nell'inedita versione "Affari Tuoi (Viva gli Sposi!)". Il programma, condotto da Carlo Conti, in ogni puntata avrà come protagonista una coppia vicina al matrimonio e ci sarà in palio una 'lista di nozze' ricchissima, con un montepremi massimo di 300.000 euro. Su Rai2, il 22 e il 29 dicembre, in prima serata, due edizioni natalizie di "Un'ora sola vi vorrei... per le feste", il one man show di Enrico Brignano che torna con un doppio appuntamento - uno per Natale e uno per il nuovo anno - da sessanta minuti ciascuno che mescola comicità, monologhi, musica e ospiti. Il 6 gennaio, il tradizionale appuntamento, in prima serata su Rai1, con "Soliti Ignoti - Il Ritorno - Speciale Lotteria Italia", la puntata speciale dello show condotto da Amadeus, abbinato alla Lotteria Italia, dedicata all'estrazione finale dei biglietti fortunati, con il primo premio da 5 milioni di euro. Tanti gli ospiti che arriveranno al Teatro delle Vittorie e che verranno coinvolti nel corso della serata, sia durante la partita, giocata da un concorrente del game show che dovrà abbinare prima le identità e poi risolvere il gioco finale del "parente misterioso", sia durante il gioco dedicato alla Lotteria Italia. Molti anche i momenti di spettacolo e di intrattenimento per festeggiare, come da tradizione, la Befana supermilionaria. Il 31 dicembre, immancabile l'appuntamento con "L'Anno che Verrà", lo show di Rai 1 che accompagnerà i telespettatori fino al nuovo anno: quest'anno il programma andrà in onda da uno studio a Roma, a causa delle restrizioni per la pandemia, con la conduzione affidata ad Amadeus.

RAIPLAY, IN STREAMING TUTTA L'OFFERTE DELLE RETI TV MA ANCHE ALTRO ON DEMAND. Sport, produzioni originali, documentari, film italiani e internazionali, fiction, opere teatrali, musica, cartoons e molto altro nell'offerta di RaiPlay per le feste di Natale. In esclusiva a dicembre disponibili i primi episodi di "Tu non sai chi sono io - Quello che i ragazzi non dicono", un programma ideato e scritto da Alessandro Sortino in cui la "Generazione Z" si racconta in prima persona. E poi la docu-serie con Giovanni Allevi e gli artisti di strada "Allevi in the jungle" e la serie tv dedicata al disagio psichico degli adolescenti "Mental". Diversi i film disponibili in esclusiva su RaiPlay, come "Alessandra un grande amore e niente più", la trilogia di Sidney Sibilia "Smetto quando voglio", i film di Alessandro Siani e Leonardo Pieraccioni e tanti altri titoli italiani e internazionali. Tra questi "La La Land" (anche in lingua originale), "Sette minuti dopo la mezzanotte", "Biancaneve Mirror Mirror", "Hugo Cabret", "Alaska", "Rosso Istanbul", "La Pazza Gioia". Per nonni e genitori ma anche per gli appassionati di ogni età la sezione "Natale in casa De Filippo" raccoglie le opere più amate di Eduardo De Filippo, mentre per gli amanti della musica i tradizionali concerti di Natale e Capodanno. Presenti anche molti titoli dedicati ai più piccoli: dieci nuovi episodi di "Topo Gigio" e di "BING 4", le tre serie esclusive "Geronimo Stilton", "Le storie di Lupin" in prima visione e sette nuovi episodi de "Le avventure di Sherlock Holmes". Per i ragazzi, infine, disponibili le serie "Penny on Mars 3" e "Jamie Johnson 5" nonché una selezione tematica di fiction, live action e programmi tv. Tra le proposte "Il collegio", "Lo straordinario mondo di Zoey" e "Star club".

RAI RAGAZZI, RAI STORIA: BAMBINI, ADOLESCENTI E NON SOLO. Intrattenimento, film e produzioni animate in prima visione tra le proposte di Rai Ragazzi per il palinsesto natalizio di Rai Yoyo e Rai Gulp, fino al 6 gennaio 2021. Su Rai Yoyo va in onda "One Love", dieci cortometraggi animati creati da Andrea Zingoni per i bambini di età prescolare, che a partire da martedì 22 dicembre alle 10.20, propone due nuovi personaggi, Amo e Ama, tra canzoncine e ritornelli per i più piccoli e per tutta la famiglia firmati da Dario Brunori, il cantautore Brunori Sas, e Domenico Palermo. Il racconto, la musica, i colori, le parole, il rapporto "sostenibile" con l'ambiente, i valori universali trasmessi, le emozioni protagoniste di ogni singolo episodio, tutto in "One Love" è stato concepito per permettere una stimolante partecipazione da parte del pubblico.

Web source: <http://www.movietele.it/post/sky-mediaset-rai-natale-2020-capodanno-2021-programmazione>

Come da tradizione spazio poi le nuove "Canzoni animate dello Zecchino d'oro": da sabato 26 dicembre, tutti i giorni alle 18.55 e alle 21.50, i videoclip animati delle nuove canzoni della celebre gara canora, prodotti da Rai Ragazzi e Antoniano di Bologna. Tra gli autori delle nuove canzoni figurano anche Simone Cristicchi, Francesco Tricarico, Leonardo Pieraccioni e Paolo Belli. Ma lo Zecchino d'Oro è pronto a scaldare questo Natale anche su Rai1 con appuntamenti speciali nel giorno della Vigilia (alle 17.05) con "L'attesa" condotta da Paolo Belli e Cristina D'Avena e con la partecipazione straordinaria di Edoardo Bennato, e la mattina del 25 (alle 9.35) con "Lo Zecchino di Natale" per cantare i classici natalizi più famosi sempre in compagnia delle voci del Piccolo Coro "Mariele Ventre" dell'Antoniano diretto da Sabrina Simoni. Su Rai Yoyo, per tutto il periodo di Natale in onda gli speciali sulle festività: "Mimi e Lisa" (21 dicembre), "Piccolo Grande Timmy – Sorpresa di Natale" (22 dicembre), "Pimpa e Olivia Paperina" (23 dicembre), "Spike 2" (24 dicembre), "Finalmente Natale" (25 dicembre), "Peppa Pig – episodi di Natale" (26 dicembre), "Snow Man e Snow Dog" (27 dicembre), "Molly Monster – Il Film" (28 dicembre), "Zog" (29 dicembre), "Che animale sei?" (30 dicembre), "Trecciolina e Senzasonno" (31 dicembre), "Shaun Vita da Pecora – I Lama in Fattoria" (1° gennaio), "Il topo brigante" (2 gennaio), "L'Ape Maia – Il Film" (3 gennaio), "Mimi e Lisa" (4 gennaio), "Pimpa – Olivia Paperina" (5 gennaio) e "Bing – Speciale Natale" (6 gennaio). Su Rai Gulp, la terza stagione di "Penny On M.A.R.S." (dal lunedì al venerdì, alle 20.20) e lo special "I colori del Natale" (Giovedì 24 dicembre, alle 17.25 e alle 22.20). Quest'ultimo è un mediometraggio prodotto da Rai Ragazzi e Enanimation sul Natale delle minoranze cristiane in Medio Oriente, che vede protagonisti due ragazzini che riescono a ritrovare nelle piccole cose lo spirito della festa. Un film di fantasia che trae spunto dalle sempre maggiori difficoltà e pericoli per festeggiare la ricorrenza che incontrano queste comunità. Infine, nuovo e ultimo appuntamento con "Storie della tv", in onda martedì 5 gennaio alle 21.10, dedicato a "La Tv dei ragazzi", per spiegare come il pomeriggio dagli anni '50 agli anni '90 sia stato fortemente improntato all'offerta televisiva per i più piccoli della Rai TV, come già accadeva in radio, ma in più con l'elemento visivo. GLI APPUNTAMENTI SU RAI STORIA. In primo piano "Il patrimonio in gioco. L'eredità immateriale dei giochi tradizionali", un appuntamento firmato "Italia. Viaggio nella bellezza": dal Lancio del Maiorchino a Novara di Sicilia, al gioco del Pallone del Bracciale di Treia, nelle Marche, fino ad arrivare al Zugo de l'Ovo di Sezano, in Veneto: giochi che affondano le loro radici in tempi antichi, e che grazie alla costanza e alla passione delle loro comunità vengono ancora praticati e insegnati alle nuove generazioni. Un'eredità immateriale raccontata da Brigida Gullo con la regia di Eva Frè, in onda in prima visione lunedì 28 dicembre alle 21.10. Per Binario Cinema, invece, il film "The Social Network" che racconta della nascita e della crescita di Facebook, oggi il più popolare social network del mondo, ideato tra la fine del 2003 e l'inizio del 2004 dall'allora diciannovenne Mark Zuckerberg, e poi sviluppato con un ristretto gruppo di ragazzi, come lui studenti all'università di Harvard. Il film ha vinto 4 Golden Globes (miglior film drammatico, regia, sceneggiatura e colonna sonora) e 3 premi Oscar (sceneggiatura, montaggio e colonna sonora). Con la regia di David Fincher e protagonisti Jesse Eisenberg, Andrew Garfield, Justin Timberlake, Armie Hammer, Max Minghella, Brenda Song, "The Social Network" va in onda domenica 3 gennaio alle ore 21.10. La Programmazione Mediaset per le Festività natalizie 2020 CANALE 5 Il 22 e 26 dicembre, in prima serata gli ultimi due capitoli della saga Harry Potter: I doni della morte "Parte 1" e "Parte 2". Il 23 dicembre debutta la serie-comedy "I Fratelli Caputo" con Nino Frassica e Cesare Bocci: racconta le divertenti scaramucce dei due fratellastri Nino e Alberto con relative famiglie, che dopo cinquant'anni di separazione si ritrovano nello stesso casale, in un paesino della Sicilia. Giovedì 24 dicembre, sera della Vigilia di Natale, Federica Panicucci conduce la 28a edizione del Concerto di Natale. L'evento è promosso dalla Congregazione per l'Educazione Cattolica e sostiene Missioni Don Bosco Valdocco Onlus e la Fondazione Pontificia Scholas Occurrentes. Sul palco molte stelle della musica italiana tra cui Malika Ayane, Antonino, Arisa, Emma, Roby Facchinetti, Andrea Griminelli, Moreno, Nek, Tosca, Ron, Renato Zero, e anche star internazionali: Dotan (Olanda), Aida Garifullina (Russia), Hong-hu Ada (Giappone), Amy Macdonald (Scozia). Gli artisti vengono accompagnati dall'Orchestra Italiana del Cinema, diretta dal Maestro Adriano Pennino, con la collaborazione del Maestro Emiliano Facchinetti. Il Concerto di Natale sarà anche alla radio: a partire dalle 21.15 su Radio Monte Carlo, con il commento e le interviste di Rosaria Renna ai protagonisti. Obiettivo di questa edizione dell'evento è sostenere il progetto "Insieme facciamo rete per il nostro futuro!", per rispondere concretamente all'emergenza sociale ed educativa provocata dalla pandemia del COVID-19. La regia del "Concerto di Natale" è di Roberto Cenci. Venerdì 25 dicembre, in prima serata, su Canale 5, in onda il film del 2017 "Natale Da Chef" con regia di Neri Parenti e con protagonisti Massimo Boldi, Dario Bandiera, Rocio Munoz Morales, Paolo Conticini, Francesca Chillemi, Enzo Salvi: Gualtiero Saporito e' un grande chef, ma solo nella sua testa! Infatti con i suoi arditi mix di ingredienti, cucina solo piatti disgustosi. Gualtiero

Newspaper metadata:

Source: Movietele.it	Author: Simone
Country: Italy	Ziggiotto
Media: Internet	Date: 2020/12/22
	Pages: -

Web source: <http://www.movietele.it/post/sky-mediasset-rai-natale-2020-capodanno-2021-programmazione>

pero' non demorde e insiste a proporre la sua cucina in ogni occasione, ricevendo solo insulti e porte in faccia. Ma la sua tenacia, un giorno, viene premiata perche' Furio Galli, proprietario di una famosissima ditta di catering, gli offre il posto di capo cuoco nella brigata che parteciperà alla gara d'appalto indetta per "sfamare" il prossimo G7. Venerdì 25 dicembre, in seconda serata, su Canale 5, è di scena il Concerto di Natale di Andrea Bocelli, che - accompagnato dal pianoforte del Maestro Carlo Bernini - offre un'esibizione dalle Grotte di Frasassi con i brani più belli di Natale, come Silent Night, in una versione a cappella, accompagnato solo dal pianoforte e dalla ballerina classica Brittany O'Connor, con un pittoresco gioco di luci. Il set acustico live del Maestro prosegue con canzoni come White Christmas, Caro Gesù Bambino, Fratello Sole Sorella Luna (Dolce è sentire), Pianissimo. L'evento, diretto da Gaetano Morbioli, vede come location la Sala Abisso Ancona, la più grande del complesso ipogeo, dove si trovano le caratteristiche stalagmiti denominate I Giganti, e la Sala delle Candeline. Inserito nella Hollywood Walk of Fame per la sua attività nel campo della musica, Bocelli è oggi "il tenore più amato a livello internazionale". Ha cantato nei più importanti teatri d'opera, dalla Carnegie Hall al Wiener Staatsoper fino al Metropolitan Opera House, e ha inciso come protagonista opere come La Bohème, Madama Butterfly, Tosca, Il Trovatore, Werther, Pagliacci, Cavalleria Rusticana, Carmen, Andrea Chénier, Romeo et Juliette, Manon Lescaut, Turandot e Aida. Il suo nome, fin dagli anni '90 figura tra i protagonisti di numerose importanti manifestazioni legate alla filantropia e al supporto di realtà disagiate in tutto il mondo. Presidente onorario della Fondazione Arpa, nel 2011 ha dato vita all'ABF, l'Andrea Bocelli Foundation. Il 27 dicembre, nel pomeriggio di Canale 5, in onda il meglio delle nove edizioni di OPERA ON ICE, spettacolo sul ghiaccio che combina il pattinaggio artistico e l'opera lirica. Il 29 dicembre, in prima serata va in onda lo speciale "Viaggio nella grande Bellezza" con Cesare Bocci dedicato alla Natività e all'Arte. Infine, Capodanno con i concorrenti del Grande Fratello VIP: il 31 dicembre, Alfonso Signorini dà il via ad una puntata speciale del reality più visto della TV italiana. ITALIA 1 In prima serata mercoledì 23 e martedì 29, due speciali inediti de "Le Iene", il primo dedicato al viaggio di Marika e il secondo a ospedali da incubo. Giovedì 24 dicembre, immancabile il film "Una poltrona per due", che va in onda sulla rete da 23 anni consecutivi. Venerdì 25 dicembre, in prima serata, Italia 1 festeggia la magica notte di Natale con "UP&Down - Un Natale Normale". Paolo Ruffini e talentuosi attori con la sindrome di Down, in scena con lui da diversi anni, raccontano la bellezza che risiede nella diversità. A differenza del format teatrale delle precedenti edizioni, quest'anno "UP&Down" torna in una versione del tutto inedita, diventando un talk show ricco di sorprese e improvvisazione in cui la comicità lascerà spazio anche a momenti emozionanti e commoventi. Protagonisti i ragazzi disabili che, guidati da Paolo Ruffini, propongono agli ospiti divertenti sfide e li coinvolgono in gag e performance esilaranti, ma, soprattutto, realizzano interviste senza filtro, ponendo loro domande imprevedibili. Con ironia, i personaggi in studio si mettono in gioco, dimostrando che, oltre ad accogliere la diversità, è possibile celebrare l'unicità di ciascuno attraverso il sorriso. Tra gli ospiti Alvin, Alessandra Amoroso, Ilary Blasi, Vittorio Brumotti, Piero Chiambretti, Giuseppe Cruciani, Antonella Elia, Mario Giordano, J-Ax, Le Donatella, Valeria Marini, Alfonso Signorini, Andrea Paris, Pupo. Domenica 27 dicembre, in prima serata, Italia1 propone lo speciale comico "Maurizio Battista: 30 anni e non li dimostra" registrato al Teatro Olimpico di Roma, in cui il comico Maurizio Battista ripercorre i suoi trent'anni di carriera, rivivendo l'Italia degli ultimi decenni, con i suoi vizi, le sue virtù e le sue mode. A seguire, in seconda serata, su Italia1 in onda lo speciale "2020 - Emozioni di Sport" con i momenti più importanti, spettacolari ed emozionanti che hanno animato l'anno sportivo 2020. Il 28 dicembre, in seconda serata, dalle ore 00:25, su Italia1 appuntamento, in prima tv, con la serie BatWoman basata sull'omonimo personaggio DC Comics di Kate Kane, giustiziera in black dress e prima supereroina gay della storia del fumetto. L'ultima sera di quest'anno, il 31 dicembre, in onda in seconda serata il film Blade Runner: in una Los Angeles distopica, il Blade Runner fuori servizio Rick Deckard è richiamato per eliminare un quartetto di replicanti evasi. Nel cast, Harrison Fors e Rutger Hauer. Nella sua seconda serata del primo giorno dell'anno, Italia1 propone la Maratona Matrix: l'intera trilogia cult che ha ridefinito il genere fantascientifico, con Keanu Reeves, Laurence Fishburne e Carrie-Anne Moss. Dal 24 dicembre, alle ore 09:30, appuntamento con la serie televisiva God Friended Me, con le nuove puntate della seconda stagione in prima visione. Nei pomeriggi di Dicembre di Italia 1, dalle ore 14 in onda una selezione di episodi de I Simpson a tema natalizio, tra cui 'Natale riveduto e corretto' e 'Mr spazzaneve' oltre alla puntata inedita 'Bobby fa freddo fuori'. Dal 18 dicembre, spazio alla prima puntata di 'Un Natale da cani' e alla prima visione assoluta de 'La via del cane'. Dal 21 dicembre all'8 gennaio, ogni pomeriggio di Italia1 appuntamento con un film: Balto, Willy Wonka e la fabbrica cioccolato, Dennis la minoccia, Dennis la minaccia di Natale, Casper, La sposa cadavere, Spirit - Cavallo selvaggio, La gabbianella e il gatto, Babe Maialino Coraggioso, Scooby-Doo, Beethoven e, in prima visione in chiaro, Dragonheart,

Newspaper metadata:

Source: Movietele.it	Author: Simone
Country: Italy	Ziggiotto
Media: Internet	Date: 2020/12/22
	Pages: -

Web source: <http://www.movietele.it/post/sky-mediasset-rai-natale-2020-capodanno-2021-programmazione>

Dragonheart 2 - Una nuova avventura, Dragonheart - Battaglia per il cuore di fuoco. RETEQUATTRO Su Retequattro l'informazione non si ferma: Veronica Gentili è impegnata tutti i giorni in access prime time con "Stasera Italia News", cui si aggiunge uno speciale, mercoledì 23, in prima serata. Nicola Porro va avanti con "Quarta Repubblica", il lunedì, in prime-time (21, 28 dicembre e 4 gennaio). Il 24 dicembre, in prima serata, in onda il film 'Sette Spose per Sette Fratelli'. La sera di Natale, il 25 dicembre, in prima serata in onda, dalle ore 20:30, il film "Via col vento" adattamento dell'omonimo romanzo del 1936 di Margaret Mitchell. Il 24 dicembre, in seconda serata, in onda lo speciale "Fabbrica del Sorriso - Una Storia Speciale" con Stella Pende che racconta le iniziative speciali promosse da Mediafriends. LA5 In prima serata su La5, mercoledì 23 appuntamento con "Royal Christmas", con Lavinia Orefici, Silvana Jacobini e Roberto Alessi per scoprire come passano le festività i 'Reali'. E ogni domenica, in prima visione in chiaro, il revival delle Gilmore Girls, "Una mamma per amica: di nuovo insieme", ambientato dieci anni dopo la conclusione della serie originale per raccontare come sono ora le vite di Lorelai, Rory e Emily Gilmore in quattro capitoli: Inverno, Primavera, Estate, Autunno. IRIS Prima serata, 24, 25, 26, con "Natale Die Hard: la saga": Trappola di cristallo, 58 minuti per morire, Die Hard - Duri a morire. Il 31, dalle 21.00 in poi, "Capodanno da Kubrick", con Barry Lyndon, Eyes Wide Shut, Arancia Meccanica. 20 Sul 20, dal 23 dicembre in prima serata alle ore 21, un giorno dietro l'altro, in onda la saga de Il Signore degli Anelli, con l'intera trilogia cinematografica proposta in edizione integrale: Il Signore degli Anelli - La compagnia dell'Anello (mercoledì 23 dicembre), Il Signore degli Anelli - Le due Torri (giovedì 24 dicembre), Il Signore degli Anelli - Il ritorno del Re (venerdì 25 dicembre). Il 31 dicembre, dalle ore 13:00, maratona no stop 'Capodanno Orsacchiotto' con in onda le due commedie in live-action dirette da Seth MacFarlane: Ted e Ted 2. CINE34 PANETTONEDal 20 dicembre in access-prime time, appuntamento con "A CENA CON..." con in onda commedie approdate al cinema proprio nel periodo delle feste: da Boldi a Salemme, da Pieraccioni ed Aldo, Giovanni e Giacomo, da Abantuono a Verdone. Dal 20 al 26 dicembre, dalle ore 9:30 del mattino, appuntamento con "UN CAFFÈ CON TOTO" con film con Totò protagonista. In prima e seconda serata, il 24, 25 e 26 dicembre, la rassegna "Non ci resta che il Natale" con in onda i film con Benigni e Troisi: Scusate il ritardo, seguito da Le vie del Signore sono finite (giovedì 24 dicembre), Non Ci resta che piangere, seguito da Il viaggio di Capitan Fracassa (venerdì 25 dicembre), Johnny Stecchino, seguito da Il Postino (sabato 26 dicembre). Il 31 dicembre, maratona "Capodanno nel Pallone" al via alle 21.00 con L'allenatore nel pallone 1, L'allenatore nel pallone 2, Mezzo destro e mezzo sinistro - Due calciatori senza pallone, Paulo Roberto Cotechino - Centravanti di sfondamento, e Il presidente del Borgorosso Football Club. FOCUS In prima serata, martedì 22, l'addestratrice Raffaella Gallo torna con "Eroi a quattro zampe - Le nuove storie", dedicato a cani speciali, capaci di salvare la vita delle persone o, in ogni caso, di migliorarla notevolmente. Il 23 dicembre, in prima serata, appuntamento con il doc "Islanda: Terra Estrema" dedicato alla natura e alla complessa geologia della Terra del Ghiaccio e del Fuoco; a seguire, "Vulcani d'Italia, vulcani nel Mondo", produzione con Luigi Bignami che confronta le tipologie vulcaniche presenti nel nostro Paese con fenomeni altrettanto rilevanti presenti all'estero. Giovedì 24 dicembre, in prima serata dalle 21:15, in onda "Universo A Raggi X" con puntate inedite della 4a stagione, dedicate a Perseverance, il rover che scenderà su Marte nel prossimo febbraio, e a natura e ricerca dei Buchi Bianchi. Venerdì 25, in onda il doc d'autore "Malika, la grande predatrice" con protagonista la coraggiosa femmina di leopardo. Il 26 dicembre, sempre in prima serata, in onda "La Guerra dei Kamikaze", docufilm dedicato all'epica dei kamikaze giapponesi: l'origine e il senso del loro rituale di morte, il tributo di sangue versato al Giappone a fronte di una guerra palesemente perduta. ITALIA2 Dal 28 dicembre in prima serata su Italia2 va in onda "Neverendinghorror", rassegna di film de paura, tra cui: La bambola assassina 2 e La bambola assassina 3, La casa 2, The Fog, La cosa, Amityville Possession, Amityville III - Il signore della morte, Halloween III - Il signore della notte, Morte a 33 giri, Videodrome... PREMIUM CINEMA 1 (canale Pay su Infinity TV e Sky) Il 23, 24, 25 dicembre dalle 6:30 "CHRISTMAS WIZARDING WORLD", maratona non stop dedicata alla saga di Harry Potter. Giovedì 31 dicembre, dalle ore 21:15, "CAPODANNO EPICO" con i film Troy, 300 e 300 - L'alba di un Impero. PREMIUM CINEMA 2 (canale Pay su Infinity TV e Sky) Il 25 dicembre dalle 19:00 serata "NATALE ON THE ROAD" dedicata all'iconico mito della strada, con i film Fuori orario, Fandango e On the Road. Giovedì 31 dicembre, dalle ore 21:15 e per tutta la notte, "CAPODANNO IN MUSICA" con storie di musica ribelle, per festeggiare l'arrivo del nuovo anno: I Love Radio Rock, Rock of Ages, Blinded by the Light e Ragtime. PREMIUM CINEMA 3 (canale Pay su Infinity TV e Sky) Dal 31 dicembre, dalle ore 21:15, "CAPODANNO CON CHECCO ZALONE" con: Cado dalle nubi, Sole a catinelle, Quo Vado. MEDIASET PLAY. Tutta la programmazione dei canali free di Mediaset è visibile anche in streaming su Mediaset Play, app e sito web, con la possibilità di (ri)vedere molti contenuti onDemand dal giorno

Newspaper metadata:

Source: Movietele.it

Country: Italy

Media: Internet

Author: Simone

Ziggiotto

Date: 2020/12/22

Pages: -

Web source: <http://www.movietele.it/post/sky-mediaset-rai-natale-2020-capodanno-2021-programmazione>

dopo la messa in onda. La Programmazione Sky per le Festività natalizie 2020 Oltre alla programmazione dei canali Premium Cinema 1/2/3 sopra descritta, accessibili per gli abbonati Sky Cinema, il regalo di Natale di Sky di quest'anno è "Tutti per 1 - 1 per tutti", il film con protagonisti i tre i Moschettieri Pierfrancesco Favino, Valerio Mastandrea, Rocco Papaleo. E poi, immancabile, la trasformazione di Sky Cinema Collection in Sky Cinema Christmas, disponibile dall'1 dicembre al 6 gennaio 2021 per tutti gli abbonati satellite e fibra ai canali 303 (HD) e 333 (SD) e anche on demand per tutti i clienti satellite e fibra oltre che su NOW TV. In programmazione sul canale la prima visione della commedia Il primo Natale di Ficarra e Picone. In programmazione anche: Un Natale per due con Enrico Brignano e Alessandro Gassmann; Un Natale con i fiocchi con Alessandro Gassmann e Silvio Orlando; La cena di Natale con Riccardo Scamarcio, Laura Chiatti, Michele Placido e Maria Pia Calzone; Natale da Chef di Neri Parenti con Massimo Boldi, Biagio Izzo ed Enzo Salvi; Un Natale al Sud con Massimo Boldi, Biagio Izzo e Anna Tatangelo; L'amore non va in vacanza con Cameron Diaz, Kate Winslet, Jude Law e Jack Black; Love Actually - L'amore davvero con Keira Knightley, Hugh Grant, Liam Neeson, Emma Thompson e Colin Firth; Serendipity - Quando l'amore è magia con Kate Beckinsale e John Cusack; Una poltrona per due con Eddie Murphy, Dan Aykroyd e Jamie Lee Curtis; Natale in affitto con Ben Affleck; Fuga dal Natale con Tim Allen, Jamie Lee Curtis e Dan Aykroyd; S.O.S. Fantasmi con Bill Murray; Natale all'improvviso con Diane Keaton e Olivia Wilde; Il figlio di Babbo Natale con protagonista Arthur, il figlio minore di Santa Claus; L'apprendista Babbo Natale - Il Natale di Nicholas; Bianco Natale con Bing Crosby; Scoot Poliziotto a 4 zampe con Luke Perry, Ariana Bagley, Cate Allen, Anson Bagley. Tutti i titoli di Sky Cinema Christmas sono disponibili anche nella collezione on demand insieme a numerosi film di Premium Cinema tra i quali Un amore sotto l'albero con Chazz Palminteri, Susan Sarandon, Alan Arkin e Penélope Cruz e Lettera di Natale, tratto dal romanzo The Christmas Note di Donna VanLiere.

Newspaper metadata:

Source: Il Secolo Xix

Country: Italy

Media: Printed

Author: Daniela

Terragni

Date: 2020/12/23

Pages: 24 -

«I danni del Covid? Anche sulla mente» Team di **psicologi per aiutare le vittime**

Ci sono gesti come la donazione di panettoni e pandori avvenuta lunedì all'Ospedale Infantile da parte della pasticceria Vitolo per i pazienti e per gli operatori dei reparti maggiormente impegnati nell'emergenza Covid, che fanno bene al cuore. Ma la mente è un meccanismo complesso, che non si accontenta di una carezza. Così la struttura di psicologia dell'Azienda ospedaliera di Alessandria apre un'agenda esclusiva per la prenotazione di visite per disturbi post traumatici associati al Covid-19. «È stato dimostrato - spiega Rossella Sterpone, che dirige il reparto - come il disturbo post traumatico da stress, che colpisce chi ha subito gravi lesioni o ha partecipato ed assistito a situazioni molto dolorose o particolarmente difficili e paurose, possa presentarsi anche in relazione al Covid-19». Le cause? «La grande vulnerabilità emotiva che caratterizza questo periodo di emergenza nonché la vicinanza a persone malate gravi, oltre al trauma di aver provato in prima persona "la fame di ossigeno"». È possibile prenotare una visita psicologica, anche pediatriche, tramite il Cup dell'Ospedale civile al numero 0131-206428, dal lunedì al venerdì, dalle 14 alle 16. «Questo tipo di sindrome - riprende Sterpone - può colpire i pazienti sopravvissuti al Covid e i loro familiari o i cari di chi non ce l'ha fatta e a cui non hanno potuto dire addio, ma anche gli operatori sanitari che lavorano duramente ogni giorno con turni faticosi e con il rischio di contagiarsi, fino ad arrivare alle persone che hanno subito l'isolamento o la quarantena e a chi non riesce ad affrontare le restrizioni sociali ed economiche imposte dalla pandemia». L'iniziativa è avallata anche dall'Organizzazione mondiale della Sanità, che proprio in questi giorni ha pubblicato le nuove linee guida per combattere il disturbo post traumatico e aiutare numerose persone ad affrontare lo stress e superare un periodo così prolungato di disagio. La Regione ha stanziato 520 mila euro per il supporto psicologico dei minori, a lungo privati del contatto in aula con i coetanei, arruolando nuovi **psicologi** nelle Asl del Piemonte. «Gli effetti del lockdown sui bambini e sui ragazzi, in alcuni casi, sono stati molto pesanti e hanno generato vissuti negativi - interviene l'assessore regionale al Welfare, Chiara Caucino - Per questo, ritengo importante offrire a chi ne ha bisogno un sostegno psicologico continuativo che consenta la ripresa della vita quotidiana, il recupero di relazioni positive e il superamento di situazioni di difficoltà». In Piemonte a fine 2019 la popolazione nella fascia da zero a 17 anni era quantificata in circa 645 mila unità. Dopo la prima mappatura dei casi, il monitoraggio sarà continuo: il primo rapporto degli **psicologi** fra esigenze e benefici sarà presentato fra sei mesi entro la fine dell'anno scolastico.

Newspaper metadata:

Source: Il Messaggero

Author: Carla Massi

Country: Italy

Date: 2020/12/23

Media: Printed

Pages: 29 -

Web source:

Tranquilli bambini, Santa Claus sta bene

Giù le mani da Babbo Natale. L'epidemia ha negato gli abbracci, i baci, le tavolate con amici e parenti, le gite lontano da casa, i giochi tutti insieme ma non può toccare il barbuto di rosso vestito che porta i regali. Dai pediatri all'Oms un solo appello: lasciate che i più piccoli, almeno loro, mantengano le tradizioni e si tuffino nella fiaba. Che, quella notte, si trasforma in accoglienza, attesa, promesse, gioia. Si sono scomodati i virologi (e chi altrimenti di questi tempi?), perché la favola natalizia anche quest'anno possa continuare a cullare i bambini. L'Organizzazione mondiale della sanità ha deciso di fare uno sgarro al protocollo rivolgendosi direttamente a chi sta aspettando i doni sotto l'albero. Con la stessa autorevolezza con la quale ci informa di virus, epidemie e nuove ricerche. «I bambini non devono essere preoccupati per Babbo Natale. È immune al virus e sappiamo, anzi, che in queste ore è molto impegnato. Abbiamo anche sentito che molti leader del mondo stanno rivedendo le misure di lockdown per permettergli di viaggiare e portare doni la notte di Natale», fa sapere Maria Van Kerkhove, a capo del gruppo tecnico dell'Oms per il coronavirus. I DUBBI Anthony Fauci, il super esperto americano in malattie infettive, si è esposto fino a rassicurare i bambini garantendo di «essere andato al Polo Nord ed aver vaccinato personalmente Babbo Natale per permettergli di consegnare i regali». È apparso alla Cnn per rispondere ai dubbi, leciti, di chi teme di non ricevere doni perché anche Santa Claus si è ammalato. Una mobilitazione senza precedenti dal momento che una certezza come Babbo Natale, fino ad oggi, non era mai stata messa in discussione. Ne devono aver parlato pediatri e **psicologi** se hanno alzato la voce autorità sanitarie mondiali di questo calibro. Le paure dei bambini sono sorprendentemente riuscite a far breccia tra tanto dolore e tanto frastuono. Nel numero di Natale della rivista scientifica, The British Medical Journal, due medici, il chirurgo Peter Brennan e la radiologa Rachel Oeppen, riflettono sulla salute di Babbo Natale. Prendono il suo esempio per parlare di coloro che, tutto l'anno fanno una vita simile alla sua. E avanzano suggerimenti. Si riferiscono a chi sta sveglio a lungo, magari per motivi di lavoro, e trascura sia l'alimentazione che l'idratazione. Da qui, il consiglio di mettere anche un bicchiere d'acqua accanto al panettone. «Sappiamo che pause regolari così come un'adeguata idratazione - scrivono gli autori - durante il lavoro sono fondamentali per mantenere le prestazioni e la sicurezza. Al posto di biscotti e altre leccornie a base di zucchero potrebbe essere meglio fargli fare uno spuntino con i bastoncini di carota lasciati per le sue renne». LE BUGIE «Sarà un Natale diverso - spiega Elena Bozzola, segretario della Società italiana di pediatria - perché non ci saranno i nonni, i cuginetti e gli zii Ma, la sera della vigilia non si deve rinunciare ai gesti rituali che fanno felici e rassicurano i piccoli di casa. Ricordiamo, quindi, di mettere in salotto o in cucina la fetta di panettone per Babbo Natale e le carotine per la renna. I bambini riusciranno ugualmente a vivere la magia della festa. In questo momento non deve essere guardato solo il lato negativo della situazione che viviamo. È importante cercare di riscoprire quanto è bello stare insieme senza magari cene lunghe e troppo abbondanti che sembrano non finire mai. Importante, soprattutto per i più grandi, non dire bugie. Si deve parlare chiaro. Se spieghiamo che i nonni non verranno a festeggiare con noi perché li vogliamo proteggere, tutti hanno la capacità di capire». Sì a videochiamate con i parenti e, perché no, anche con un Babbo Natale munito di tablet per non perdersi durante il viaggio.

Newspaper metadata:

Source: Il Messaggero

Country: Italy

Media: Printed

Author: Giampiero

Valenza

Date: 2020/12/23

Pages: 30 -

Web source:

Mai lavorare da casa in pigiama: è l'anticamera della depressione

Il pigiama è il simbolo del comfort casalingo. Un uso continuo, anche durante il giorno, può però essere il segnale della depressione. I protagonisti del lavoro agile, cioè quello fatto in casa per rispettare le regole del distanziamento sociale dettato da Covid-19, sanno bene come possa tradursi nella tentazione comoda da indossare per un intero turno da fare a distanza. Ma vestirsi in questo modo, anche quando si deve lavorare tra le mura domestiche, può peggiorare la salute mentale. A dirlo è uno studio australiano che ha analizzato come il classico abbigliamento da notte non incida sulla produttività ma riesca, invece, a toccare la psiche. A notarlo sono stati i ricercatori del Woolcock Institute of Medical Research, insieme a quelli della University of Technology di Sydney e dell'Università della stessa città. Il lavoro "smart", fatto senza spostarsi dal domicilio, conviene alle imprese: secondo quanto emerso, infatti, il 41% degli intervistati ha detto di aver sperimentato un aumento della produttività mentre lavorava da casa. Ma più di un terzo degli intervistati ha riferito che lavorare tra le mura domestiche ha portato a una salute mentale peggiore. GLI EFFETTI Esaminando gli effetti che l'uso del pigiama aveva sulla produttività e sulla salute mentale, infatti, i ricercatori hanno scoperto che indossarlo di giorno era associato alle persone che avevano condizioni legate a maggiori disturbi mentali. Tra quelle che almeno una volta alla settimana avevano tenuto il pigiama durante il turno di lavoro, il 59% di loro ha ammesso che queste condizioni, tra cui anche la depressione, erano peggiorate proprio con il lavoro agile. Un dato di non poco conto se confrontato con il gruppo di quelli che preferivano vestirsi e abbandonare l'abbigliamento da letto. Tra loro, infatti, solo il 26% dei partecipanti notava un peggioramento della propria psiche. Sono gli stessi ricercatori a invitare a indossare abiti normali. Quelli "da giorno" possono "ridurre la gravità della depressione". La pandemia, e le disposizioni anti-contagio che hanno portato molti lavoratori a restare a casa, hanno dunque prestato il fianco ai disturbi mentali proprio con quello che sembra essere "l'effetto pigiama". «Il semplice consiglio di cambiarsi prima di iniziare a lavorare la mattina potrebbe parzialmente proteggere dagli effetti delle restrizioni di Covid-19 sulla salute mentale», aggiungono gli studiosi australiani. La ricerca, pubblicata sul Medical Journal of Australia, ha anche analizzato le modalità di lavoro delle persone durante la pandemia. Per più di 4 intervistati su 10 (il 42%) il luogo preferito per il lavoro casalingo è la cucina o il tavolo che, durante la pausa, serve per il pranzo. Ma 3 persone su 100 hanno anche dichiarato di aver avuto l'esperienza di svolgere il proprio turno di lavoro in bagno. I CONSIGLI «Mai, mai, mai usare il pigiama quando si lavora in casa», tuona Massimo Di Giannantonio, presidente della Sip, la Società italiana di psichiatria. È lui a suggerire di creare una profonda "linea di demarcazione" tra la vita pubblica e quella privata, nonostante "il confine" possa saltare a causa delle misure di contenimento di Covid-19. «L'uniforme – prosegue lo psichiatra, docente di Psichiatria all'Università Gabriele D'Annunzio di Chieti e presso la Unicamillus di Roma – tende a rendere consapevoli dell'orario, del ruolo, del tempo lavorativo e del proprio dovere. Senza questa, e senza la regola, si instaura un conflitto tra la dimensione pubblica e quella privata. L'isolamento e la rinuncia alle relazioni, al contatto con le realtà e a portare a termine la propria professionalità, inducono una condizione di ritiro, di abbandono, di solitudine e di depressione».

Newspaper metadata:

Source: Il Sole 24 Ore	Author: Ilaria Vesentini
Country: Italy	Date: 2020/12/23
Media: Printed	Pages: 38 -

Web source:

Una rete di 300 **psicologi** per sostenere i lavoratori

Stress, depressione, problemi nel gestire anziani malati o bimbi piccoli, difficoltà di coppia, superamento di un lutto, preoccupazioni finanziarie, sfide professionali: sono solo alcune delle tematiche che i 2mila dipendenti italiani di Smurfit Kappa, la multinazionale irlandese leader europea del cartone ondulato (26 stabilimenti nel nostro Paese), potranno affrontare con il supporto di 300 consulenti esperti nelle rispettive discipline, gratuitamente. Perché a pagare sarà l'azienda, per le prime cinque sessioni di ogni problema condiviso. È il Progetto LifeWork, lanciato il mese scorso su scala internazionale dal gruppo quotato a Londra (oltre 350 stabilimenti dislocati in 35 Paesi, 46mila dipendenti e 9 miliardi di euro di fatturato, di cui 680 milioni in Italia), per dare un sollievo ai collaboratori e alle loro famiglie dopo dieci mesi di emergenza sanitaria, attraverso un servizio di assistenza attivo 24 ore su 24, 7 giorni su 7, 365 giorni l'anno su problematiche di lavoro, vita o salute, accedendo da app, sito o telefono. Già un primo monitoraggio, a distanza di poco più di un mese dal lancio di LifeWork, conferma un'adesione dei lavoratori molto superiore alle attese, con un migliaio di persone che hanno fatto l'accesso alla piattaforma o telefonato per entrare in contatto con **psicologi** ed esperti ed avere aiuto diretto o il riferimento del professionista o della struttura più comoda e adatta cui rivolgersi. «Era da tempo che volevamo introdurre azioni che avessero al centro il benessere psico-fisico dei collaboratori, il Covid ha solo accelerato il processo ma LifeWork non si esaurirà con la fine (speriamo prossima) dell'emergenza sanitaria», commenta Gianluca Castellini, ceo di Smurfit Kappa Italia. Una conferma che azioni innovative sul welfare possono avere un forte impatto sullo sviluppo aziendale a prescindere dall'innovatività del business: quello del cartone ondulato è un settore B2B tradizionale lontano dai riflettori dell'hi-tech, ma è strategico per l'economia e sta registrando ottimi tassi di crescita, complice l'esplosione dell'e-commerce e dell'attenzione al riciclo e alla sostenibilità. «Non ci siamo mai fermati durante l'emergenza Covid - prosegue l'ad - e fin dall'inizio della pandemia la nostra priorità è stata mettere al sicuro le nostre persone sul lavoro e fuori dall'azienda, attraverso un'assicurazione specifica. Con LifeWorks vogliamo dare un supporto concreto in più a chi non ci ha fatto mai mancare impegno e serietà professionale». 2mila IN ITALIA Sono gli addetti italiani di Smurfit Kappa, la multinazionale irlandese che produce cartone ondulato e che ha introdotto in tutti i paesi in cui è presente il progetto Life Work

Newspaper metadata:

Source: Il Canavese

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/23

Media: Printed

Pages: 37 -

Assistenza psicologica ai minori con disturbi legati al Coronavirus

La Giunta regionale favorisce l'assistenza psicologica ai minori che hanno subito effetti negativi dal lockdown dovuto al Covid-Si intende così offrire ai bambini e ai ragazzi che ne hanno bisogno un sostegno che consenta la ripresa della vita quotidiana, il recupero di relazioni positive e il superamento di situazioni di difficoltà, nella convinzione che aiutarli a riprendere un percorso armonioso ed equilibrato di crescita significa guardare al futuro loro e della nostra società, oltre ad essere un dovere imprescindibile delle Istituzioni. Soprattutto, le misure restrittive imposte dall'emergenza sanitaria sono state estremamente pesanti ed impattanti proprio per quei ragazzi spesso già provenienti da situazioni complesse che hanno visto venir meno la possibilità di effettuare incontri, rientri a casa e uscite dalle strutture. Gli interventi verranno realizzati dai cinque servizi di psicologia con competenza sovrache si interfaceranno direttamente con gli Enti gestori delle funzioni socio-e si coordineranno con i servizi delle singole aziende sanitarie. La Regione li finanzia con 520.000 euro. A fine 2019 erano 645.000 i piemontesi nella fascia 0-anni, 2.400 dei quali si trovavano fuori dalla propria famiglia di origine e 800, per la maggior parte fra i 15 ed i 17 anni, erano accolti presso le circa 200 strutture residenziali presenti sul territorio, percorsi saranno monitorati costantemente rispetto alle diverse fasi operative degli interventi. A due mesi si verificherà la mappatura del fabbisogno e l'identificazione delle priorità e delle modalità di realizzazione, 6 mesi si chiederà di relazionare sugli interventi attuati, le caratteristiche e il numero di minori seguiti, a 12 mesi si aggiorneranno i risultati conseguiti.

Newspaper metadata:

Source: La Nuova Periferia

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/23

Media: Printed

Pages: 37 -

Assistenza psicologica ai minori con disturbi legati al Coronavirus

La Giunta regionale favorisce l'assistenza psicologica ai minori che hanno subito effetti negativi dal lockdown dovuto al Covid-Si intende così offrire ai bambini e ai ragazzi che ne hanno bisogno un sostegno che consenta la ripresa della vita quotidiana, il recupero di relazioni positive e il superamento di situazioni di difficoltà, nella convinzione che aiutarli a riprendere un percorso armonioso ed equilibrato di crescita significa guardare al futuro loro e della nostra società, oltre ad essere un dovere imprescindibile delle Istituzioni. Soprattutto, le misure restrittive imposte dall'emergenza sanitaria sono state estremamente pesanti ed impattanti proprio per quei ragazzi spesso già provenienti da situazioni complesse che hanno visto venir meno la possibilità di effettuare incontri, rientri a casa e uscite dalle strutture. Gli interventi verranno realizzati dai cinque servizi di psicologia con competenza sovrache si interfaceranno direttamente con gli Enti gestori delle funzioni socio-e si coordineranno con i servizi delle singole aziende sanitarie. La Regione li finanzia con 520.000 euro. A fine 2019 erano 645.000 i piemontesi nella fascia 0-anni, 2.400 dei quali si trovavano fuori dalla propria famiglia di origine e 800, per la maggior parte fra i 15 ed i 17 anni, erano accolti presso le circa 200 strutture residenziali presenti sul territorio, percorsi saranno monitorati costantemente rispetto alle diverse fasi operative degli interventi. A due mesi si verificherà la mappatura del fabbisogno e l'identificazione delle priorità e delle modalità di realizzazione, 6 mesi si chiederà di relazionare sugli interventi attuati, le caratteristiche e il numero di minori seguiti, a 12 mesi si aggiorneranno i risultati conseguiti.

Newspaper metadata:

Source: La Nuova Periferia	Author:
Country: Italy	Date: 2020/12/23
Media: Printed	Pages: 36 -

Assistenza psicologica ai minori con disturbi legati al lockdown per il Covid-19

La Giunta regionale favorisce l'assistenza psicologica ai minori che hanno subito effetti negativi dal lockdown dovuto al Covid-Si intende così offrire ai bambini e ai ragazzi che ne hanno bisogno un sostegno che consenta la ripresa della vita quotidiana, il recupero di relazioni positive e il superamento di situazioni di difficoltà, nella convinzione che aiutarli a riprendere un percorso armonioso ed equilibrato di crescita significa guardare al futuro loro e della nostra società, oltre ad essere un dovere imprescindibile delle Istituzioni. Soprattutto, le misure restrittive imposte dall'emergenza sanitaria sono state estremamente pesanti ed impattanti proprio per quei ragazzi spesso già provenienti da situazioni complesse che hanno visto venir meno la possibilità di effettuare incontri, rientri a casa e uscite dalle strutture. Gli interventi verranno realizzati dai cinque servizi di psicologia con competenza sovrache si interfaceranno direttamente con gli Enti gestori delle funzioni socio-e si coordineranno con i servizi delle singole aziende sanitarie. La Regione li finanzia con 520.000 euro. A fine 2019 erano 645.000 i piemontesi nella fascia 0-anni, 2.400 dei quali si trovavano fuori dalla propria famiglia di origine e 800, per la maggior parte fra i 15 ed i 17 anni, erano accolti presso le circa 200 strutture residenziali presenti sul territorio, percorsi saranno monitorati costantemente rispetto alle diverse fasi operative degli interventi. A due mesi si verificherà la mappatura del fabbisogno e l'identificazione delle priorità e delle modalità di realizzazione, 6 mesi si chiederà di relazionare sugli interventi attuati, le caratteristiche e il numero di minori seguiti, a 12 mesi si aggiorneranno i risultati conseguiti.

Attenti al bollo auto 2021. Ci sono 7 mesi di sospensione

Buone notizie per il bollo auto 2021. Ogni Regione ha la facoltà di definirne procedure e, all'interno di certi limiti, importi, esenzioni e rinvii delle scadenze di pagamento rispetto i termini stabiliti a livello nazionale. Dal nuovo anno, per alcuni contribuenti ci saranno alcune interessanti sospensioni e agevolazioni. Attenzione, inoltre, al rischio di doppi pagamenti sui servizi online. Il bollo auto ha due aspetti: uno negativo, l'altro positivo. Il primo è la sua inevitabilità: sono davvero poche le categorie di cittadini e veicoli non sottoposti a questa tassa regionale di proprietà. Ma proprio questa inevitabilità rende maggiormente graditi gli interventi delle Regioni su importi e modalità di pagamento. Ricordiamo infatti come le Regioni godano di relativa autonomia e discrezionalità in tema di regolamentazione della tassa. Se poi aggiungiamo, nostro malgrado, l'effetto Covid, andiamo a riscontrare sul bollo auto ulteriori agevolazioni che le Regioni negli ultimi mesi hanno messo in atto per incrociare emergenze e difficoltà economiche dei contribuenti. L'ultima di queste, in data di arrivo, è la proroga della scadenza del bollo auto al 30 giugno 2021, disposta dalla Regione Veneto. Il rinvio Veneto della scadenza del bollo auto. La Regione Veneto ha spostato la scadenza del pagamento del bollo auto 2021 di 7 mesi. Tutti i pagamenti che gli automobilisti veneti erano tenuti a effettuare nel periodo compreso fra il 1° gennaio e il 30 maggio 2021, potranno essere effettuati entro il 30 giugno 2021, senza applicazione di interessi e senza incorrere in sanzioni. Dalle pagine di Quattroruote leggiamo come il provvedimento sia stato promosso dall'assessore al Bilancio e alla Programmazione, Francesco Calzavara. La sua decisione è stata accolta in sede di approvazione della nuova legge di stabilità regionale alla luce delle problematiche economico-sociali connesse all'emergenza epidemiologica. L'assessore precisa, a questo proposito, come questa misura della Regione Veneto sia una risposta importante per tutte le famiglie che stanno affrontando le difficoltà economiche legate alla crisi pandemica, e che consentirà loro e alle imprese venete di riprogrammare i propri adempimenti tributari. Sempre su Quattroruote leggiamo di un altro intervento della Regione Veneto in materia di automobili. Sono stati stanziati circa 4 milioni di Euro per fare fronte alle richieste pervenute nel 2020 di contributi alla rottamazione. Il bando di inizio anno, infatti, dispone incentivi che raggiungono i 4.500 Euro a seguito della sostituzione di auto a benzina (fino alla classe Euro 3), a gasolio (fino a Euro 5), e bi-fuel (fino a Euro 2). La discrezionalità delle Regioni in materia di bollo auto si può osservare facilmente anche nelle possibilità offerte di ottenere un rimborso a seguito di rottamazione del veicolo. Quando ottenere il rimborso del bollo auto a seguito di rottamazione? In linea generale, la normativa sul bollo auto non prevede il suo rimborso a seguito di rottamazione. Ad es., l'importo del bollo auto annuale va versato entro l'ultimo giorno del mese successivo a quello della immatricolazione del veicolo. Se l'immatricolazione è avvenuta nel mese di febbraio, ogni anno il bollo andrà pagato entro il 31 marzo dell'anno successivo. Se si decide di rottamare il veicolo dopo il versamento, anche se il primo di aprile, la normativa non prevede né il rimborso della quota versata, né il trasferimento dell'attestazione di pagamento sulla targa del nuovo veicolo. Qui però, interviene l'autonomia delle Regioni in materia, ciascuna con i propri criteri e requisiti di accesso a una procedura di rimborso del bollo auto in caso di rottamazione, esportazione all'estero o furto del veicolo. Le Regioni che consentono il rimborso del bollo auto in caso di rottamazione. Alcune Regioni consentono il rimborso del bollo auto non esclusivamente in caso di rottamazione, ma anche a seguito di furto del veicolo o di sua radiazione per esportazione all'estero. Il requisito necessario affinché la richiesta di rimborso venga accolta è l'annotazione dell'evento al PRA. Il rimborso, in buona parte dei casi viene quantificato in dodicesimi. La Regione Piemonte prevede il rimborso parziale del bollo auto a seguito di rottamazione o furto del veicolo per periodi superiori ai 4 mesi di mancato godimento del bollo. In Lombardia il rimborso del bollo auto è previsto in caso di rottamazione, furto ed esportazione dell'auto all'estero a condizione che la scadenza del pagamento non cada nell'ultimo mese del periodo, e che l'importo da rimborsare sia superiore a 15,01 Euro. La Regione Veneto offre il rimborso della tassa automobilistica esclusivamente a seguito di demolizione del veicolo, e a condizione che il periodo non goduto sia superiore ai quattro mesi. Anche la Provincia autonoma di Trento prevede, già dal 2013, il rimborso parziale del bollo auto nei tre casi di rottamazione, furto ed esportazione. Anche qui, il periodo rimborsabile fa riferimento ad almeno un quadrimestre e l'importo minimo è fissato a 30 Euro. Infine, ancora una realtà locale italiana che prevede un rimborso del bollo auto è la Provincia autonoma di Bolzano. La sua normativa dispone un rimborso a seguito di demolizione, furto o esportazione all'estero dell'auto, di pagamenti con importi eccessivi o non dovuti, oppure in caso di pagamenti doppi. Proprio in tema di pagamenti doppi, abbiamo letto recentemente come la Regione Veneto si sia trovata ad affrontare un cospicuo numero di rimborsi dell'intero importo del bollo auto, a causa di un malfunzionamento del sistema informatico. Attenzione ai

Newspaper metadata:

Source: Trend-online.com

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/23

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.trend-online.com/prp/bollo-auto-2021-sospensione-esenzione/>

doppi pagamenti del bollo auto Tutto è originato dalla decisione della Regione Veneto di adottare da inizio 2020 il metodo di pagamento PagoPa, il portale di Stato per i pagamenti digitali. Sicuramente una decisione saggia, presupposto per un processo di snellimento del rapporto fra cittadino e Pubblica Amministrazione. È accaduto, però, che il metodo di pagamento abbia presentato un errore di sistema che di fatto si è tradotto in tempi di risposta eccessivamente lunghi rispetto ai tempi di reazione dei contribuenti. Questi, infatti, ignari del problema, hanno effettuato più sessioni di pagamento del bollo auto credendo che le precedenti operazioni non fossero andate a buon fine. Successivi controlli massivi effettuati nelle ultime settimane dalla Direzione Finanza e Tributi della Regione Veneto, hanno evidenziato come molti contribuenti avessero pagato più volte la tassa riferita allo stesso anno di imposta per i veicoli posseduti. L'assessore Calzavara ha specificato come si sia trattato di un errore di sistema riscontrato a livello nazionale e per il quale, come amministrazione pubblica, ci siamo fin da subito attivati supportando i contribuenti nella procedura di rimborso. Ricontrati i doppi pagamenti, infatti, la Regione Veneto ha provveduto, e sta provvedendo, a contattare i contribuenti coinvolti attraverso gli indirizzi email forniti in sede di pagamento, oppure, in mancanza di questi, tramite lettera raccomandata. Come evitare i pagamenti doppi del bollo auto sulla piattaforma PagoPa? L'origine dei doppi pagamenti del bollo auto per i contribuenti veneti è stata sicuramente la mancata attesa del messaggio di notifica dell'avvenuto pagamento. Il sistema PagoPa, in sede del versamento dell'importo del bollo auto, ma anche in ogni altra occasione di pagamento dei contributi alla PA, rilascia una ricevuta di pagamento con esito positivo o negativo. La stessa si può consultare sul sito stesso del sistema o in un messaggio ricevuto sulla propria casella di posta elettronica. I contribuenti veneti che ora sono in attesa del rimborso totale del bollo auto, in sede di pagamento non hanno aspettato a sufficienza i tempi del sistema che avrebbe dovuto fornire loro la notifica di esito positivo dell'operazione. Hanno quindi ripetuto l'intera procedura di versamento, con il risultato di un bollo auto pagato più volte per lo stesso veicolo e lo stesso periodo d'imposta. Il problema è derivato dunque da una commistione di malfunzionamento del sistema e di utilizzo improprio del sistema di pagamento. L'assessore veneto conclude ricordando come l'innovazione tecnologica vada di pari passo con la consuetudine dei cittadini a un uso corretto dei servizi informatici. A tale fine la Regione metterà in atto una serie di iniziative a fruizione di comuni di piccole e medie dimensioni volte alla digitalizzazione delle operazioni di quotidiano e fondamentale utilizzo, che semplificheranno la vita dei cittadini.

Riccardo Valle Redattore, classe 1969. Ho una laurea in Psicologia, conseguita presso l'Università degli Studi di Torino. Sono partito dal 1969 e ho fatto giri immensi per tornare all'idea iniziale. Ho iniziato facendo il geometra, l'educatore professionale, il promotore finanziario, lo psicologo, il ristoratore e l'albergatore. Poi ho pensato che lavorare la terra e i suoi frutti fosse la professione più vicina a quella desideravo da sempre. Il passaggio è stato breve. Ora scrivo, quasi tutto il giorno, di fronte all'Isola d'Elba, e non cambio più. Fra le parole, faccio l'agricoltore. Il mio motto è? "Siamo tutti dei commedianti: sopravviviamo ai nostri problemi".

Newspaper metadata:

Source: La Repubblica - Salute Author:
Country: Italy Date: 2020/12/23
Media: Periodics Pages: 28 -

Web source:

Depressione serve la diagnosi

a chiamano "l'epidemia silenzio- sa". E in effetti, sebbene sia ormai riconosciuta dall'Oms come la principale causa di disabilità a livello globale, chi soffre di depressione non ne parla, spesso non si cura, né cerca una diagnosi. Ne soffrono 264 milioni di persone nel mondo, 3 milioni e mezzo in Italia, pari quasi al 6% della popolazione. Una percentuale in crescita costante anche prima della pandemia e che, con la solitudine e l'incertezza portata da Covid19 nelle nostre vite, è purtroppo in rapido aumento un po' ovunque: si è visto, ad esempio, che tra le donne incinte l'epidemia ha esacerbato il rischio di sviluppare sintomi depressivi, passati oggi - come rivela un recente studio su *Psychiatry Review* - da un'incidenza del 15-20% del periodo pre-pandemico, a un ben più pronunciato 36%. Di fronte a numeri del genere, l'attenzione sarebbe d'obbligo. Eppure ancora troppo spesso chi soffre di depressione stenta a ricevere per tempo l'aiuto di cui avrebbe bisogno. «Noi medici di famiglia siamo i primi a intercettare questi pazienti, e spesso arriviamo comunque tardi», ci spiega Ovidio Brignoli, vicepresidente della Società italiana di medicina generale e delle cure primarie. Che aggiunge: «I motivi sono tanti, ma principalmente il problema nasce dalla difficoltà che hanno i pazienti, e i loro cari, ad accettare un disturbo psichico: persino comunicare la diagnosi è complicato, perché nel 90% dei casi l'assistito non ammette di soffrire di depressione, e preferirebbe mille volte avere un malanno di natura puramente organica». Per il medico di famiglia, in effetti, inizia quasi sempre tutto da sintomatologie varie: stanchezza, tachicardia, insonnia, mancanza di fiato, ma anche diarrea o stitichezza. Disturbi che i pazienti vorrebbero attribuire a tutt'altro, ma che possono caratterizzare quella che è, a tutti gli effetti, una patologia con sintomi fisici e mentali: la depressione. Quando suona il campanello d'allarme, il medico deve quindi completare il puzzle cercando gli indizi psicologici del problema: anedonia, cioè incapacità di trarre piacere da attività normalmente gratificanti; tristezza di intensità e durata patologiche; sensi di colpa; riduzione dell'energia; perdita della voglia di vivere; difficoltà a concentrarsi e pensare con mente lucida. A quel punto, non resta che convincere il paziente (e i suoi familiari) che un disturbo psichico non è qualcosa di cui vergognarsi, e soprattutto, che oggi per la depressione esistono terapie efficaci, al pari di quelle disponibili per molte malattie "fisiche". Anche perché è proprio sulle cause fisiche della depressione che si concentrano le terapie farmacologiche, ad iniziare dai farmaci più usati, cioè gli inibitori selettivi della ricaptazione della serotonina (o Ssri). Medicinali che aumentano la disponibilità di questo neurotrasmettitore (fondamentale per la regolazione dell'umore) all'interno delle sinapsi cerebrali, garantendo in molti casi un netto miglioramento dei sintomi depressivi. «Oggi abbiamo a disposizione diversi gruppi di farmaci efficaci e ben tollerati, che a fianco della psicoterapia, quando ritenuta utile e necessaria, offrono ottimi risultati per il trattamento della depressione», assicura Andrea Fagiolini, professore di psichiatria dell'Università di Siena e direttore del dipartimento di Salute mentale e degli organi di senso dell'Azienda ospedaliera universitaria senese: «Sono tutte molecole molto efficaci, ma che devono essere tarate con cura sul paziente perché mostrano effetti molto variabili a livello individuale». Con la giusta terapia, comunque, chi soffre di depressione oggi può avere una qualità di vita paragonabile a quella di una persona sana. Molte persone migliorano rapidamente e guariscono dagli episodi depressivi entro un mese o due. Ma resta il problema di quel 30-40% di malati che non rispondono affatto ai farmaci disponibili. Una categoria ad alto rischio, verso cui sono indirizzati attualmente gli sforzi della ricerca. «Di recente - spiega Fagiolini - abbiamo avuto a disposizione un nuovo farmaco che agisce sul sistema glutammatergico (il glutammato è un neurotrasmettitore, ndr), e che si sta rivelando efficace circa nel 70% dei pazienti. Nei prossimi anni si spera che arrivino anche altre molecole indirizzate verso nuovi target terapeutici, come il sistema gabaergico o il sistema endocrino, e prima o poi anche dei biomarcatori con cui valutare in modo oggettivo la diagnosi, la prognosi e il decorso della malattia e attraverso i quali scegliere le terapie più efficaci per ogni paziente». Quel che è certo è che la depressione è una malattia a tutti gli effetti, e come tale va trattata, senza drammi eccessivi, ma anche stando attenti a non sminuire il problema. «La cosa più importante per una persona che mostra sintomi depressivi è ricevere il prima possibile una valutazione medica - conclude Fagiolini - perché oggi la depressione è una malattia curabile e non bisogna avere paura di psichiatrizzare il problema, non più di quanto si tema di "cardiologizzare" un disturbo del cuore rivolgendosi al cardiologo».

Newspaper metadata:

Source: La Repubblica - Salute	Author: MARIA TERESA BRADASCIO
Country: Italy	Date: 2020/12/23
Media: Periodics	Pages: 15 -

Web source:

"Costruiamo un argine alle paure"

scolto e dialogo: è questo che un malato chiede al medico, ancor prima della cura in senso stretto, cioè indicazioni su terapie da seguire e farmaci da assumere. La capacità del medico di entrare in relazione con il paziente rappresenta, infatti, un aspetto determinante e insostituibile nel percorso di cura. Ma, inevitabilmente, l'emergenza sanitaria Covid-19 ha avuto e sta avendo un peso importante, a partire dal fatto che molti malati hanno disertato gli ospedali, che molti ospedali hanno dirottato le risorse su Covid e lasciato indietro le altre prestazioni. Non solo: sia medici sia pazienti devono fare i conti con le proprie paure ed emozioni e, spesso, il rapporto medico-paziente è messo a dura prova. Ne abbiamo parlato con la psicologa Gabriella Pravettoni. Professoressa, a marzo c'è stata la prima ondata della pandemia; qual è stato l'impatto sui professionisti della salute, in particolare su chi, come lei, ha a che fare ogni giorno con la sfera emotiva dei pazienti oncologici? «Quella di marzo è stata una vera e propria onda anomala, di quelle che rovesciano i giganti del mare. Ci ha tramortito tutti, medici e personale sanitario compresi, anche perché coinvolti in prima linea nell'affrontare l'emergenza. Dopo il comprensibile disorientamento, con il mio gruppo di lavoro ho cercato di capire come quei giorni così convulsi abbiano impattato sulla qualità di vita dei sanitari ma anche dei pazienti. Tra le ricerche attuate nei mesi scorsi, abbiamo realizzato uno studio su un panel di professionisti che hanno partecipato volontariamente al progetto. È risultato che moltissimi di loro hanno vissuto un alto livello di stress psicologico che si è trasformato in paura nei confronti dei propri familiari e dei pazienti, in sensazioni di solitudine e rabbia che hanno minato la loro stabilità psico-fisica. Purtroppo, non c'è stato nemmeno il tempo di tenere sotto controllo l'elevato rischio di burnout e tutti i possibili problemi legati allo stress post-traumatico perché ci siamo ritrovati, di nuovo, praticamente da una settimana all'altra, nel pieno della seconda ondata». Ora cosa sta accadendo? «Per quel che riguarda medici e operatori del sistema sanitario sarà tutto da valutare appena frenata, almeno un poco, l'emergenza autunnale. Posso dire cosa sta accadendo ai pazienti che continuiamo a vedere, perché sono il nostro banco di prova quotidiano. Sono loro a raccontarci in diretta come stanno e cosa si aspettano da noi e dai medici che li hanno in cura, magari in modo inconsapevole, nell'insieme di emozioni e paure che stanno vivendo adesso». È necessario quindi prendere in considerazione le richieste dei pazienti. Ma quali sono? «Direi che quello che ci chiedono è "un argine" alle loro paure, alle loro emozioni. Ed è questa richiesta che oggi passiamo ai medici. Siamo tutti consapevoli che si tratta di un anno straordinario nel senso più letterale del termine. I pazienti oncologici per primi, che hanno cercato di fare i conti anche con la paura di Covid-19 oltre a quelle che hanno invaso la loro vita di malati di tumore. Pazienti e professionisti si sono ritrovati, insieme, in un vortice di emozioni e paure che li ha travolti in modo anomalo, seppur assolutamente comprensibile. Così, le buone regole della relazione medico-paziente spesso sono "saltate"». In che modo si può cercare di ristabilire questo rapporto? «Dobbiamo lavorare per riportare la "giusta distanza" tra malati e pazienti, restituendo a tutti un ruolo, il loro ruolo, senza fare confusione. Detto così sembra facile, ma sappiamo benissimo che non lo è. Se, però, vogliamo tener conto di quello che i pazienti chiedono, dobbiamo concentrarci su questo in un gioco di squadra sempre più condiviso e virtuoso». Ha parlato di giusta distanza. La distanza non piace: perché dovrebbe funzionare nella relazione medicopaziente? «Attenzione, praticare la giusta distanza non significa mettersi in posizione di distacco o mostrare freddezza, ma comprendere la sofferenza, la rabbia e la paura dei pazienti con rispetto. Un avvicinamento rispettoso e professionale che è più rassicurante. Nella nostra esperienza in corsia, nei colloqui, nessuno ci chiede amicizia, nessuno vuole quella compassione che è stata tema narrativo centrale di tutti questi mesi. Provare empatia per chi soffre è accettato, emozionarsi insieme, invece, no. Quando guardiamo le cose troppo da vicino o troppo da lontano non mettiamo a fuoco. I pazienti se ne accorgono, vogliono essere curati attraversando insieme ai loro medici quella fase della vita, ma senza desiderio di perdersi nelle emozioni, nelle paure. Con l'aiuto dei professionisti e dei terapeuti, imparano a guardare cosa c'è di terribile ma anche di buono nella malattia. Per stare dentro le cose, giorno per giorno». Quindi a ognuno le proprie paure e le proprie emozioni. Questo è ciò che può fare la differenza oggi? «Sì, questa è la strada, così medico e paziente rimangono nel loro ruolo. Questo far ordine nelle emozioni fa bene a tutti: facilita la cura, contiene le richieste di aiuto (restare dentro al tema "tumore" ad esempio, senza mescolarlo con i tanti discorsi del virus), non crea false aspettative. Avere dei filtri, in momenti come questi, tenersi centrati sulla cura, consente di gestire meglio la paura dei pazienti (e per certi versi anche la propria), contenere l'ansia, pur continuando ad accogliere la sofferenza, fare un passo avanti insieme, con fiducia. Aggiungerei anche "guardare avanti con fiducia". Essere più solidi, saldi, è la chiave per riuscire a guardare il futuro. E questo vale per tutti ed è una risorsa di tutti».

Newspaper metadata:

Source: Gazzetta.it	Author: Simone. Golia
Country: Italy	Date: 2020/12/23
Media: Internet	Pages: -

Web source: <https://www.gazzetta.it/Calcio/Serie-A/Sampdoria/23-12-2020/sampdoria-chi-jankto-trascinatore-ranieri-non-solo-3901839152841.shtml>

Sa 4 lingue, dipinge, gira col dizionario, fa l'imprenditore: Jankto non è un calciatore qualunque

In gol anche con il Crotone, il centrocampista ceco è diventato in breve tempo uno dei pilastri della squadra di Ranieri. Ma fa la differenza anche fuori dal campo. Simone. Golia 23 dicembre - Milano Pallone e pennello, la vita di Jakub Jankto scorre così. Nel salotto di casa dipinge quello che gli capita, realizza soprattutto ritratti. Cantanti, attori, sportivi e calciatori, tanto che - qualche anno fa - una tela l'ha riservata anche alla Dybala mask, raffigurando l'argentino della Juve nella sua tipica esultanza. In campo, poi, l'esterno della Samp disegna gol (già 4 in 13 giornate) e assist (due). Gli ultimi sabato, contro il Crotone: alla mezz'ora del primo tempo Ranieri lo sposta a sinistra, invertendolo con Damsgaard. È la mossa vincente, perché Jakub prima serve il danese con un precisissimo piattone sinistro e poi, 10' dopo, con lo stesso piede insacca un tiro di La Gumina rimpallato da Marrone. Piccolo déjà-vu per chi, poco più di tre anni fa, aveva già segnato due gol a Cordaz. Jankto giocava con l'Udinese, faceva la mezzala e in panchina Oddo aveva appena preso il posto di Delneri. Dopo quella partita, i bianconeri infilarono otto risultati utili consecutivi prima che a febbraio si spegnesse la luce: 11 sconfitte di fila, squadra in ritiro punitivo. Il club sceglie uno degli alberghi più fatiscienti della città: "Mi sentivo uno schiavo, alcuni giocatori prendevano sonniferi per dormire", racconterà lo stesso Jakub a Ceska Televize. Nedved e la Juve— Jankto è fatto così, estro e nessun pelo sulla lingua. Carattere da vendere, inevitabile per un ragazzo che ha lasciato casa appena maggiorenne. Lo descrivono molto parsimonioso, pregio quasi necessario per chi ha dovuto imparare a gestirsi da solo fin da subito. Nel 2014, dopo averlo visto segnare 4 gol al Montenegro U18, ad aspettarlo da Praga c'era l'Udinese, con cui dalle giovanili è arrivato fino alla Serie A. Nel mezzo, stagione 2015-16, un anno ad Ascoli in B. Una vita in bianco e nero, gioco del destino per chi da bambino guardava la Juve con occhi sognanti. Era la squadra del cuore del papà e poi ci giocava Nedved, simbolo con Baros e Rosicky di quella Repubblica Ceca che arrivò fino alle semifinali di Euro 2004, il primo torneo visto in tv dal piccolo Jakub. Già, la Juve: nell'estate 2018 il classe 1996, in rotta con l'Udinese, voleva lasciare l'Italia. Poi a Torino sbarca Ronaldo: "E adesso chi se ne va?", ci ripensò. Quindi l'arrivo alla Samp, che per averlo investe 15 milioni. Il primo anno va male e gioca solo 7 partite da titolare in campionato. Difficile entrare negli schemi di Giampaolo, che gli preferisce i pupilli Praet, Barreto e Linetty. Decisamente meglio la stagione successiva, più a suo agio nei centrocampi a 4 di Di Francesco e Ranieri. Imprenditore— "Se vedi il portiere fuori, tira sempre", gli diceva a Udine Dejan Stankovic, vice di Stramaccioni. In Italiano, perché Jankto lo ha imparato nel giro di tre mesi e ora studia per prendere il C2. Agli allenamenti con la Primavera si presentava con un dizionario sotto il braccio, sorpendendo l'allenatore Luca Mattiussi. Sa anche un po' di spagnolo e, prima del covid, studiava russo tre volte a settimana. Zero tatuaggi, la faccia da bravo ragazzo tipica di chi studiava legge. Da grande si vede in panchina, ma ad allenare i bambini. Ad agosto Forbes lo ha anche inserito fra i migliori imprenditori U30 per aver investito negli Esports. Jakub ha una scuderia di 10 gamers e in patria ha acquistato una villa da 1,2 milioni di euro per ospitarli tutti nelle migliori condizioni possibili: due piani, sale e strutture in quello superiore, computer e palestra in quello inferiore. Vietati gli alcolici e il fumo, a loro disposizione pure un team di allenatori e **psicologi**. Il padre lo ha soprannominato Sampi, da Sampa Lajunen, fra i più grandi combinatisti nordici della storia con tre ori alle olimpiadi e altrettanti ai mondiali: "Devi avere la sua stessa mentalità vincente", si raccomandò. Beh, è stato ascoltato eccome. 23 dicembre - 11:08 © RIPRODUZIONE RISERVATA

Newspaper metadata:

Source: Ilsecoloxix.it	Author: daniela terragni
Country: Italy	Date: 2020/12/23
Media: Internet	Pages: -

Web source: <https://www.ilsecoloxix.it/basso-piemonte/2020/12/23/news/i-danni-del-covid-anche-sulla-mente-ad-alessandria-un-team-di-psicologi-per-aiutare-le-vittime-1.39693739>

«I danni del Covid Anche sulla mente». Ad Alessandria un team di **psicologi** per aiutare le vittime

All'ospedale di Alessandria un servizio di visite specialistiche. «Il disturbo post-traumatico da stress tra gli effetti del virus» daniela terragni 23 Dicembre 2020 Alessandria – Ci sono gesti come la donazione di panettoni e pandori avvenuta lunedì all'Ospedale Infantile da parte della pasticceria Vitolo per i pazienti e per gli operatori dei reparti maggiormente impegnati nell'emergenza Covid, che fanno bene al cuore. Ma la mente è un meccanismo complesso, che non si accontenta di una carezza. Così la struttura di psicologia dell'Azienda ospedaliera di Alessandria apre un'agenda esclusiva per la prenotazione di visite per disturbi post traumatici associati al Covid-19. «È stato dimostrato - spiega Rossella Sterpone, che dirige il reparto - come il disturbo post traumatico da stress, che colpisce chi ha subito gravi lesioni o ha partecipato ed assistito a situazioni molto dolorose o particolarmente difficili e paurose, possa presentarsi anche in relazione al Covid-19». Le cause? «La grande vulnerabilità emotiva che caratterizza questo periodo di emergenza nonché la vicinanza a persone malate gravi, oltre al trauma di aver provato in prima persona "la fame di ossigeno"». È possibile prenotare una visita psicologica, anche pediatriche, tramite il Cup dell'Ospedale civile al numero 0131-206428, dal lunedì al venerdì, dalle 14 alle 16. «Questo tipo di sindrome - riprende Sterpone - può colpire i pazienti sopravvissuti al Covid e i loro famigliari o i cari di chi non ce l'ha fatta e a cui non hanno potuto dire addio, ma anche gli operatori sanitari che lavorano duramente ogni giorno con turni faticosi e con il rischio di contagiarsi, fino ad arrivare alle persone che hanno subito l'isolamento o la quarantena e a chi non riesce ad affrontare le restrizioni sociali ed economiche imposte dalla pandemia». L'iniziativa è avallata anche dall'Organizzazione mondiale della Sanità, che proprio in questi giorni ha pubblicato le nuove linee guida per combattere il disturbo post traumatico e aiutare numerose persone ad affrontare lo stress e superare un periodo così prolungato di disagio. La Regione ha stanziato 520 mila euro per il supporto psicologico dei minori, a lungo privati del contatto in aula con i coetanei, arruolando nuovi **psicologi** nelle Asl del Piemonte. «Gli effetti del lockdown sui bambini e sui ragazzi, in alcuni casi, sono stati molto pesanti e hanno generato vissuti negativi - interviene l'assessore regionale al Welfare, Chiara Caucino - Per questo, ritengo importante offrire a chi ne ha bisogno un sostegno psicologico continuativo che consenta la ripresa della vita quotidiana, il recupero di relazioni positive e il superamento di situazioni di difficoltà». In Piemonte a fine 2019 la popolazione nella fascia da zero a 17 anni era quantificata in circa 645 mila unità. Dopo la prima mappatura dei casi, il monitoraggio sarà continuo: il primo rapporto degli **psicologi** fra esigenze e benefici sarà presentato fra sei mesi entro la fine dell'anno scolastico. --

Newspaper metadata:

Source: Meteoweb.eu

Country: Italy

Media: Internet

Author: Monia Sangermano

Sangermano

Date: 2020/12/23

Pages: -

Web source: <http://www.meteoweb.eu/2020/12/lettura-non-farti-ingannare-dalleta-libro-giusto/1525142/>

Lecture sotto l'albero di Natale: 'Non farti ingannare dall'età', il libro giusto al momento giusto

L'età che avanza è un cruccio per molti: ma se diventasse un nostro punto di forza sul quale fondare il nostro successo? Il libro di Antonella Mollia punta proprio a questo da Monia Sangermano 23 Dicembre 2020 10:12 A cura di Monia Sangermano 23 Dicembre 2020 10:12 Antonella Mollia ha 57 anni ed è una donna di successo. La sua età è la prima cosa che ci comunica quando la raggiungiamo telefonicamente per chiederle di illustrarci il suo libro diventato subito un caso editoriale: "Non farti ingannare dall'età". Il motivo per cui Antonella è fiera ed orgogliosa della sua età, probabilmente, è presto detto: la consapevolezza e la piena accettazione di sé stessi passa anche dal vedere l'età come parte integrante del nostro essere, sebbene per le persone come Antonella quel numero, in termini di spirito e di umore, sia solo una mera questione anagrafica. "Ho frequentato il liceo scientifico – racconta Antonella – e poi ho studiato giurisprudenza all'Università degli Studi di Milano. Volevo fare il magistrato e invece oggi sono fieramente Direttore generale della Provincia di Vercelli. Adoro il diritto perché è una materia molto logica ma anche molto fantasiosa, la quale, così come la letteratura, trova linfa vitale nel cambiamento della società. Si tratta dunque di una materia in continuo movimento, mai statica e noiosa. Quando ho vinto il concorso per la pubblica amministrazione ero in dubbio, ma poi ho capito che era un'occasione da cogliere al volo, anche dietro consiglio di un mio caro docente. Inizialmente, rispetto alle aspirazioni che avevo, mi sono sentita di serie B rispetto a me stessa ma poi mi sono resa conto che quello era il mio posto, nel quale sono riuscita ad esprimere al meglio le mie capacità e attitudini. Sono segretario generale con incarico di direttore, e ora mi occupo anche di un settore più contabile che non è propriamente il 'mio', a livello formativo, ma ho voluto dimostrare che con l'impegno serio posso reggere, anche quella ripartizione. E credo di esserci riuscita". E poi, Antonella Mollia, spiega come lo stare bene con sé stessi non sia un obiettivo così difficile da raggiungere, come potrebbe sembrare: "Sono felice di quello che faccio, e lo sono ora esattamente come quando ho iniziato a lavorare. Io mi sento un pezzettino della Repubblica al servizio dei cittadini. Da un punto di vista più personale e meno professionale vale lo stesso. Ed è per questo che per riuscire a mandare un messaggio forte a tante donne come me ho voluto creare un blog, "Mollia Style". E' la mia filosofia riportata a tutti gli utenti che vorranno conoscerla". Com'è nata questa idea del blog? "Avevo 54 anni, tre anni fa – racconta Antonella -. Ero sotto l'ombrellone e mia figlia mi stava facendo vedere su Instagram alcuni post di Chiara Ferragni, e in quel momento mi si è accesa una lampadina. La Ferragni, che io stimo e apprezzo molto, è un esempio positivo e propositivo per migliaia di giovani donne, ma le donne più mature, come me, che riferimento hanno? In quel momento mi sono resa conto che io avevo un messaggio, anzi dei messaggi, da dare a tante donne come me, e per questo motivo ho deciso di fare un blog. Alla mia età non dobbiamo sentirci da meno rispetto alle giovani influencer di oggi. Belle e in forma possiamo esserlo anche noi. Ho investito tanto nel mio blog, messo online il 19 ottobre di tre anni fa, giorno del mio compleanno. Ho strutturato il blog con una serie di aree tematiche, con riflessioni, ma anche con argomenti leggeri come il look, i viaggi". Come è nato il libro? "Il libro è stata una conseguenza quasi fisiologica del blog – racconta ancora Mollia -. Dopo la pubblicazione è stato bellissimo scoprire che tutti gli store, da Mondadori ad Amazon, lo avevano catalogato nel genere 'self help', dunque 'autostima', sviluppo individuale e addirittura qualcuno lo ha persino inserito tra i testi di filosofia e psicologia. Una delle mie parole chiavi è il glamour, ma anche il cervello e la cultura non sono da meno. Il mio messaggio principale è quello della scoperta di una bellezza nuova, quella della maturità, che io ho chiamato ben-essere, ovvero non il benessere materiale. Alla forma fisica ho aggiunto quella mentale fatta di buon senso, di buon gusto. E anche la libertà, quella di esprimere chi sono. Al mio benessere ho aggiunto l'amore per il gusto, la vanità e la frivolezza, che sono tutti umanissimi modi di porsi. E la frivolezza può permettersela chiunque, anch'io che se svolgo un lavoro molto serio e 'tutto d'un pezzo'. Il tutto deve essere però necessariamente correlato da una profonda autostima. Sono piena di debolezze, di criticità, ma anche di punti di forza. Io parlo tanto a me stessa. Avere delle debolezze ci rende speciali, perché ci mettiamo di più in discussione, l'importante è che non venga portato all'estremo, per diventare un punto di forza. Ho pensato questo libro in una chiave di risveglio di energie e di risorse, come un cammino verso il pensiero positivo per tutti, per me prima di tutto. Non ho la presunzione di mettermi su un piedistallo, ma quelli che riporto sono dei consigli, per me prima di tutto". Abbiamo il dovere di ridere, sottolinea Antonella nel suo libro. "Credo che ridere sia uno dei verbi più importanti della nostra esistenza. Ho scritto questo libro con ironia, con leggerezza, con un pizzico di saggezza, ma senza superficialità. Perché ridere non significa degli altri, ma ridere insieme agli altri. La risata dovremmo utilizzarla come una specie di

Newspaper metadata:

Source: Meteoweb.eu

Country: Italy

Media: Internet

Author: Monia

Sangermano

Date: 2020/12/23

Pages: -

Web source: <http://www.meteoweb.eu/2020/12/letture-non-farti-ingannare-dalleta-libro-giusto/1525142/>

generatore di corrente, una batteria che serve a ricaricare le pile. Non dobbiamo farci spaventare dall'età che avanza. Le nostre emozioni e la nostra forza non invecchiano, e nessuno potrà mai demolircele se non non lo vorremo”.

Newspaper metadata:

Source: Leccotoday.it

Author: Redazione

Country: Italy

Date: 2020/12/23

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.leccotoday.it/attualita/city4care-progetto-lecco.html>

"City4Care": con il progetto lecchese Interreg Italia-Svizzera la call per giovani artisti educatori europei

Obiettivo promuovere il benessere attraverso un progetto internazionale di educativa di strada destinato ai bambini, coinvolgendo imprese, artigiani e pensionati. Promuovere il benessere attraverso un progetto internazionale di educativa di strada destinato ai bambini, che possa mettere in relazione le diverse generazioni grazie al coinvolgimento delle imprese del territorio, di artigiani e pensionati, pronti a trasmettere i loro saperi ai più piccoli. Uno scambio intergenerazionale, quindi, che trova nei campi estivi Koko Camp una concreta realizzazione. Con questo intento - e nell'ambito del progetto Interreg Italia-Svizzera City4Care - il Centro Ricerca Arte Musica e Spettacolo di Lecco dà il via a una selezione che grazie alla collaborazione di Maestri di Strada Onlus Napoli, Cittadellarte Biella, Open Source Gallery New York e Informagiovani Lecco intende coinvolgere 20 ragazzi in un programma che metta al centro la costruzione di comunità attraverso l'educazione, la sostenibilità ambientale, il lavoro e l'arte. Work away nell'estate 2021. Una call per artisti-educatori, che tra i mesi di giugno e settembre 2021 potranno prendere parte a un'iniziativa di work away di respiro europeo: attraverso attività ludico-ricreative incentrate su musica, arte, natura e rapporto con il quartiere, i candidati selezionati affiancheranno gli educatori nei centri estivi Koko Camp di Lecco, Napoli e Biella, che nei mesi estivi ospiteranno, settimanalmente, tra i 50 e i 100 bambini. Fondamentale sarà l'attenzione al riuso e al riciclo, che con la partecipazione di imprese del territorio renderà disponibili materiali di scarto delle loro lavorazioni, preziosa base per reinvenzioni e per la realizzazione di officine creative itineranti. Una proposta, questa call, che rientra in una più ampia progettualità, volta non solo a interconnettere le generazioni, bensì a promuovere il benessere attraverso l'arte. Vincitore del bando europeo Interreg V-A Italia-Svizzera asse IV (Servizi per l'integrazione delle comunità) del 2020, City4Care ha come capofila proprio il Crams di Lecco e con la partnership di Ats Brianza, Asst Lecco, Università di Pavia, Acd - Assistenza e cura a domicilio Mendrisiotto e Basso Ceresio, Ecam (ente Case Anziani Mendrisiotto) e Città di Mendrisio intende favorire il benessere delle categorie più fragili, anche attraverso lo sviluppo di metodi innovativi e art-based. Un approccio che vede la cura degli anziani, l'invecchiamento attivo e lo sviluppo di una "comunità di cura diffusa" come elementi essenziali per la pianificazione delle città del futuro. Passo avanti verso la realizzazione del nuovo Laboratorio universitario di Lecco. Requisiti per partecipare alla selezione sono: essere laureati o laureandi in Antropologia, Sociologia, Pedagogia, Scienze dell'educazione, Psicologia, Arte, Musica, Scienze ambientali o simili; essere un giovane europeo di età compresa tra i 20 e i 32 anni. La scadenza per la candidatura è fissata per il 15 gennaio 2021: inviare il proprio curriculum all'indirizzo ricerca&sociale@crams.it e compilare il modulo di adesione a questo indirizzo. Da gennaio ad aprile 2021 è previsto un percorso formativo online e in lingua inglese della durata di 30 ore e incentrato su esperienze, dispositivi e metodologie, propedeutico alla stesura di una proposta progettuale. Alla fine del corso, le migliori proposte saranno inserite nelle attività estive dei Koko Camp Lecco, Napoli e Biella (rispettivamente gestiti da Crams, Cittadellarte e Maestri di Strada). I giovani selezionati saranno ospitati da famiglie locali e avranno diritto a vitto e alloggio per tutto il periodo, a un contributo per il viaggio e a un rimborso spese proporzionale al periodo in cui saranno impegnati. Le attività si svolgeranno dal lunedì al venerdì, con due giorni liberi a settimana.

Newspaper metadata:

Source: Ansa.it

Country: Italy

Media: Internet

Author: Redazione

ANSA

Date: 2020/12/23

Pages: -

Web source: http://www.ansa.it/piemonte/notizie/2020/12/23/capodanno-1-magia-diventa-digitale-dalla-mole-di-torino_970e6b5a-c58c-4136-b803-12834687fa8a.html

'Capodanno-1', magia diventa digitale dalla Mole di Torino

Promosso da Masters of Magic e condotto dal coach Walter Rolfo (ANSA) - TORINO, 23 DIC - Il festival 'Master of Magic Digital Ediction' porta la magia in diretta dalla Mole Antonelliana, sede del Museo Nazionale del Cinema di Torino per il 'Capodanno -1 Una notte di magia', manifestazione firmata Masters of Magic alla quale tutti potranno partecipare da casa, in diretta streaming, il 30 dicembre dalle 18. Condotto da Walter Rolfo, ingegnere, coach ed esperto in processi percettivi, docente all'Università di Torino e fra i più importanti studiosi di psicologia applicata e illusionismo, con la regia di Alessandro Marrazzo, l'evento si potrà seguire grazie a un'iscrizione gratuita sul sito www.nottedimagia.it. I partecipanti riceveranno a casa una cartolina che sarà utile durante lo show. L'iniziativa fa parte del programma Torino Natale Solidale e di Torino Città del Cinema 2020. Tra i partecipanti, l'illusionista Raul Cremona, il mago Jack Nobile, il vincitore di Tu Si Que Vales 2020, Andrea Paris, Flip, Mago Sales, Simon Pierro, Francesco Tesei, Skizzo Davide Niolosi. A fine serata, fanno sapere gli organizzatori, la cupola della Mole diventerà parte del 'grande prestigio finale'. (ANSA).

Newspaper metadata:

Source:	Author:
Lagazzettadelmezzogiorno.it	Date: 2020/12/23
Country: Italy	Pages: -
Media: Internet	

Web source: <https://www.lagazzettadelmezzogiorno.it/news/spettacolo/1269060/capodanno-1-magia-diventa-digitale-dalla-mole-di-torino.html>

'Capodanno-1', magia diventa digitale dalla Mole di Torino

Promosso da Masters of Magic e condotto dal coach Walter Rolfo 23 Dicembre 2020 TORINO, 23 DIC - Il festival 'Master of Magic Digital Ediction' porta la magia in diretta dalla Mole Antonelliana, sede del Museo Nazionale del Cinema di Torino per il 'Capodanno -1 Una notte di magia', manifestazione firmata Masters of Magic alla quale tutti potranno partecipare da casa, in diretta streaming, il 30 dicembre dalle 18. Condotto da Walter Rolfo, ingegnere, coach ed esperto in processi percettivi, docente all'Università di Torino e fra i più importanti studiosi di psicologia applicata e illusionismo, con la regia di Alessandro Marrazzo, l'evento si potrà seguire grazie a un'iscrizione gratuita sul sito www.nottedimagia.it. I partecipanti riceveranno a casa una cartolina che sarà utile durante lo show. L'iniziativa fa parte del programma Torino Natale Solidale e di Torino Città del Cinema 2020. Tra i partecipanti, l'illusionista Raul Cremona, il mago Jack Nobile, il vincitore di Tu Si Que Vales 2020, Andrea Paris, Flip, Mago Sales, Simon Pierro, Francesco Tesei, Skizzo Davide Niolosi. A fine serata, fanno sapere gli organizzatori, la cupola della Mole diventerà parte del 'grande prestigio finale'. (ANSA).

Newspaper metadata:

Source: Ansa.it

Country: Italy

Media: Internet

Author: Redazione

ANSA

Date: 2020/12/23

Pages: -

Web source: http://www.ansa.it/sito/notizie/cultura/musica/2020/12/23/capodanno-1-magia-diventa-digitale-dalla-mole-di-torino_60602ade-c258-4ff7-b4a2-95212c3c74c3.html

'Capodanno-1', magia diventa digitale dalla Mole di Torino

Promosso da Masters of Magic e condotto dal coach Walter Rolfo (ANSA) - TORINO, 23 DIC - Il festival 'Master of Magic Digital Ediction' porta la magia in diretta dalla Mole Antonelliana, sede del Museo Nazionale del Cinema di Torino per il 'Capodanno -1 Una notte di magia', manifestazione firmata Masters of Magic alla quale tutti potranno partecipare da casa, in diretta streaming, il 30 dicembre dalle 18. Condotto da Walter Rolfo, ingegnere, coach ed esperto in processi percettivi, docente all'Università di Torino e fra i più importanti studiosi di psicologia applicata e illusionismo, con la regia di Alessandro Marrazzo, l'evento si potrà seguire grazie a un'iscrizione gratuita sul sito www.nottedimagia.it. I partecipanti riceveranno a casa una cartolina che sarà utile durante lo show. L'iniziativa fa parte del programma Torino Natale Solidale e di Torino Città del Cinema 2020. Tra i partecipanti, l'illusionista Raul Cremona, il mago Jack Nobile, il vincitore di Tu Si Que Vales 2020, Andrea Paris, Flip, Mago Sales, Simon Pierro, Francesco Tesei, Skizzo Davide Niolosi. A fine serata, fanno sapere gli organizzatori, la cupola della Mole diventerà parte del 'grande prestigio finale'. (ANSA).

Newspaper metadata:

Source: Msn.com

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/23

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.msn.com/it-it/notizie/italia/allarme-christmas-blue-la-pandemia-aumenta-la-depressione-natalizia/ar-BB1cbbcE?li=BBqfUd8&srcref=rss>

Allarme 'Christmas Blue', la pandemia aumenta la depressione natalizia

© Fornito da AGI AGI - La Christmas Blue, la cosiddetta depressione natalizia, colpisce durante le festività milioni di italiani. Quest'anno, a causa della pandemia e delle conseguenti restrizioni potrebbe verificarsi un aumento dei disturbi d'ansia, delle angosce e delle forme depressive negli italiani. A segnalarlo è Giorgio Nardone, psicologo, psicoterapeuta di fama mondiale, fondatore insieme a Paul Watzlawick del Centro di Terapia Strategica e formatore Consulcesi con una collana di corsi dedicata alla formazione professionale dei medici per fronteggiare i problemi dei pazienti di natura psicologica legata al Covid-19. "Le limitazioni necessarie al contenimento del virus, che costringerà molti a stare lontani dai propri cari, rischiano di aumentare il disagio psicologico, specialmente nelle persone più fragili e più sole, già fortemente stressate dall'angoscia per il futuro, sia per la propria salute che per la condizione economica" spiega Nardone. "A questo va aggiunto che molte famiglie devono far fronte a lutti familiari causati direttamente o indirettamente dal Covid, virus che in un anno ha spazzato via quasi una generazione, quella dei nonni, simbolo del Natale", aggiunge. Video: Variante Covid, prof. Puoti: "Improbabile che resista al vaccino" (Il Sole 24 Ore) Riproduci nuovamente video Istat, nel 2019 ancora record negativo per natalità E' il settimo anno consecutivo. 20mila in meno rispetto al 2018 Il Sole 24 Ore Fonseca: "Io il primo responsabile della sconfitta a Bergamo, squadra ha reagito" Previsti cambi, giocherà Pedro, fuori Spinazzola per infortunio Il Sole 24 Ore Accendere il teleriscaldamento in Italia è come spegnere 4 milioni di auto "Oggi questa tecnologia copre soltanto il 3% della domanda di riscaldamento in Italia, ma è già presente in grandi città come Milano, Torino e Brescia. Secondo uno studio dei Politecnici di Milano e Torino potrebbe crescere quattro volte rispetto alla dimensione attuale". E' quanto afferma Lorenzo Spadoni, presidente Airu (Associazione italiana riscaldamento urbano) che aggiunge: "In tutta Europa ci sono schemi di sostegno al teleriscaldamento, in Italia no. Piuttosto ci sono occasioni perse come il fatto che sia stato escluso dal perimetro del Superbonus". Il Sole 24 Ore SUCCESSIVO "Adattarsi al cambiamento non è facile né immediato, considerando anche che nell'immaginario di tutti il Natale è tradizione, ripetizione familiare di riti e liturgie centenarie, uno 'schema' impresso nella nostra memoria che resiste alle novità" sostiene Nardone che ha già constatato un incremento di richieste d'aiuto in tutte le sedi mondiali del suo Centro di terapia di Arezzo di persone che "manifestano non il piacere di vivere questa festa ma la condanna di non poterla realizzare nella maniera desiderata, un senso di frustrazione, solitudine e angoscia con esiti depressivi". Dopo oltre 30 anni di esperienza e ricerca clinica, Nardone suggerisce uno schema preciso per superare questo momento che per molti, quest'anno più che mai, è difficile. "La prima cosa - sottolinea - è quella di dare quotidianamente uno spazio all'angoscia e alle sensazioni depressive: al mattino, isolandosi, calarsi in tutti i pensieri più catastrofici rispetto alla giornata davanti a noi e mettere per iscritto tutto ciò che ci passa per la mente, entrando più possibile in dettaglio". Può sembrare paradossale, ma tuffarsi nelle sensazioni negative, secondo l'esperto, è il modo più facile per uscirne. "Questa attività permette di concentrare in uno spazio e un tempo le sofferenze, limitandone così il vissuto" spiega l'esperto. "Inoltre, essendo una prescrizione paradossale che fa fare quello che volontariamente vorremmo evitare tende a ridurre l'impatto dell'angoscia e dei meccanismi depressivi", aggiunge. "Una volta eseguito il primo compito si può passare al secondo, "immaginare quello che ci piacerebbe fare nella giornata davanti a noi come se tutto fosse già come vorremmo che fosse, farsi il film mentale delle cose che metteremo in atto", suggerisce Nardone. "Dopodiché agire cominciando a realizzare le più piccole di queste. Questa indicazione - conclude - ha il potere di attivare prima l'immaginazione e poi l'azione nella direzione costruttiva e permette di non essere risucchiati dai pensieri depressivi e dagli atteggiamenti rinunciatari". Microsoft potrebbe guadagnare una commissione in caso di acquisto di un prodotto o servizio tramite i link consigliati in questo articolo. ARGOMENTI PER TE

Newspaper metadata:

Source: Il Messaggero

Country: Italy

Media: Printed

Author: Barbara

Carbone

Date: 2020/12/24

Pages: 13 -

Web source:

Le fiabe lette da cantanti e attori per i piccoli del Bambino Gesù

ROMA Leggere fa bene all'anima e, una fiaba, resta il regalo più prezioso che possiamo fare a chi amiamo. Nasce da qui l'idea di "Favole ad Alta Voce", la campagna di sensibilizzazione popolare sull'importanza della lettura in ospedale e nelle case di tutti i bambini promossa dall'ospedale pediatrico Bambino Gesù in collaborazione con RTL. Storie che, questa notte, entreranno magicamente nelle stanze dei 600 bambini ricoverati nelle diverse sedi dell'ospedale per regalare loro un sogno e tenere sempre accesa la speranza. «Abbiamo fame di storie, come abbiamo fame di cibo», aveva ricordato Papa Francesco in un messaggio diretto ai piccoli malati, parole che oggi, dopo mesi di pandemia e solitudine, acquisiscono un senso ancor più grande. LA PRESIDENTE Addormentare i nostri figli leggendo loro una storia è un autentico atto d'amore per la presidente del Bambino Gesù, Mariella Enoc. «Le favole sono piccole conchiglie a cui i bambini possono avvicinare l'orecchio per sentire il rumore del mare. Quel rumore è la voce di un adulto che gli consegna le parole attraverso le quali potranno conoscere il mondo - ha detto Enoc. Leggere ad alta voce una fiaba a un bimbo significa offrirgli la possibilità di sperimentare sentimenti, conoscere emozioni, affrontare paure, relazionarsi con tutto ciò che lo circonda, e sviluppare capacità cognitive e linguistiche che saranno preziosa linfa per la sua crescita. Attraverso le storie i bimbi superano la paura». Enoc si rivolge anche ai genitori dei piccoli pazienti invitandoli a una lettura condivisa che possa rappresentare uno spazio intimo e familiare nel quale ricreare la sicurezza che si prova dentro la propria casa e con i propri affetti. Non esiste un iPad o un PC in grado di metterci in contatto con l'altro come un libro. «Videogiochi, televisione e computer limitano la comunicazione più profonda che è legata alla condivisione di sentimenti. Un libro da sfogliare insieme crea invece continuità e vicinanza emotiva con il genitore - spiegano gli psicologi del Bambino Gesù - La lettura ad alta voce, già dal primo anno di vita, significa relazione, contatto, condivisione, complicità con il genitore». Il bambino piccolo - spiegano gli esperti - è portato a credere che le cose che gli vengono lette siano reali. Chi può aiutarlo a distinguere la realtà dall'immaginazione? Solo un adulto può accompagnarlo e sostenerlo. "Favole ad alta voce" è stato realizzato anche grazie al contributo di artisti e personaggi pubblici che hanno deciso di mettersi in gioco prestando la loro voce. Da Francesco Pannofino, Elena Santarelli, Nek, Alessandro Roia, Alessandra Amoroso, Nicolas Vaporidis, Daniele Silvestri, Francesco Acerbi, Gabriele Lavia, Federica DeMartino e tanti altri. La prima favola è stata letta da Mariella Enoc e racconta di una bambina che chiede aiuto alla nonna per superare il bullismo dei propri compagni. Un'altra è letta dal prof. Franco Locatelli e racconta la storia del piccolo Franchino che sorprenderà Babbo Natale senza maschera e lo redarguirà con l'autorevolezza del futuro medico.

Newspaper metadata:

Source: Il Messaggero

Country: Italy

Media: Printed

Author: LUCILLA

NICCOLINI

Date: 2020/12/24

Pages: 40 -

Web source:

LA PROF CHE INSEGNA L'ETICA AI ROBOT

Francesca Rossi è global leader dell'Intelligenza Artificiale in Ibm: «Nel prendere decisioni o formulare suggerimenti le macchine devono seguire principi di equità. Affinché abbiano un impatto positivo sulle persone e sulla società» Intelligenza artificiale, comunemente definita con l'acronimo inglese AI, è tra le parole più "abusate" del momento: da oltre 10 anni la nostra vita è condizionata da applicazioni AI, anche senza che ce ne accorgiamo. Professoressa Rossi, lei è global Leader sull'Etica dell'AI in IBM, potrebbe fare alcuni esempi? «L'AI ha già moltissime applicazioni nella nostra vita di tutti i giorni, e sa già prendere decisioni o suggerire cosa fare a persone che la usano. Interviene quando paghiamo con una carta di credito, quando cerchiamo informazioni su web o facciamo una foto, per trovare la strada più breve per andare da un amico, quando parliamo al cellulare invece di scrivere, e anche quando usiamo uno dei tanti social network per interagire con i nostri amici. Aziende e istituzioni in tutti i settori hanno iniziato a usare tecniche di AI nelle loro operazioni. Qualunque sia il modello di business e l'ambito applicativo, l'AI può ottimizzare le operazioni, renderle più efficienti, migliorare le decisioni dei professionisti del settore e creare nuovi servizi e modalità di lavoro. Questa tecnologia ha però anche molte limitazioni ancora: ha bisogno di grandi quantità di dati per funzionare bene, non riesce ad apprendere e a usare informazioni di causa ed effetto, e spesso non sa spiegare perché arriva a certe conclusioni». Come si insegna a una macchina a prendere decisioni? «Una tecnica di grande successo, che usa algoritmi di machine learning, è quella di raccogliere grandi quantità di dati sul problema da risolvere e sulla decisione più corretta da prendere. Con essi, si addestra la macchina a ricostruire il legame tra dati d'ingresso e risultato ottenuto, per poi applicare questi legami per risolvere altri problemi simili non affrontati prima. Per esempio, se si vuole costruire una macchina che sappia decidere se accettare o meno una richiesta di prestito presso un istituto finanziario, va addestrata con molti esempi di richieste e decisioni corrette per tali richieste, in modo che la macchina possa capire le correlazioni tra i dati e sappia capire se accettare o rifiutare nuove richieste. È però opportuno non delegare decisioni importanti a una macchina autonoma, ma invece presentarle a una persona che poi prenderà la decisione in modo informato dall'analisi dei dati effettuata dalla macchina». Decisioni giuste, sul piano scientifico, ma anche etiche. L'etica è un concetto non sempre chiaro, mutevole nel tempo. Chi decide cosa sia etico, oggi? «Sia che le macchine prendano decisioni o formulino suggerimenti, per facilitare decisioni prese da persone, è molto importante che sappiano seguire principi etici e valori morali ritenuti importanti nel contesto applicativo. Un tipico esempio è la equità (fairness), che assicura che non vengano fatte discriminazioni fra gruppi di persone. L'individuazione dei valori che le macchine devono rispettare deve essere effettuata in modo condiviso tra tutti gli attori coinvolti. Non può essere presa solo da chi programma l'AI». Che rischi corriamo, nel caso si riesca a insegnare alle macchine a decidere? «Alcune applicazioni dell'AI, in cui le decisioni possono avere un impatto significativo sulla vita delle persone o sui loro diritti, sono più rischiose di altre. È il caso di alcune decisioni in campo medico, o finanziario, o nella pubblica amministrazione. Il coinvolgimento di operatori nella decisione finale può mitigare il rischio, ma è anche necessario che l'AI sappia comunicare in modo efficace le motivazioni delle decisioni proposte, in modo che l'operatore possa decidere, combinando le informazioni fornite dalla AI con la sua esperienza e conoscenza del dominio applicativo». Potrebbero le macchine indurre un'omogeneizzazione negli squilibri sociali esistenti da sempre, oggi anche più evidenti? «La scienza e la tecnologia sono fondamentali per risolvere problemi difficili, ma va fatta attenzione a non amplificare i pregiudizi cognitivi che le persone hanno, anche inconsciamente, e a non aumentare il divario tra Paesi sviluppati e altri in via di sviluppo, in cui l'accesso alla tecnologia può essere più difficile. Le soluzioni tecnologiche per evitare questi problemi sono fondamentali, ma vanno messe in opera anche altre misure, quali standard, linee guida, collaborazioni internazionali, e anche leggi per le applicazioni a più alto rischio». C'è una reale sensibilità, nel mondo scientifico, per la considerazione etica di applicazioni avanzate dell'AI? «Negli ultimi anni, con l'aumentare delle applicazioni di AI, e con la consapevolezza dei possibili rischi nell'uso di questa tecnologia, i ricercatori hanno iniziato a lavorare sia per creare soluzioni scientifiche e tecnologiche innovative a questi rischi (come per esempio algoritmi per verificare che l'AI non crei discriminazioni), che per collaborare con scienziati di altre discipline (quali filosofi, sociologi, **psicologi**, economisti e avvocati) per individuare le migliori azioni per un impatto positivo dell'AI sulle persone e la società». È stato un caso, o una sua particolare predisposizione, a portarla a occuparsi di una tematica così rilevante e specifica come l'etica nell'AI? «Nel 2014-2015 ho passato il mio anno sabbatico al Radcliffe Institute di Harvard, in un ambiente estremamente multi-disciplinare, in cui lavoravo ogni giorno con esperti di tante altre discipline. Queste persone non erano interessate ai miei risultati scientifici,

Newspaper metadata:

Source: Il Messaggero

Country: Italy

Media: Printed

Author: LUCILLA

NICCOLINI

Date: 2020/12/24

Pages: 40 -

Web source:

ma volevano invece discutere dell'impatto del mio lavoro e dell'AI in generale sulla società. Dopo quell'anno, ho iniziato il mio percorso in IBM, in cui fin dall'inizio ho trovato un terreno fertile per integrare ricerche in AI con aspetti relativi all'etica, fino alla creazione del Comitato per l'etica dell'AI, che gestisce tutte le attività IBM sull'etica relativa a questa tecnologia». Quell'anno, ad Harvard, c'erano altre donne insieme a lei? «Il Radcliffe Institute ha una grande attenzione per le donne, anche perché in origine era un istituto universitario per sole donne. Adesso che è un istituto di ricerca, accoglie ogni anno 50 esperti di molte discipline diverse, assicurando una presenza femminile e maschile paritaria. Però è vero che nel mio campo le donne sono poche. Ma ho avuto la fortuna di lavorare con tanti colleghi uomini che mi hanno sempre rispettato come ricercatrice e studiosa, indipendentemente dal genere. Certo, ancora oggi mi capita spesso di essere l'unica donna in una riunione o una tavola rotonda, o in una commissione. Le donne sono poche nel mondo scientifico, in Informatica in particolare. Si dovrebbe dare loro più opportunità: nel mio campo, portano un punto di vista diverso, necessario nel considerare l'impatto etico e sociale dell'AI». Alla IBM, dove ha scelto di proseguire le sue ricerche, sono riconosciute queste caratteristiche di genere? «Sì, al punto che il nostro amministratore delegato per tanti anni è stata una donna, e molti ruoli di grande responsabilità sono coperti da donne. L'IBM ha una storia di 108 anni, sempre all'avanguardia anche rispetto a diversità e inclusione».

Newspaper metadata:

Source: Bergamonews.it

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/24

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.bergamonews.it/2020/12/24/e-online-il-nuovo-numero-della-rivista-ufficiale-di-habilita-take-care/412400/>

È online il nuovo numero della rivista ufficiale di Habilita, Take care

Ecco i temi trattati nel nuovo numero del giornale È disponibile la versione online del nuovo numero della rivista Take care, l'houseorgan del gruppo Habilita. Il giornale è consultabile cliccando sul link: <https://bit.ly/2Kn0v8s> In questo numero si parla in primo luogo della novità in fatto di protesi completa al ginocchio: il Rosa Knee System, ovvero il sistema ideato per supportare le équipes chirurgiche durante gli interventi ortopedici, consentendo il posizionamento ottimale della protesi del ginocchio. A livello europeo, oggi, sono pochissime le strutture sanitarie specializzate in chirurgia ortopedica che possono contare su un sistema di intelligenza artificiale così avanzato. Habilita utilizza questo strumento nella Casa di Cura Villa Igea di Acqui Terme, in provincia di Alessandria. Gli interventi sono convenzionati SSN o privati. All'interno di Take care è possibile leggere un'intervista al Dr. Federico D'Amario, che ha effettuato il primo intervento con il Rosa Knee e la testimonianza di una delle prime pazienti che si è sottoposta all'operazione. Altro argomento trattato nel nuovo numero di Take care è l'attività di riabilitazione post Covid svolta nelle strutture Habilita. Come si legge all'interno dell'intervista realizzata con il Dr. Giovanni Taveggia, direttore sanitario di Habilita Ospedale Faccanoni di Sarnico, una volta conclusa la prima ondata che ha colpito molto duramente i territori bergamaschi, nelle strutture riabilitative si sono vissute esperienze di persone stremate dalla malattia, svuotate di energie dopo settimane di terapia intensiva e di allettamento senza mangiare, senza dormire, sdraiati a letto senza potersi muovere, perdendo di conseguenza ogni funzione elementare, decondizionati in estrema sintesi. In questi casi il compito del fisiatra è di stabilire una gerarchia d'interventi prioritari per rispondere attraverso specifiche competenze riabilitative ai bisogni del paziente e per riconquistare salute, autonomia e benessere psico-fisico. Come accede in ogni situazione complessa di menomazione, l'approccio riabilitativo richiede la presenza di multi-professionalità, di competenze e metodi di lavoro collaudati. Infermieri, fisioterapisti, **psicologi** e logopedisti mettono in atto tecniche individuali e sincrone di lavoro per aiutare il paziente ad uscire dal letto, a respirare da solo, a camminare in sicurezza, a mangiare adeguatamente. Nella rubrica "Conosciamoci meglio" si parla dei test sierologici svolti nelle nostre sedi bergamasche dopo la prima ondata di Covid19. A partire dal 4 maggio, successivamente all'autorizzazione di Regione Lombardia, Habilita ha infatti messo a disposizione della popolazione bergamasca la possibilità di eseguire il test sierologico per la ricerca degli anticorpi Sars-COV-2. I test sono stati eseguiti a mezzo prelievo ematico su sangue intero e processati presso Habilita Laboratorio di Analisi Mediche di Bonate Sotto con metodica CLIA – Abbott. Il test è di tipo qualitativo ed è concepito per rilevare la presenza di anticorpi IgG che reagiscono alla proteina del Sars-COV-2. I prelievi sono stati eseguiti presso le sedi Habilita di Bergamo, Zingonia, Clusone, Osio Sotto, Bonate Sotto e Sarnico. In questa analisi sono presenti anche gli esiti dei test sierologici eseguiti da Habilita all'interno della campagna "50.000 test per Bergamo", promossa dal Comune di Bergamo. I dati raccolti da Habilita contribuiscono ad avere una visione più precisa della diffusione del virus nella provincia di Bergamo e sono coerenti con le indagini di sieroprevalenza condotte sia da ISTAT (sieroprevalenza del 24% in provincia di Bergamo) che da ATS (sieroprevalenza al 42,3% in Valle Seriana). Queste indagini evidenziano ancora una volta come il Sars-COV-2 si sia diffuso in maniera massiccia e drammatica all'interno della nostra comunità ed in particolare nella Valle Seriana. Sempre all'interno di questo numero di Take care è presente l'intervista di presentazione del nuovo Direttore Sanitario di Habilita Casa di Cura Villa Igea – I Cedri, il Dr. Massimiliano Panella. Non mancano poi le flash news con le notizie principali legate alle attività svolte nelle sedi Habilita, l'elenco dei nostri Punti Prelievo, la lista di tutte le specialità presenti nelle sedi Habilita e i nomi di tutti i nuovi assunti che sono entrati a far parte del gruppo Habilita. Buona lettura! © Riproduzione riservata

Newspaper metadata:

Source: Fanpage.it

Country: Italy

Media: Internet

Author: Francesca

Parlato

Date: 2020/12/24

Pages: -

Web source: <https://donna.fanpage.it/depressione-e-disagi-gli-effetti-psicologici-del-covid-che-potrebbero-peggiore-con-il-natale/>

Depressione e disagi: gli effetti psicologici del Covid che potrebbero peggiorare con il Natale

A lungo trascurati, ora con il Natale e le feste, gli effetti psicologici del Coronavirus potrebbero peggiorare. "Casi di depressione triplicati e livelli di disagio con picchi mai raggiunti prima" il presidente del Consiglio Nazionale dell'Ordine degli **psicologi** David Lazzari intervistato da Fanpage.it dipinge un quadro tutt'altro che roseo delle ripercussioni psicologiche della pandemia. Siamo tutti sotto pressione. Da quando la pandemia da Coronavirus ha iniziato a condizionare ogni aspetto della nostra vita è questa la sensazione che tutti noi ci sentiamo cucita addosso. Mentre la scorsa primavera riuscivamo ancora a coltivare la speranza che entro la fine dell'anno sarebbe finita, oggi sappiamo che è meglio non fare programmi. Il vaccino è pronto, ma intanto abbiamo avuto una seconda ondata, forse anche più grave della prima, una sfilza di DPCM, le scuole chiuse, la vita sociale azzerata e il Natale cancellato. Oltre al numero delle vittime, più di 70mila in Italia da marzo a oggi, a fare rumore è anche l'aumento del numero di persone che soffrono di disturbi psichici. "Siamo verosimilmente vicini al triplo di casi di depressione rispetto a quelli presenti prima della pandemia" ha detto il professor David Lazzari, presidente del Consiglio Nazionale dell'**Ordine degli psicologi**. Professore sin dall'inizio della pandemia gli effetti psicologici del virus, nonostante le raccomandazioni di voi esperti, sono stati piuttosto trascurati. Per affrontare questi giorni di Natale, cercando di abbattere il più possibile i rischi di una terza ondata, i provvedimenti del Governo sono stati ancora più restrittivi. Ma quali sono gli effetti di questa continua pressione psicologica? L'Italia sembra un Paese incapace di agire in modo preventivo, che si muove solo quando i ponti crollano. Con gli aspetti psicologici della pandemia sta facendo così: perché si tratta di un disagio che solo a volte diventa tragedia. Il più delle volte le persone stanno male nel silenzio del loro privato, non lo gridano in piazza, non fanno manifestazioni. Anche se il malessere psicologico in molte persone diviene aggressività relazionale e sociale, alimenta comportamenti antisociali, ma si vedono gli effetti e non le cause. Poiché i livelli di disagio hanno raggiunto picchi mai registrati prima ci dobbiamo aspettare che essi si tramuteranno in un'ondata di disturbi psichici, un aumento delle malattie fisiche che hanno negli aspetti psicologici un fattore di rischio, un aumento delle situazioni di conflitto, di comportamenti disfunzionali nei diversi contesti di vita. E il costo economico di tutto questo sarà piuttosto alto in base agli studi disponibili. Chi sono i soggetti più fragili? Quelli che potrebbero fare fatica a sopportare il peso del Natale in solitudine e di questo clima così pesante da così tanti mesi? Ci sono i soggetti legati direttamente al Covid, le decine di migliaia di ricoverati in ospedale, le oltre 100 mila persone contagiate in isolamento, il milione di sopravvissuti alla malattia, i parenti dei circa 70 mila deceduti, e poi le fasce più vulnerabili della popolazione, come i bambini con problemi, gli anziani, e in generale tutte le persone che hanno accumulato in questi mesi un livello di malessere che è diventato dolore psicologico. I casi di depressione sono aumentati? Le stime ci dicono che i casi di depressione sono più che raddoppiati in questi mesi, soprattutto dopo l'estate e ora siamo verosimilmente più vicini al triplo di quelli presenti prima della pandemia, stimati al 5%. Una indagine europea fatta a settembre ha stimato in Italia il 18% di persone con sintomi depressivi. C'è il rischio che molte persone stanche dei divieti e della confusione, spesso scatenata anche dai titoli di giornale, perdano di vista i rischi del virus e mettano a repentaglio la propria salute con dei comportamenti scorretti? Direi che più che un rischio è una certezza, del resto lo vediamo tutti i giorni. Certi comportamenti non sono giustificabili perché mettono a rischio tutti, oltre ai diretti interessati, ma si comprendono proprio per i motivi che ha citato. Del resto la comunicazione non aiuta, perché è per lo più confusiva oltre ad essere allarmistica e ripetitiva. Gli studi psicologici sulla comunicazione efficace nelle emergenze li abbiamo diffusi, ma i media inseguono l'audience, che ha altri criteri. Lei afferma che la comunicazione è confusiva e allarmistica. Quale dovrebbe essere invece il modo giusto per parlare ai cittadini in caso di emergenze come queste, per trasmettere l'importanza del rigore ma senza rischiare di generare panico? Gli studi esistenti ci dicono che la comunicazione efficace, quella che promuove comportamenti più responsabili e maggiore cooperazione, deve essere chiara, non confusiva, il più possibile onesta, ed empatica. La ripetitività quasi ossessiva, l'allarmismo, il limitarsi a far parlare gli esperti in libertà forse sono utili all'audience ma non alla buona gestione della pandemia Quali consigli darebbe a chi sta vivendo questo periodo natalizio in maniera particolarmente negativa? Darei tre consigli: ricordarsi che tutti abbiamo risorse inesplorate, che quando si arriva al fondo del pozzo ci si può dare una spinta per risalire, ovvero aiutarsi. Ma anche non chiudersi, parlare con persone disponibili, condividere i propri stati d'animo, costruirsi dei momenti positivi facendo qualcosa che ci fa piacere, trovando motivi di gratitudine. Infine farsi aiutare se serve, non vergognarsi di chiedere l'aiuto di un esperto, tutti possiamo averne bisogno, non è questione di debolezza, anzi è

Newspaper metadata:

Source: Fanpage.it

Country: Italy

Media: Internet

Author: Francesca

Parlato

Date: 2020/12/24

Pages: -

Web source: <https://donna.fanpage.it/depressione-e-disagi-gli-effetti-psicologici-del-covid-che-potrebbero-peggiore-con-il-natale/>

segno di forza capire quando serve aiuto. Le informazioni fornite su www.fanpage.it sono progettate per integrare, non sostituire, la relazione tra un paziente e il proprio medico.

Web source:

Nel suo disco Bianconi scende nell'abisso dell'io senza maschere

In un famoso racconto di Daniil Charms compare «un uomo con i capelli rossi che non aveva né occhi né orecchie». L'uomo però «non aveva neppure i capelli, per cui dicevano che aveva i capelli rossi tanto per dire. Non poteva parlare, perché non aveva la bocca. Non aveva neanche il naso. Non aveva addirittura né braccia né gambe. Non aveva la pancia, non aveva la schiena, non aveva la spina dorsale, non aveva le interiora. Non aveva niente!». Ascoltando *Forever*, il primo disco solista di Francesco Bianconi, sembra di assistere a un simile processo di svestizione, di smantellamento dell'io. Pezzo per pezzo, l'uomo dai capelli rossi perde tutto il suo corpo, tanto che Charms, dopo aver notato che l'uomo «non aveva niente!» conclude: «Per cui non si capisce di chi si stia parlando. Meglio allora non parlarne più». Le parole sono così fragili, lo sappiamo: questo però non ci può spingere a pensare che è «meglio allora non parlarne più». Un disco come *Forever* dà l'impressione che la cosa migliore da fare è proprio parlarne, parlarne a lungo e per molto tempo. *Forever*, infatti, è un disco fuori dall'attualità, e i suoi echi arriveranno negli anni futuri, di bocca in bocca: tutti intenti a cercare le parole per tradurne il mistero. Da cosa, allora, il parallelismo con l'uomo dai capelli rossi che aveva i capelli rossi tanto per dire? Che è questo un disco dove Francesco Bianconi toglie tutto il possibile, si sveste ma non si maschera, è più che nudo, e riesce a fare un disco che si colloca, fisso, in una destinazione quasi irraggiungibile: al confine del silenzio. Secondo alcuni **psicologi**, la maschera che ci viene data quando nasciamo ci resterà incollata per tutta la vita. Da sempre Francesco Bianconi, con i Baustelle, sembra tentare di romperla: con *Forever* la rottura è avvenuta. Non ci sono più maschere. Quando partono le prime note del disco subito si entra ai confini del silenzio. Non a caso, le prime parole del disco annunciano: «Non è tempo di cantare». In un disco in cui le parole sono così terrene, carnali, è tutt'altro che una provocazione, piuttosto un dato di fatto. Bianconi sembra subito cercare di indagare la realtà così com'è, senza cinismi né nichilismi. Che cos'è la realtà, se è vero che «anche Schopenhauer scrisse di felicità?». Sembra questa una delle domande che muove l'intero disco: quando si occupa di realtà, Bianconi non intende parlare di società e tantomeno di attualità: la realtà è un'anguilla, qualcosa di inafferrabile e che sfugge a categorizzazioni. Potremmo definirlo un disco minimalista, proprio per questa tensione estrema alla sottrazione, eppure, però, la parola sarebbe approssimativa: il minimalista sottrae per mettere in mostra un dettaglio, che magari dice tutto. Qui, invece, tutto dice tutto, così come accade nella realtà. Ed è naturale così che nella realtà di *Forever* confluisca il bene, una parola così semplice che si fa qui purezza («non lo dire mai a nessuno che quest'uomo cerca il bene»), l'abisso («io sono qui per arruolarmi, amarmi e piangere conte»), la possibilità di «vincere l'oscurità» (*Andante*), il sogno di estendere il tempo per sempre (*Go*), l'incantamento di una litania (*Faika Lil Wnhar*), il coraggio della felicità («Vorrei disintegrarmi nella luce insieme a te», in *Zuma Beach*), una partita a scacchi contro l'irreale (*The strenght*); l'ego («i cantanti ucciderebbero per apparire in un programma in televisione», in *Certi uomini*) fino «a piani fallimentari, tentati amori» (*Assassinio dilettante*). E poi: *Forever*. Per sempre. L'ultimo pezzo del disco, che dà il titolo all'album, è privo di parole, solo strumentale, come se oramai quella tensione, quello stare per 40 minuti ai confini del silenzio, possa farsi insostenibile. Francesco Bianconi riesce nell'ardita impresa di smascherarsi in un disco che è ben più che un esperimento. Lo chiamerei "grimaldello dell'ego". Il nostro uso del termine "ego" fa sì che l'ego sembri un'entità con una forma e una dimensione. Eppure l'ego non va via come un dente marcio, in quanto non è un oggetto: è un processo. Tutta la realtà che confluisce qui, in *Forever*, ci ricorda che non esiste nulla di permanente, tantomeno un io. Per questo, *Forever* non è solo un'opera del mutamento, che ti trasforma. È anche un disco dello spazio e del tempo, dei mutamenti infiniti. Un disco che ci spinge a fare come fa Bianconi, discendere l'abisso, «finalmente dentro me», finalmente dentro noi. E poi andare.

Newspaper metadata:

Source: Torinoggi.it

Country: Italy

Media: Internet

Author: Manuela

Marascio

Date: 2020/12/24

Pages: -

Web source: <https://www.torinoggi.it/2020/12/24/leggi-notizia/argomenti/attualita-8/articolo/nelle-farmacie-di-torino-il-calendario-2021-sui-neonati-che-dona-latte-in-polvere-alle-mamme-in-dif.html>

Nelle farmacie di Torino, il calendario 2021 sui neonati che dona latte in polvere alle mamme in difficoltà

Presentazione del calendario "Profumo di vita" #neldirittodelbambino Nuova edizione del progetto artistico-sociale Profumo di vita #neldirittodelbambino, nato nel 2017 dalla collaborazione tra l'associazione Legal@rte, costituita da un gruppo di appartenenti alla polizia di Stato, e la fotografa torinese Elena Givone. Scopo dell'iniziativa, la sensibilizzazione sui temi dei diritti dell'infanzia e della violenza assistita, che vede il minore quale "spettatore obbligato" di qualsiasi forma di maltrattamento in famiglia, attraverso atti di violenza fisica, verbale, psicologica su figure di riferimento affettivamente significative. A testimoniare l'attualità del progetto anche in un anno così difficile, dove il lockdown ha accentuato i fenomeni di disagio e soprusi entro le mura domestiche, è stato recentemente stampato il calendario 2021, realizzato in collaborazione con Alsil Onlus, che vanta il patrocinio della Regione Piemonte e della Città di Torino, con il supporto di Vol.To - Centro servizi per il volontariato. Se nelle scorse edizioni gli scatti erano realizzati nei reparti maternità degli ospedali italiani, durante i primissimi giorni di vita del bambino - cogliendo al meglio il sonno profondo del neonato nella sua fragilità, protetto dall'abbraccio dei genitori -, la pandemia ha costretto tutto il team a ricorrere a nuovi escamotage. In un 2020 caratterizzato dalle distanze fisiche e sociali, la fotografa Givone ha così pensato di invitare alcuni tra i più grandi fotografi internazionali "newborn" a condividere, attraverso le loro immagini, un ideale di speranza e fiducia nelle nuove nascite, per un futuro migliore. Si tratta di Jesse Salter, Alina Tsoy, Lola Melani, Shan Fisher, Kelly Brown, Emilie Zangarelli, Paloma Schell, Russ Jackson, Michael Stief, Dani Bat e Ana Brandt. Ciascuno con un proprio scatto, da gennaio a dicembre. "Uno degli aspetti positivi di questo periodo - commenta Givone - è che le connessioni non sono mai mancate, abbiamo sempre comunicato tra di noi anche con grosse distanze. Ho quindi voluto l'occasione per trasformare Profumo di vita in un progetto internazionale, allargando i confini. Perché se rimaniamo ognuno nel nostro piccolo giardino, diventa sempre più complicato interagire e creare il bello". "Il nostro scopo è quello di fare prevenzione - spiega Roberta Di Chiara, presidente di Legal@arte -. Coltiviamo l'utopia di avere un domani un adulto che non diventi mai un reo. Arriviamo da un percorso nella violenza di genere e abbiamo scelto di cogliere, nel nostro lavoro, l'origine di tutto. Il profumo è infatti il primo senso che si accende, l'inizio della vita. Quando andavamo nei reparti maternità, cercavamo di far conoscere la tematica ai genitori e catturare, nel frattempo, alcuni scatti che comunicassero il forte bisogno di tenerezza e cura che dobbiamo sempre donare ai nostri bambini. Accanto alle immagini del nuovo calendario, compaiono anche informazioni alcune medico-scientifiche per ricordare che nei primi mille giorni di vita si gettano le basi per la vita del domani". Parte integrante del progetto Profumo di vita, è il cortometraggio Il Silenzio del Dolore, presentato al 36° Torino Film Festival; un QR code sul calendario permetterà di visionare il racconto interpretato dall'attrice Elena Ruzza. che ne ha curato la regia con Matteo Cantamessa. Tratto da un testo autobiografico della poliziotta e psicoterapeuta Katia Ferraguzzi, il video pone il visitatore di fronte a una realtà spesso invisibile, quella di minori vittime di violenza assistita. La distribuzione dei calendari nella città di Torino, oltre al consueto canale ospedaliero dei reparti maternità, verrà effettuata attraverso l'iniziativa "Latte sospeso". Il calendario verrà infatti donato con l'acquisto di latte in polvere per neonati presso la farmacia Dora di via Cigna 118 e la farmacia dell'Universitaria, in via Po 14. Il prodotto acquistato verrà lasciato in farmacia per essere distribuito alle neomamme in difficoltà attraverso l'associazione Camminare Insieme. "Ciò che presentiamo - dichiara Silvio Magliano, vicepresidente di Vol.To - dimostra quanto il volontariato abbia trovato strade e modi diversi di andare avanti, nonostante il periodo difficile. Parlare per immagini e vedere cosa le immagini possono imprimere nei nostri cuori è di una forza enorme. Abbiamo bisogno di vedere bellezza e la tenerezza alla fine di un anno in cui ci siamo ritrovati spesso soli. Sono immagini di speranza che rappresentano un dono a tutta la comunità". Manuela Marascio

Newspaper metadata:Source: Il Venerdì Di
RepubblicaAuthor: Valentina
Farinaccio

Country: Italy

Date: 2020/12/24

Media: Periodics

Pages: 48 -

Web source:

SIAMO PICCOLI E DIVERSAMENTE MOLTO SOCIAL

I LORO VIDEO RIEMPIONO IL WEB, HANNO UN ESERCITO DI FOLLOWER. SONO I BAMBINI DISABILI CHE I GENITORI HANNO RESO FAMOSI CON VIDEO E POST. OBIETTIVO? CONDIVIDERE ESPERIENZE. E SPESE LA FORZA di Giorgia Kus una pagina Facebook da 130 mila mi piace. Di Giorgia, cinque anni, arrivano prima gli occhi, poi la parlantina dirompente di chi conosce il mezzo e il suo pubblico. Iniziamo dall'ultimo video e procediamo a ritroso, fino al primo: 4 settembre 2019. Il post che lo accompagna racconta che una malattia ha bloccato Giorgia dal collo in giù. È irriconoscibile, eppure è la stessa bambina spigliata dei video da cui siamo partiti. Lì, nella sua prima apparizione Facebook, guarda un cartone. Paralizzata in un letto, danza con gli occhi. Nove mesi dopo, invece, in un video di 7 secondi, scorrazza in bicicletta. Le braccia e le gambe esili come lo stelo di un fiore, i piedi e le caviglie protette dai tutori. La voce della madre ne commenta, felice, la guida spericolata. OGNI GIORNO SU FB Perché Giorgia è su Facebook? Quasi ogni giorno va in diretta per parlare ai suoi follower. Mostra loro una bustina di Haribo, un gioco da montare, un regalo da spaccettare, con i genitori sempre accanto, a tenere in piedi un patto con tutte le persone che commentano, chiedono notizie, mandano doni e soldi. Una raccolta fondi, infatti, promossa su Fb, ha permesso alla famiglia di affrontare l'odissea che ha portato Giorgia a stare meglio. Scrivono i Kus: «Da giugno del 2019 siamo in giro a seguire nostra figlia per ospedali. La raccolta serve per aiutarci a sostenere le spese di affitto, di utenze giornaliere, trasporti e farmaci da banco. La bimba ha avuto un'infezione al midollo ancora senza diagnosi e, poco dopo, una complicazione polmonare che l'ha tenuta in coma, in rischio vitale, per sei mesi. Ora stamegliomado tutto quel tempo ferma a letto non riesce a camminare. Sta facendo fisioterapia per riprendere massa muscolare e continua a fare esami per dare un nome alla sua malattia». «ESPORSI PER SENTIRSI EROI» A Lorena Pentecoste, psicoterapeuta dell'età evolutiva, chiediamo in che modo, e a chi, possa essere utile il racconto social della disabilità di un minore. «Non possediamo, a oggi, dati scientifici inequivocabili sull'argomento, ma sulla base della mia esperienza posso dire che spesso le persone con disabilità lamentano di sentirsi viste dagli altri solo per quell'aspetto. Entrare nella loro quotidianità attraverso i social, dunque, può rafforzare un terreno comune che va al di là della disabilità. Per i genitori, usufruirne significa adoperare al meglio, trasformandolo in risorsa, lo strumento più potente e diffuso della nostra società. Esporsi, condividendo momenti di difficoltà, può aiutare a sentirsi attivi nella ricerca di una soluzione, eroi e non vittime, e a non soccombere alla paura o allo sconforto. Gli utenti delle pagine, a loro volta, possono sentirsi protagonisti, in un mondo in cui tale sensazione è perseguita, dando supporto e aiuto concreto. I bambini coinvolti, in questi casi, sembrano più al servizio del racconto, dando forma al contesto e alla richiesta avanzata, piuttosto che essere consapevoli di ciò che voglia realmente dire "raccolta fondi" o delle sue implicazioni». UNO SHOW PER I TATI Contattiamo, a tal proposito, Irene Ceneri, amministratrice della pagina I sogni di Jo, che da aprile del 2019 narra la vita di Jo Santabarbara, sua figlia. «La pagina» spiega «si è ritenuta necessaria per far conoscere la storia di Jo, per sensibilizzare, ma anche per avere supporto». Jo ha tre anni. È nata con una malformazione che si chiama Emimelia tibia bilaterale. Le mancò, in pratica, le ossa della tibia. In Italia, l'unica possibilità è l'amputazione. Grazie alle donazioni raccolte anche via Facebook, la bambina è volata in Florida, al Paley Institute, dove ha subito il secondo degli interventi che le permetteranno di camminare. Il viaggio, il post-operatorio, la riabilitazione, il recente ritorno a casa. È tutto testimoniato da foto e video. E i follower, circa 30 mila, aspettano notizie di Jo, vogliono vederla in piedi. «Grazie alla pagina» racconta Irene «ho regalato a mia figlia un futuro sulle sue gambe, quelle che in Italia avrebbero amputato. Lei voleva camminare, ha sempre cercato di farlo. Da soli, non ce l'avremmo fatta. Inoltre, la pagina ci consente di sostenere anche altre famiglie che si trovano, loro malgrado, a percorrere strade difficili». È tutto commovente, nessuna opacità, ma le chiediamo: non temete che, una volta cresciuta, Jo possa accusarvi di non aver scelto lei questo tipo di esposizione? «No» risponde decisa. «Jo è consapevole, le racconto ogni cosa. Non ho mai pubblicato una sua fotografia nuda, o una che potesse essere per lei imbarazzante. Tutto quello che c'è sulla pagina è solo una vittoria». E cosa percepisce Jo, del mondo virtuale di cui è protagonista? «Tutto. Spesso è lei a dire, quando c'è un gioco che le piace o un traguardo raggiunto: mamma, lo facciamo vedere ai tati del telefono? È una bimba matura, e la nostra intimità è nostra, il resto è uno show, in un certo senso, qualcosa che mostreresti con orgoglio, non con vergogna, anche in un album di foto». Con orgoglio, e non con vergogna: è un criterio da seguire, nella scelta di cosa pubblicare? La psicoterapeuta conferma: «Suggerisco di non postare mai nell'immediato un contenuto appena ripreso, ma di aspettare qualche ora, per poi chiedersi: proverei disagio a dire o a fare ciò che voglio postare guardando realmente in faccia gli altri? Se anche solo una

Newspaper metadata:Source: Il Venerdì Di
RepubblicaAuthor: Valentina
Farinaccio

Country: Italy

Date: 2020/12/24

Media: Periodics

Pages: 48 -

Web source:

punta d'incertezza fa capolino, meglio desistere». Torniamo a Irene, la madre di Jo. Come si immagina fra cinque anni? «Ad aiutare altre famiglie. A lottare per portare una sede del Paley Institute in Italia, perché tutti hanno diritto a un'opportunità». E conclude: «Non giudicate mai ciò che non conoscete. Prima camminate i nostri passi, poi fermatevi a pensare cosa avreste fatto per vostro figlio». La pagina di Luca Trap anese sfiora i 190 mila follower. Cattolico, gay e single, da quando è diventato, per scelta, padre di Alba, la neonata con la sindrome di Down che oggi ha tre anni, il loro piccolo e vivace ménage è esploso sui social. Trap anese, infatti, racconta con puntualità l'omogenitorialità, la paternità, la disabilità. Con Alba che spunta al suo fianco, sempre. Anche Micol Landi ha tre anni, ma non parla. Da Massa lo fa per lei, nelle dirette Facebook, Beatrice, sua madre. Il sorriso negli occhi di Micol, la loro pagina, si rivolge a 148 mila persone. 148 mila utenti che hanno scoperto così la malformazione del Gene WWOX. Micol è l'unico caso in Italia, meno di venti bambini al mondo ne sono affetti. A CASA DI BUBI Scorriamo ancora foto e video di un'altra bambina disabile: minuscola, nonostante i suoi 8 anni, il sondino al naso. In cammino per Lavinia-Walking for a cure è una pagina da quasi 50 mila follower. Rispetto alle altre sfogliate, questa, nata nel 2015 per raccogliere fondi per la rarissima Mucopolisidosi II, ha di diverso che Lavinia non c'è più. Bubi, così la chiamavano i genitori, è morta il 10 agosto, nello stesso Plospice Pediatrico di Padova per cui la pagina continua a raccogliere donazioni. Articoliamo una richiesta d'intervista, ma ci compare un video in cui Federica Toffanin, la madre, nel rispondere a un commento polemico ("non avreste dovuto fare una vita più ritirata?"), scioglie qualunque nostro dubbio. Dice: «Spinti dalle tante domande che ci facevano le persone, quando ci incontravano con Lavinia, su come fosse la vita con una bimba con una disabilità grave, abbiamo pensato di far entrare queste persone a casa nostra. Abbiamo aperto una finestra sulle malattie geneticamente rare e terminali per far luce sul fatto che le vite di questi bambini, se i genitori lo vogliono, possono essere vissute e piene di cose belle. Perciò la nostra risposta, cara signora, è no: non dovevamo fare una vita ritirata. Se avessimo fatto una vita più ritirata, avremmo perso tutti».

Newspaper metadata:Source: Il Venerdì Di
Repubblica

Author:

Date: 2020/12/24

Country: Italy

Pages: 62 -

Media: Periodics

Web source:

Attenti al cibo che si fa bello per sembrare buono e sano

I CIBI BELLI sono anche salutari? Ovvio che no, eppure lo crediamo... Gli **psicologi** conoscono bene "l'effetto bello": le persone di bell'aspetto sono considerate, da chi giudica in base alle foto, anche più intelligenti e buone di altre meno attraenti. Insomma, chi bello porta gli altri a crederlo migliore. Ebbene, questo vale anche per il cibo. Lo ha scoperto Linda Hagen, nutrizionista della Southern California University, che ha chiesto a 840 volontari di guardare foto di lasagne, frittate, panini e dolci, identici come composizione, ma alcuni arrangiati in modo esteticamente gradevole e altri montati alla rinfusa. «I cibi belli sono stati considerati più gustosi e meritevoli di un prezzo più alto delle versioni brutte» spiega Hagen. «Ma quello che ci ha sorpreso è che sono stati valutati anche come più nutrienti e salutari». Secondo Hagen attribuire qualità a ciò che è ordinato e simmetrico è innato, perché in natura ciò significa essere dotati di buoni geni, ben nutriti e sani. «Ma applicare questa regola a oggetti artificiali può essere rischioso. Chi produce cibo-spazzatura sa che basta presentarlo in modo gradevole per farlo sembrare dotato di tutte le qualità del mondo. Nei nostri test abbiamo però notato una cosa: avvertire i partecipanti che le foto gradevoli tendevano a distorcere il loro giudizio portava a una riduzione dell'effetto bello. Forse bisognerebbe mettere un avviso del genere sotto le immagini del cibo industriale»

Newspaper metadata:Source: Il Venerdì Di
Repubblica

Author:

Date: 2020/12/24

Country: Italy

Pages: 104 -

Media: Periodics

Web source:

RENATA COLONI TRADUCO DUNQUE CREO

INTERVISTA A UNA PROTAGONISTA DELL'EDITORIA CHE DOPO AVER DATO VOCE A FREUD, MANN, ROTH, CANETTI, PUBBLICA UN LIBRO TUTTO SUL SUO MESTIERE. «PERVERSO AI LIMITI DEL MASOCHISMO» <IL TRADUTTORE? È uno strano animale: timidissimo e protervo, schivo e temerario». Quando Renata Coloni parla di traduzione in realtà parla di sé. Il suo nome evoca il mondo dell'editoria, che lei ha attraversato con passo sicuro, da protagonista. E alla gentilezza dei modi, eleganti, contrappone la determinazione delle idee. La incontro perché per la prima volta ha scritto un libro — ed è un evento. Un libro che parla di traduzione letteraria, ma solo apparentemente: in realtà è, forse, un'autobiografia mascherata. Ed è bellissimo — sin dal titolo: Il mestiere dell'ombra. Tradurre letteratura, in uscita per l'editore Henry Beyle. Cos'è la traduzione? «È una prova d'artista. Sono convinta che si tratti di un lavoro letterario a pieno titolo. Per questo è solo parzialmente insegnabile: il talento letterario o ce l'hai oppure no». Nel libro lei scrive che per fare il lavoro del traduttore sono necessarie «un'autentica devozione per la letteratura e la capacità di dimenticarsi di sé», ma anche di ritrovare un'«orgoglio sa e un po' perversa vocazione autoriale». «È un mestiere perverso, ne sono certa: sei tenuto a una oblatività, una disponibilità estrema che sconfinanel masochismo —che è quella appunto di azzerarti, non esistere, farti voce di un altro. Sei al servizio di un autore e ti fai invadere dalla sua voce, ti fai sommergere dalla sua musica, dalla particolarità della scrittura. Poi però devi restituirla, e lì allora ti rialzi: con uno scatto creativo devi trovare il modo di costruire quella lingua. Nella prima fase sei tenuto a non perdere nulla; nella seconda a ricreare tutto, magari inventandolo. Ecco il fascino di questo lavoro». Bisogna trattar l'ombra come cosa salda? «Quando l'ombra si fa personaggio non c'è da scherzare. È l'ombra che parla, che esprime sé stessa come se non fosse un'ombra: è l'eterno gioco fra l'essere e il non essere». Tutto è iniziato grazie alla lingua materna, il tedesco che sua madre Ursula Hirschmann usava in casa; e poi un incontro... «AFrancoforte, all'inizio degli anni Settanta, incontrai Paolo Boringhieri, che mi propose di seguire la pubblicazione delle opere di Freud. Bei tempi quelli in cui un editore poteva permettersi di pagare qualcuno per seguire una sola opera!». Com'è stato quel lavoro? «Mi ha segnato in profondità. Pensavo di avere a che fare con un lavoro scientifico. Invece, senza saperlo, traducendo e rivedendo le traduzioni di Freud — un lavoro durato anni — mi sono resa conto che avevo a che fare con un grande scrittore. La sua lingua, le modalità espressive, il ricorso continuo alla letteratura e a un mondo umanistico nel senso più ampio del termine». In qualche modo hai inventato la terminologia freudiana in italiano. «È stato un lavoro corale. La terminologia l'ho discussa per settimane, mesi, anni con Boringhieri, Michele Ranchetti e Cesare Musatti. Non si potevano tradurre a casaccio cose che per Freud sono ben distinte». Qualche esempio? «Beh, il rimosso va distinto dal represso, le pulsioni dagli istinti. A ogni modo la definizione del linguaggio e del lessico psicoanalitico coincidono con la revisione dell'interpretazione dei sogni, che era uscito già nella versione di Elvio Fachinelli e Herma Trettl, ma che Boringhieri mi chiese di rivedere a fondo». Ha detto che proprio grazie a quel lavoro le è nata la passione per la traduzione. «È vero. Anche perché l'interpretazione dei sogni è un grande romanzo d'avventura: ha un aspetto narrativo clamoroso, la bellezza di come racconta i sogni, il senso della parola e del ritmo...». E grazie a Freud arrivò la chiamata di Roberto Calasso e Luciano Foà. «Era il giugno del 1979: Boringhieri mi avevo chiesto di occuparmi delle opere di Jung, ma rifiutai (mi sarebbe parso un tradimento rispetto a Freud). Nel frattempo mi chiamò C glasso, che conoscevo sin da quando eravamo adolescenti a Roma. Disse che voleva parlarci. C o si incontrai lui e Foà i quali mi proposero di occuparmi della narrativa tedesca per l'Adelphi. Rimasi sorpresa: gli dissi che non era il caso, ero laureata in filosofia, mi ero occupata di Freud... Insomma, mi aspettavo che mi affidassero Nietzsche». E invece? «Mi dissero di aver apprezzato la qualità letteraria delle traduzioni freudiane. Casì mi ritrovai a fare la letteratura tedesca per Adelphi. Il primo autore che ho tradotto è stato Elias Canetti, che ho molto amato, seguito da Thomas Bernhard, Friedrich Dürrenmatt, Joseph Roth, Arthur Schnitzler, Franz Werfel e molti altri. E poi ho passato tutti quegli anni a rivedere le traduzioni degli altri. Giusto ogni tanto chiedevo di tradurre anch'io». Come mai? «Problemi di autorevolezza. Non puoi fare le pulci agli altri se non dimostri che sei una brava traduttrice. E io avevo fama di essere molto inflessibile e severa — dicono che in molti mi temevano». Cosa hai imparato da quel periodo all'Adelphi? «Ho imparato come sia stretto il legame fra buone traduzioni e buona editoria. All'Adelphi questa cosa è estremamente evidente. Molti dei loro grandi successi commerciali (da Grossman a Somerset Maugham, da Simenon a Joseph Roth) sono da attribuire alla bellezza e accuratezza delle traduzioni. Prendiamo Joseph Roth: alcuni dei suoi libri più belli — Giobbe, La marcia di Radetzky, Il peso falso, La milleduesima notte - erano già usciti in Italia da Treves, Bemporad, Mondadori o Vallecchi. Eppure il pubblico e la critica si sono accorti che si trattava di

Newspaper metadata:Source: Il Venerdì Di
Repubblica

Author:

Date: 2020/12/24

Country: Italy

Pages: 104 -

Media: Periodics

Web source:

un grande autore solo quando Ad elphi ha deciso di ritradurli e presentarli come assolute novità. Perché allora la ricezione è stata infinitamente più importante?». Già, perché? Molti editori vorrebbero conoscere il segreto di quei successi. «L'eccellenza. La politica editoriale di Adelp hi è semplice: pubblicare libri perfetti. È ciò che fa la differenza. Sulle traduzioni non si risparmia; e poi l'editare non mette mai fretta. Io ho lavorato mesi alla revisione di un grande libro, Gli ultimi giorni dell'umanità di Karl Kraus: l'ho rivisto parola per parola, nessuno mi ha mai detto "spicciati, il libro deve uscire!". Poi non è solo questo, evidentemente». Cosa c'è di altro? «L'ess ere parte di quel tutto che è la casa editrice: non soltanto l'immagine, anche il pensiero. Non solo per l'aspetto formale, la bella copertina, il risvolto sempre mirabile: l'editore è un universo intellettuale, un tutto di cui ogni singolo libro è una piccola (o meno piccola) parte». Esperienza che ha messo in pratica quando poi è andata a curare i Meridiani Mondadori!? «In un certo omiso: come direttrice dei Me# ridiani non posso concepire un autore straniero se non sono certa di poterlo offrire in una traduzione adeguata. Ecco che mi sono affidata a importanti studiosi che sono anche grandi traduttori: Nadia Fu s ini per Virginia Woolf, Mario Corona per WaltWhitrnan, Giovanni Bogliolo per Flaubert, Livio Crescenzi perThomas Mann, e così via. La buona editoria si fa con le buone traduzioni». Anche lei ha tradotto Mann per i Meridiani. Cambiando addirittura il tradizionale titolo italiano: La montagna magica, non più incantata..» «Si trattava di rintracciare, nell'arazzo costituito da questo libro, tutti i nodi speciali per ogni personaggio o situazione. Sono i leitmotive di ispirazione wagneriana, e tutto il romanzo è costruito con questa tecnica narrativa raffinatissima. E la montagna è attiva: è produttrice di magia, di sortilegio, non è solo incanto. Ecco perché, come in tutto il mondo, doveva ess ere magica». Il mestiere dell'ombra porta in copertina un'immagine di Enzo Mari. È stato Vincenzo Campo, il raffinato ed elegantissimo editore di Henry Beyle, a sceglierla. E quando me l'ha mostrata mi sono emozionata, perché è come se fosse un suggello al mio lavoro. C'è una continuità infatti: Mari era stato l'autore della meravigliosa veste grafica delle opere di Freud, una grafica che ha fatto epoca, razionalista, austera ed elegante».

Rimborso bollo auto. Si ottiene anche senza rottamazione

Di norma il bollo auto non è rimborsabile. Esistono però alcuni casi specifici in cui il rimborso è possibile, come i pagamenti errati, o doppi. Alcune Regioni italiane hanno inoltre introdotto la possibilità per il contribuente di inoltrare domanda di rimborso per le mensilità non godute in caso di rottamazione, esportazione o furto del veicolo. Il bollo auto è forse una delle tasse regionali sulla proprietà meno ben volute, ma allo stesso tempo uno dei tributi più soggetti alle decisioni autonome delle Regioni e alla loro discrezionalità. Basta recarsi sulle pagine web dei siti delle Regioni italiane dedicate al bollo auto, per rendersi conto di quanto siano variegate le misure regionali applicate in materia di bollo auto. La crisi epidemiologica Covid ha sicuramente accelerato l'approvazione di provvedimenti in questo senso da parte delle amministrazioni locali, nel tentativo di incrociare le necessità più urgenti di cittadini e imprese. La procedura di rimborso del bollo auto non sembra essere però stata scalfita più di tanto dal Coronavirus, anzi, sembra continuare essere appannaggio di poche Regioni. Quando è possibile chiedere il rimborso del bollo auto? La tassa annuale di proprietà sul veicolo deve essere corrisposta entro la scadenza dell'ultimo giorno del mese successivo a quello in cui è stato immatricolato il mezzo. Se ad. es., l'autovettura è stata immatricolata nel mese di giugno, il bollo va pagato entro il 31 luglio di ogni anno. Secondo la norma generale, il rimborso dell'importo versato, al di fuori di alcuni casi specifici condivisi da tutte le Regioni, non è previsto in nessun caso. Alla stessa maniera non è previsto il trasferimento sulla targa di un nuovo veicolo dell'attestazione di pagamento del bollo auto. Sulle pagine web di ogni Regione si possono trovare le indicazioni sulle procedure da seguire per ottenere il rimborso totale o parziale del bollo auto negli esclusivi casi di pagamenti doppi (ovvero reiterati per lo stesso veicolo e per lo stesso periodo), pagamenti di importo superiore al dovuto, pagamenti errati (ad es. eseguiti con indicazione del numero di targa errato) o pagamenti non dovuti. Spesso al contribuente viene offerta la possibilità di scegliere, ad es. nel caso dei pagamenti di importo eccedente, fra il rimborso o la compensazione con i periodi di imposta successivi. Alcune Regioni italiane, però, in maniera autonoma hanno previsto l'adozione della procedura del rimborso parziale dell'importo versato anche per altri casi specifici: rottamazione, furto e esportazione del veicolo all'estero. L'accoglimento della istanza di rimborso, per ciascuno di questi casi è vincolata alla annotazione dell'evento presso il Pubblico Registro Automobilistico (PRA). La restituzione dell'importo è sempre quantificata in dodicesimi e fa sempre riferimento alle mensilità non godute dalla data del versamento. Attualmente sono cinque le realtà locali che hanno adottato autonomamente questa misura. Un provvedimento decisamente a favore del contribuente. Quali sono le Regioni che prevedono il rimborso del bollo auto? A oggi, non tutti i cittadini italiani possono vedersi accettata una richiesta di rimborso del bollo auto a seguito di eventi intervenuti sul proprio veicolo. Gli Enti che hanno istituito questa misura che prevede il recupero parziale delle mensilità non godute da parte del contribuente, sono: La Regione Lombardia. Ha istituito il rimborso parziale del bollo auto in caso di demolizione, esportazione all'estero o furto del veicolo. L'importo, calcolato in dodicesimi, decorre dal mese in cui si è verificato l'evento fino al mese di scadenza del periodo di validità. Nel caso in cui l'evento abbia luogo nell'ultimo mese di validità, la domanda di rimborso non sarà accolta. Infine, affinché abbia luogo il rimborso, è necessario che la somma spettante non sia inferiore a 15,01 Euro. La Regione Piemonte. Dispone la restituzione parziale della tassa sul veicolo in caso di rottamazione, a condizione che il periodo non goduto sia superiore ai quattro mesi. L'amministrazione offre al contribuente l'opzione di scelta fra il rimborso parziale o la compensazione dell'importo già versato ma non goduto su un'altra vettura. La Regione Veneto. Il rimborso parziale della quota parte di tassa automobilistica versata e non ancora goduta, è previsto per la perdita del possesso del veicolo a seguito di furto o rottamazione. Rimborsi per somme inferiori a 30 Euro non sono corrisposti. Inoltre, nel solo caso di rottamazione, è prevista la possibilità alternativa al rimborso, di una compensazione sulla tassa da versare per la nuova proprietà di un veicolo acquistato. Rimborso e compensazione si prescrivono al termine del terzo anno successivo a quello in cui il pagamento è stato effettuato. La Provincia Autonoma di Trento. Per i residenti, la provincia dal 1° gennaio 2013 riconosce il rimborso dei pagamenti non più dovuti a seguito di rottamazione, esportazione all'estero o perdita di possesso del veicolo per furto. I mesi riconosciuti a fine rimborso decorrono dal mese successivo all'evento annotato obbligatoriamente al PRA, fino al mese di scadenza della tassa pagata. Le mensilità non devono comunque essere inferiori a quattro. Anche per questo ente sono previsti tre anni di decorrenza alla prescrizione. La Provincia Autonoma di Bolzano. La domanda di rimborso da presentare a cura dei residenti alle delegazioni ACI o alle agenzie pratiche auto abilitate, oltre che per i casi di pagamenti doppi, errati o eccedenti, viene accolta anche in caso di rottamazione, furto o esportazione all'estero del veicolo.

Newspaper metadata:

Source: Trend-online.com

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/25

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.trend-online.com/fisco-tasse/bollo-auto-rimborso-rottamazione-tassa/>

Quattro mensilità non godute è il periodo minimo rimborsabile dalla Provincia ai richiedenti. Il rimborso del bollo auto per le auto vendute. Alcune precisazioni vanno fatte a proposito della vendita del veicolo, evento per cui alcuni enti locali prevedono un rimborso per i mesi tassati non goduti, ma buona parte del resto d'Italia non lo contempla come soggetta alle proprie normative regionali. Il venditore privato dell'auto deve pertanto, per quanto possibile, individuare qualche strategia atta a non perdere il versamento già effettuato sull'auto venduta ed essere costretto a pagare una seconda volta il bollo sulla nuova vettura acquistata. Ricordiamo, infatti, che il trasferimento del bollo fra numeri di targa differenti non è previsto da nessuna Regione. Fermo restando che il bollo auto va pagato per tutti i 12 mesi di competenza, e che il nuovo proprietario (dell'auto che abbiamo venduta) sarà tenuto a sua volta a corrispondere l'importo dovuto per l'annualità successiva, la soluzione più semplice è quella di fare cadere il momento della vendita del veicolo nel mese di scadenza del bollo. In questo caso, se il passaggio di proprietà si conclude entro il mese, il nuovo pagamento della tassa di proprietà risulterà interamente a carico del nuovo proprietario. Questo è il sistema più empirico, in grado di evitarci il pagamento doppio del bollo auto. È evidente però come possa risultare complesso decidere con precisione la data della vendita, magari anche a distanza di mesi, e ci si dovrà rassegnare a una più o meno grande perdita economica. Più la data di vendita del veicolo si avvicinerà al momento di pagare nuovamente il bollo, minore sarà la perdita che subiremo in termini di importo di tassa non goduta. Se il veicolo viene ceduto a un concessionario, quest'ultimo sarà tenuto a pagare il bollo auto fino al momento della vendita dell'auto a terzi, liberando il vecchio proprietario dall'obbligo del versamento. Leggi anche: [Attenti al bollo auto 2021](#). Ci sono 7 mesi di sospensione. Quando non si ha diritto al rimborso del bollo auto. In linea generale, nell'ambito delle Regioni che hanno resa operativa la misura, il rimborso della tassa di proprietà del veicolo, non è previsto per i ciclomotori, i rimorchi e i veicoli ultraventennali. L'istanza di rimborso non viene accolta inoltre, anche nel caso in cui l'annotazione al PRA dell'evento per cui si richiede il rimborso (demolizione, esportazione, furto) avvenga nell'ultimo mese di validità del pagamento. Infine, il termine ultimo per la presentazione della domanda di rimborso è il 31 dicembre del terzo anno successivo alla data del pagamento di cui si chiede rimborso. Come richiedere il rimborso del bollo auto. La domanda di rimborso del bollo auto può essere inoltrata dal proprietario del veicolo, dal titolare del diritto reale di godimento, ad es. l'usufruttuario, l'erede o il locatario. La richiesta va presentata alle Agenzie o delegazioni ACI, o agli Uffici provinciali ACI della Regione, oppure agli Uffici di Protocollo della Regione, utilizzando i moduli reperibili online sulle pagine dedicate dei siti delle Regioni, e allegando la documentazione richiesta relativa a ogni istanza di rimborso (per pagamenti doppi, demolizione, furto, ecc.)

Riccardo Valle Redattore, classe 1969. Ho una laurea in Psicologia, conseguita presso l'Università degli Studi di Torino. Sono partito dal 1969 e ho fatto giri immensi per tornare all'idea iniziale. Ho iniziato facendo il geometra, l'educatore professionale, il promotore finanziario, lo psicologo, il ristoratore e l'albergatore. Poi ho pensato che lavorare la terra e i suoi frutti fosse la professione più vicina a quella desideravo da sempre. Il passaggio è stato breve. Ora scrivo, quasi tutto il giorno, di fronte all'Isola d'Elba, e non cambio più. Fra le parole, faccio l'agricoltore. Il mio motto è? "Siamo tutti dei commedianti: sopravviviamo ai nostri problemi".

Web source: <https://www.ilpiacenza.it/attualita/a-samos-diritti-umani-violati-e-annientati-libro-nicoletta-novara-reportage.html>

«Al campo profughi di Samos diritti umani violati e annientati»

«Siamo vittime di una colpa che non dovrebbe essere nostra», scrive Omid, fotografando una distesa di tende nell'isola di Samos. In questi anni sono stati diversi – ma non tantissimi – i reportage sui campi profughi europei. Stavolta a raccontare la vita “da dentro” sono i suoi giovanissimi ospiti. “Still I Rise”, l'organizzazione indipendente nata per offrire istruzione, protezione e dignità ai bambini dimenticati del mondo, ha dato alle stampe “Attraverso i nostri occhi”. C'è il 27enne cremonese Nicolò Govoni dietro questa testimonianza, ma anche la giornalista piacentina Nicoletta Novara, da due anni impegnata con “Still I Rise”, che ha realizzato la scuola nei pressi dell'hotspot di Samos, in Grecia. Qua vivono 7mila persone (soprattutto siriani) in una struttura costruita per 650. Mancano bagni, vestiti, medici. Le famiglie vivono nelle tende per anni e la metà degli ospiti sono donne e bambini. In questo luogo privo di speranza è stata aperta una scuola nel 2018, denominata “Mazi”, che in greco significa “insieme”. È una struttura per bambini e adolescenti profughi dell'isola. In due anni 2mila minori sono passati di qui, sono state distribuite 20mila colazioni e pranzi ed effettuate 15mila ore di lezione grazie ai fondi raccolti dall'associazione spinta da Govoni, da anni impegnato su questo fronte. Nei mesi scorsi uno dei roghi scoppiati nel campo profughi ha trasformato la scuola in un rifugio per 250 persone che avevano perso tutto. Nicoletta Novara, a lungo cronista piacentina, in questi due anni ha dato lezioni di fotografia ai ragazzi. «Quando sono arrivata a Mazi – spiega la piacentina - con la mia macchina fotografica ho pensato che un laboratorio fotografico sarebbe stato una buona opportunità, per gli studenti del centro. Ho insegnato a loro come utilizzare una macchina professionale e alla fine ho consegnato loro delle macchinette “usa e getta”. Per loro una sola raccomandazione: fotografare ciò che aveva un significato e che avrebbe raccontato la loro vita sull'isola di Samos». Il risultato? «Le fotografie sono tornate indietro come un pugno nello stomaco – commenta Novara - per questo volevamo condividere questo progetto con quante più persone possibile per far conoscere la verità su quanto accade all'interno dei campi profughi». A Samos i diritti umani sono costantemente violati. Dalle foto scattate dai ragazzi (che hanno tra 11 e 17 anni) è prima nata la mostra itinerante “Attraverso i nostri occhi”, che si è sviluppata in una quarantina di città europee. Gli scatti dei ragazzi colpiscono a tal punto che ora è diventato un libro, utile per sostenere la prosecuzione delle attività del sodalizio. In questi due anni sono nel frattempo nate altre scuole sulla scia di Mazi, stavolta in Turchia, Siria e Kenya. Il libro, edito da Rizzoli, sosterrà “Ma'an” (che significa sempre “insieme”, stavolta in arabo) in Siria. La pubblicazione si apre con una favola scritta da Nicolò Govoni, che narra una storia toccante di amicizia, integrazione e sopravvivenza nella cornice dell'hotspot di Samos. Prosegue con le lettere di Nicoletta Novara a introdurre le due sezioni pre e post pandemia, per poi arrivare al cuore pulsante del progetto: le fotografie dei bambini e ragazzi profughi sull'isola, che raccontano una quotidianità divisa tra gli orrori di un campo profughi disumano e lo splendido stupore nella scoperta della cultura europea, in cui si immerge la loro speranza di un domani migliore. Gli stessi ragazzi accompagnano le foto contenute nel libro con una didascalia. «In queste foto – rileva ancora Novara - c'è un orrore che non avremmo mai più voluto vedere ma che ancora in troppi sono costretti a vivere». Il reportage dei giovanissimi fotografi, a tutti gli effetti, vale più di qualsiasi editoriale di un giornale o intervento politico. È la cruda realtà, senza filtri, fatta di code per un piatto di patate scotte o per riempire le taniche d'acqua, sporcizia ovunque, malattie, sovraffollamento. Racconta anche le piccole gioie del campo – perché i giovani fotografi non sono rassegnati, anzi, tutt'altro - che possono essere individuate in una canzone, nel vedere la pace del mare - in contrasto con quello che succede all'interno del campo -, in un gatto che dovrebbe prendere dei topi che sono più grandi e feroci di lui, o nell'attracco di una barca al porto, sperando che un giorno porti via anche loro dall'isola. I ragazzi affidano alle foto e alle didascalie i propri sogni e le proprie speranze. Nella scuola vedono un ponte verso il raggiungimento dei loro obiettivi: c'è chi vuole diventare medico, psicologo, avvocato (per difendere le ragazzine afgane costrette a sposarsi a 11 anni) o insegnante, proprio seguendo l'esempio di Nicoletta, Nicolò e degli altri “angeli” di Mazi. «A Mazi abbiamo usato la fotografia per restituire loro la prima persona singolare. Non volevamo che qualcun altro parlasse per loro, ma abbiamo cercato di comprendere meglio, attraverso i loro occhi, la condizione di rifugiato», racconta proprio Novara, ora project coordinator nella scuola di Gaziantep in Turchia. «L'hotspot di Samos sembra lavorare sul filo sottile dell'annientamento umano, piuttosto che sul fronte dell'accoglienza. I nostri studenti combattono ogni giorno una battaglia personale di resistenza contro un sistema che non li percepisce come esseri umani in una condizione di fragilità quanto piuttosto come una entità scomoda e non degna di far parte della società civile». Il tuo browser non può riprodurre il video. Devi disattivare ad-block per riprodurre il video. Play Replay Play Replay Pausa Disattiva audio Disattiva audio Disattiva audio Attiva audio Indietro di 10 secondi Avanti di 10 secondi

Spot Attiva schermo intero Disattiva schermo intero Skip Il video non può essere riprodotto: riprova più tardi. Attendi solo un istante, dopo che avrai attivato javascript... Forse potrebbe interessarti, dopo che avrai attivato javascript... Devi attivare javascript per riprodurre il video. «Siamo vittime di una colpa che non dovrebbe essere nostra», scrive Omid, fotografando una distesa di tende nell'isola di Samos. In questi anni sono stati diversi – ma non tantissimi – i reportage sui campi profughi europei. Stavolta a raccontare la vita “da dentro” sono i suoi giovanissimi ospiti. “Still I Rise”, l'organizzazione indipendente nata per offrire istruzione, protezione e dignità ai bambini dimenticati del mondo, ha dato alle stampe “Attraverso i nostri occhi”. C'è il 27enne cremonese Nicolò Govoni dietro questa testimonianza, ma anche la giornalista piacentina Nicoletta Novara, da due anni impegnata con “Still I Rise”, che ha realizzato la scuola nei pressi dell'hotspot di Samos, in Grecia. Qua vivono 7mila persone (soprattutto siriani) in una struttura costruita per 650. Mancano bagni, vestiti, medici. Le famiglie vivono nelle tende per anni e la metà degli ospiti sono donne e bambini. In questo luogo privo di speranza è stata aperta una scuola nel 2018, denominata “Mazi”, che in greco significa “insieme”. È una struttura per bambini e adolescenti profughi dell'isola. In due anni 2mila minori sono passati di qui, sono state distribuite 20mila colazioni e pranzi ed effettuate 15mila ore di lezione grazie ai fondi raccolti dall'associazione spinta da Govoni, da anni impegnato su questo fronte. Nei mesi scorsi uno dei roghi scoppiati nel campo profughi ha trasformato la scuola in un rifugio per 250 persone che avevano perso tutto. Nicoletta Novara, a lungo cronista piacentina, in questi due anni ha dato lezioni di fotografia ai ragazzi. «Quando sono arrivata a Mazi – spiega la piacentina - con la mia macchina fotografica ho pensato che un laboratorio fotografico sarebbe stato una buona opportunità, per gli studenti del centro. Ho insegnato a loro come utilizzare una macchina professionale e alla fine ho consegnato loro delle macchinette “usa e getta”. Per loro una sola raccomandazione: fotografare ciò che aveva un significato e che avrebbe raccontato la loro vita sull'isola di Samos». Il risultato? «Le fotografie sono tornate indietro come un pugno nello stomaco – commenta Novara - per questo volevamo condividere questo progetto con quante più persone possibile per far conoscere la verità su quanto accade all'interno dei campi profughi». A Samos i diritti umani sono costantemente violati. Dalle foto scattate dai ragazzi (che hanno tra 11 e 17 anni) è prima nata la mostra itinerante “Attraverso i nostri occhi”, che si è sviluppata in una quarantina di città europee. Gli scatti dei ragazzi colpiscono a tal punto che ora è diventato un libro, utile per sostenere la prosecuzione delle attività del sodalizio. In questi due anni sono nel frattempo nate altre scuole sulla scia di Mazi, stavolta in Turchia, Siria e Kenya. Il libro, edito da Rizzoli, sosterrà “Ma'an” (che significa sempre “insieme”, stavolta in arabo) in Siria. La pubblicazione si apre con una favola scritta da Nicolò Govoni, che narra una storia toccante di amicizia, integrazione e sopravvivenza nella cornice dell'hotspot di Samos. Prosegue con le lettere di Nicoletta Novara a introdurre le due sezioni pre e post pandemia, per poi arrivare al cuore pulsante del progetto: le fotografie dei bambini e ragazzi profughi sull'isola, che raccontano una quotidianità divisa tra gli orrori di un campo profughi disumano e lo splendido stupore nella scoperta della cultura europea, in cui si immerge la loro speranza di un domani migliore. Gli stessi ragazzi accompagnano le foto contenute nel libro con una didascalia. «In queste foto – rileva ancora Novara - c'è un orrore che non avremmo mai più voluto vedere ma che ancora in troppi sono costretti a vivere». Il reportage dei giovanissimi fotografi, a tutti gli effetti, vale più di qualsiasi editoriale di un giornale o intervento politico. È la cruda realtà, senza filtri, fatta di code per un piatto di patate scotte o per riempire le taniche d'acqua, sporcizia ovunque, malattie, sovraffollamento. Racconta anche le piccole gioie del campo – perché i giovani fotografi non sono rassegnati, anzi, tutt'altro - che possono essere individuate in una canzone, nel vedere la pace del mare - in contrasto con quello che succede all'interno del campo -, in un gatto che dovrebbe prendere dei topi che sono più grandi e feroci di lui, o nell'attracco di una barca al porto, sperando che un giorno porti via anche loro dall'isola. I ragazzi affidano alle foto e alle didascalie i propri sogni e le proprie speranze. Nella scuola vedono un ponte verso il raggiungimento dei loro obiettivi: c'è chi vuole diventare medico, psicologo, avvocato (per difendere le ragazzine afgane costrette a sposarsi a 11 anni) o insegnante, proprio seguendo l'esempio di Nicoletta, Nicolò e degli altri “angeli” di Mazi. «A Mazi abbiamo usato la fotografia per restituire loro la prima persona singolare. Non volevamo che qualcun altro parlasse per loro, ma abbiamo cercato di comprendere meglio, attraverso i loro occhi, la condizione di rifugiato», racconta proprio Novara, ora project coordinator nella scuola di Gaziantep in Turchia. «L'hotspot di Samos sembra lavorare sul filo sottile dell'annientamento umano, piuttosto che sul fronte dell'accoglienza. I nostri studenti combattono ogni giorno una battaglia personale di resistenza contro un sistema che non li percepisce come esseri umani in una condizione di fragilità quanto piuttosto come una entità scomoda e non degna di far parte della società civile».

Newspaper metadata:

Source: Torinoggi.it

Author: redazione

Country: Italy

Date: 2020/12/25

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.torinoggi.it/2020/12/25/leggi-notizia/argomenti/economia-4/articolo/fondazione-crt-per-le-attivit -no-profit-del-territorio-quasi-4-milioni-per-235-progetti.html>

Fondazione Crt: per le attivit  no profit del territorio quasi 4 milioni per 235 progetti

Sono in tutto 235 i progetti di istituzioni ed enti non profit che saranno realizzati sul territorio di Torino e provincia con i 3,9 milioni di euro di contributi assegnati dalla Fondazione CRT nella seconda sessione 2020 delle richieste ordinarie, ossia non rientranti in specifici bandi tematici. Salgono cos  a 571 le iniziative ordinarie sostenute quest'anno da Fondazione CRT con circa 8 milioni di euro complessivi. "Sostenere capillarmente le istituzioni e le associazioni non profit, che costituiscono la 'trama' produttiva, sociale e culturale delle comunit , significa rafforzare la resilienza del territorio in un periodo eccezionalmente complesso come questo", commenta il presidente della Fondazione CRT, Giovanni Quaglia. Un periodo complesso, cui Fondazione ha replicato con l'individuazione di alcuni argomenti particolarmente significativi: "Phygital experience, sostenibilit  sociale e ambientale, nuove generazioni - afferma il Segretario Generale della Fondazione CRT, Massimo Lapucci -: sono gli elementi al centro delle iniziative sostenute da Fondazione CRT, in linea con gli obiettivi dell'Agenda 2030 delle Nazioni Unite e con le esigenze del nuovo mondo post Covid". In particolare, per l'area Welfare e Territorio Fondazione CRT ha deliberato 104 contributi per 1,3 milioni di euro. Tra gli interventi in ambito volontariato, il progetto "Sviluppo rete metropolitana e regionale di assistenza alle vittime di reato" dell'Associazione Rete Dafne onlus che aprir  3 nuovi sportelli di accoglienza ad Asti, Cuneo e Rivarolo; le iniziative di sostegno alimentare "Educiamo al cibo, aggiungiamo valore" dell'Associazione veterinaria per la cooperazione internazionale, che gestisce l'Emporio della Solidariet  cui si rivolgono circa 500 persone, e "#UnaCrescentinoCheAiuta" della Croce Rossa italiana-Comitato locale di Crescentino per l'informatizzazione dell'emporio solidale; il progetto "Respiro" della Fondazione torinese don Mario Operti Onlus per la costituzione di un fondo di garanzia a supporto di persone, famiglie e micro attivit  in difficolt  economica a causa della crisi sanitaria. In ambito Protezione civile sar  acquistato un autocarro per la Colonna Mobile Regionale, cui Fondazione CRT ha destinato negli anni 6 milioni di euro per la costituzione e il mantenimento. In ambito sviluppo del territorio, il progetto "Il Monferrato dei Castelli Bruciati" a Odalengo Grande, un itinerario di oltre 100 km per il turismo lento a piedi, a cavallo, in bicicletta; il progetto "Semi di Biodiversit " dell'Associazione WWF oasi e aree protette piemontesi di Biella, per conservare le piante rare o protette "ex situ" (attraverso la raccolta, la conservazione, la propagazione e la coltivazione di semi) e a sensibilizzare il pubblico sull'importanza della conservazione della biodiversit  vegetale; il progetto dell'Unione montana Valle Stura "Oltrepassare il confine", un festival itinerante che, attraverso il territorio della Valle Stura, decliner  il tema dei confini nel presente, nel passato e nel futuro, nei diversi linguaggi contemporanei. Per l'area Ricerca e Istruzione sono stati approvati 103 contributi per oltre 2,3 milioni di euro: circa 1,1 milioni di euro agli enti del territorio e 1,2 milioni di euro ai progetti degli Atenei. Oltre a tradizionali eventi divulgativi come 'Gioved  Scienza' e il Festival dell'Innovazione e della Scienza di Settimo Torinese, Fondazione CRT sostiene quest'anno numerose progettualit  focalizzate sul Covid, sugli effetti della pandemia nella societ  e su possibili soluzioni concrete alle problematiche in ambito scuola, lavoro e trasporti. Fondazione CRT supporta inoltre le attivit  di ricerca di realt  come la Fondazione Edo ed Elvo Tempia, l'Istituto Zooprofilattico e gli istituti del CNR che operano in Piemonte e Valle d'Aosta, e il sistema della ricerca degli Atenei del territorio: i contributi allo sviluppo di progetti di eccellenza - dall'oncologia alla tecnologia, dalla neurologia all'ambiente, dalla didattica alla fisica, dalle scienze internazionali alla psicologia - permettono a giovani ricercatori e scienziati di portare avanti la propria attivit  e, nello stesso tempo, contribuiscono all'avanzamento della conoscenza in numerosi campi del sapere. Nel campo dell'Arte e Cultura Fondazione CRT ha assegnato 28 i contributi per complessivi 280 mila euro a sostegno, in particolare, di festival cinematografici e culturali, iniziative di audience engagement, archivi digitali. Tra i progetti sostenuti, il Dirittibus del Museo Diffuso della Resistenza, il bus che, toccando quartieri e scuole di Torino (compatibilmente con l'emergenza sanitaria), coinvolge la citt  sul tema dei diritti; la "Rete di Archivi della Collina Torinese e del Chierese", un portale ad hoc per valorizzare un patrimonio culturale locale rendendolo accessibile a un pubblico ampio; il Seeyousound International film, primo festival cinematografico in Italia dedicato al cinema di genere musicale. E ancora: l'iniziativa "A scuola con Rodari. Dai giornalini scolastici cartacei degli anni '70 ai giornalini di classe online di oggi", promossa dal Museo della Scuola e del Libro per l'Infanzia per il centenario della nascita dello scrittore; Librinifesta 2021 dell'Associazione culturale il Contastorie di Alessandria e il NovaraJazz Kids. redazione

"Il contagio delle idee", riflessioni online sulla pandemia

Si aprirà con un evento di anteprima lunedì 28 dicembre, con ospite l'oncologo Luigi Cavanna, la rassegna culturale Il Contagio delle idee. Incontri on line per far circolare la cultura e difenderci dall'isolamento: cinque appuntamenti che da dicembre a marzo saranno trasmessi in diretta streaming sulla pagina facebook del Comune di Gossolengo. «L'obiettivo di questa iniziativa - spiega il sindaco Andrea Balestrieri - è di offrire ai cittadini di Gossolengo, ma anche a tutte le persone interessate, occasioni di approfondimento e confronto con scrittori, pedagogisti, medici, **psicologi**, su varie tematiche legate alla pandemia, che sta avendo tante ripercussioni sulla vita di ciascuno di noi, a cominciare dall'isolamento che penalizza le relazioni, lo scambio di idee, la cultura». La rassegna di incontri rientra in un progetto che l'Amministrazione comunale di Gossolengo, in collaborazione con la cooperativa Educarte, ha messo in campo per rispondere al bisogno di cultura che l'emergenza sanitaria, come tutte le crisi, ha fatto crescere nelle persone e nelle comunità. «La cultura è un legame che unisce e può fornire conforto, ispirazione e, perché no, sollievo e speranza in un tempo caratterizzato da ansie e incertezze - è la riflessione dell'assessora alla Cultura Sabrina Inzani -; le conseguenze tragiche della pandemia non sono solo di carattere economico ma riguardano anche gli aspetti sociali e psicologici delle nostre esistenze e si faranno sentire per molto tempo anche quando l'emergenza sarà rientrata». IL PROGRAMMA Il programma della rassegna comprende cinque appuntamenti in diretta streaming sulla pagina del Comune di Gossolengo (@comunedigossolengo), ma avrà la Biblioteca comunale Paolo Boiardi come luogo fisico di riferimento. L'incontro di anteprima, in programma per lunedì 28 dicembre alle ore 17.30 sarà con il primario di oncematologia dell'ospedale di Piacenza Luigi Cavanna, con cui sarà possibile delineare il contesto - quello della pandemia e delle sue conseguenze fisiche e psicologiche - entro cui si inseriranno gli incontri successivi, di carattere più propriamente culturale. Ad accoglierlo alla Biblioteca Comunale Paolo Boiardi di Gossolengo ci saranno il sindaco Andrea Balestrieri e l'assessora alla Cultura Sabrina Inzani. Il secondo appuntamento è in programma per venerdì 22 gennaio 2021, sempre alle ore 17.30, con lo scrittore Gabriele Dadati e "La vera storia del Klimt ritrovato", il mistero che ha appassionato Piacenza e il mondo nei mesi scorsi. Venerdì 5 febbraio sarà la volta della psicologa Paola Frattola e dell'esperta di social media Sara Brugnoli, per parlare di "Social e relazioni sociali ai tempi del Covid", mentre venerdì 19 febbraio si terrà un incontro su "Gli effetti del distanziamento sociale nell'infanzia e nell'adolescenza" con il pedagogista Daniele Novara. La rassegna si concluderà venerdì 5 marzo con un incontro incentrato sul lavoro dello scrittore intitolato "Raccontare la pandemia", con ospite Giuseppe Lupo, finalista al Premio Strega 2020.

Web source: <https://www.ilpiacenza.it/eventi/contagio-idee-anteprima-luigi-cavanna-28-dicembre-2020.html>

"Il Contagio delle idee", una rassegna culturale online per riflettere sulla pandemia.

Si aprirà con un evento di anteprima lunedì 28 dicembre, con ospite l'oncologo Luigi Cavanna, la rassegna culturale Il Contagio delle idee. Incontri on line per far circolare la cultura e difenderci dall'isolamento: cinque appuntamenti che da dicembre a marzo saranno trasmessi in diretta streaming sulla pagina facebook del Comune di Gossolengo. «L'obiettivo di questa iniziativa - spiega il sindaco Andrea Balestrieri - è di offrire ai cittadini di Gossolengo, ma anche a tutte le persone interessate, occasioni di approfondimento e confronto con scrittori, pedagogisti, medici, **psicologi**, su varie tematiche legate alla pandemia, che sta avendo tante ripercussioni sulla vita di ciascuno di noi, a cominciare dall'isolamento che penalizza le relazioni, lo scambio di idee, la cultura». La rassegna di incontri rientra in un progetto che l'Amministrazione comunale di Gossolengo, in collaborazione con la cooperativa Educarte, ha messo in campo per rispondere al bisogno di cultura che l'emergenza sanitaria, come tutte le crisi, ha fatto crescere nelle persone e nelle comunità. «La cultura è un legame che unisce e può fornire conforto, ispirazione e, perché no, sollievo e speranza in un tempo caratterizzato da ansie e incertezze - è la riflessione dell'assessora alla Cultura Sabrina Inzani -; le conseguenze tragiche della pandemia non sono solo di carattere economico ma riguardano anche gli aspetti sociali e psicologici delle nostre esistenze e si faranno sentire per molto tempo anche quando l'emergenza sarà rientrata». IL PROGRAMMA Il programma della rassegna comprende cinque appuntamenti in diretta streaming sulla pagina del Comune di Gossolengo (@comunedigossolengo), ma avrà la Biblioteca comunale Paolo Boiardi come luogo fisico di riferimento. L'incontro di anteprima, in programma per lunedì 28 dicembre alle ore 17.30 sarà con il primario di oncoematologia dell'ospedale di Piacenza Luigi Cavanna, con cui sarà possibile delineare il contesto - quello della pandemia e delle sue conseguenze fisiche e psicologiche - entro cui si inseriranno gli incontri successivi, di carattere più propriamente culturale. Ad accoglierlo alla Biblioteca Comunale Paolo Boiardi di Gossolengo ci saranno il sindaco Andrea Balestrieri e l'assessora alla Cultura Sabrina Inzani. Il secondo appuntamento è in programma per venerdì 22 gennaio 2021, sempre alle ore 17.30, con lo scrittore Gabriele Dadati e "La vera storia del Klimt ritrovato", il mistero che ha appassionato Piacenza e il mondo nei mesi scorsi. Venerdì 5 febbraio sarà la volta della psicologa Paola Frattola e dell'esperta di social media Sara Brugnoli, per parlare di "Social e relazioni sociali ai tempi del Covid", mentre venerdì 19 febbraio si terrà un incontro su "Gli effetti del distanziamento sociale nell'infanzia e nell'adolescenza" con il pedagogista Daniele Novara. La rassegna si concluderà venerdì 5 marzo con un incontro incentrato sul lavoro dello scrittore intitolato "Raccontare la pandemia", con ospite Giuseppe Lupo, finalista al Premio Strega 2020. Il tuo browser non può riprodurre il video. Devi disattivare ad-block per riprodurre il video. Play Replay Play Replay Pausa Disattiva audio Disattiva audio Disattiva audio Attiva audio Indietro di 10 secondi Avanti di 10 secondi Spot Attiva schermo intero Disattiva schermo intero Skip Il video non può essere riprodotto: riprova più tardi. Attendi solo un istante, dopo che avrai attivato javascript... Forse potrebbe interessarti, dopo che avrai attivato javascript... Devi attivare javascript per riprodurre il video. Si aprirà con un evento di anteprima lunedì 28 dicembre, con ospite l'oncologo Luigi Cavanna, la rassegna culturale Il Contagio delle idee. Incontri on line per far circolare la cultura e difenderci dall'isolamento: cinque appuntamenti che da dicembre a marzo saranno trasmessi in diretta streaming sulla pagina facebook del Comune di Gossolengo. «L'obiettivo di questa iniziativa - spiega il sindaco Andrea Balestrieri - è di offrire ai cittadini di Gossolengo, ma anche a tutte le persone interessate, occasioni di approfondimento e confronto con scrittori, pedagogisti, medici, **psicologi**, su varie tematiche legate alla pandemia, che sta avendo tante ripercussioni sulla vita di ciascuno di noi, a cominciare dall'isolamento che penalizza le relazioni, lo scambio di idee, la cultura». La rassegna di incontri rientra in un progetto che l'Amministrazione comunale di Gossolengo, in collaborazione con la cooperativa Educarte, ha messo in campo per rispondere al bisogno di cultura che l'emergenza sanitaria, come tutte le crisi, ha fatto crescere nelle persone e nelle comunità. «La cultura è un legame che unisce e può fornire conforto, ispirazione e, perché no, sollievo e speranza in un tempo caratterizzato da ansie e incertezze - è la riflessione dell'assessora alla Cultura Sabrina Inzani -; le conseguenze tragiche della pandemia non sono solo di carattere economico ma riguardano anche gli aspetti sociali e psicologici delle nostre esistenze e si faranno sentire per molto tempo anche quando l'emergenza sarà rientrata». IL PROGRAMMA Il programma della rassegna comprende cinque appuntamenti in diretta streaming sulla pagina del Comune di Gossolengo (@comunedigossolengo), ma avrà la Biblioteca comunale Paolo Boiardi come luogo fisico di riferimento. L'incontro di anteprima, in programma per lunedì 28 dicembre alle ore 17.30 sarà con il primario di oncoematologia dell'ospedale di Piacenza Luigi Cavanna, con cui sarà possibile delineare il contesto - quello della pandemia e delle sue conseguenze fisiche e psicologiche -

Newspaper metadata:

Source: Ilpiacenza.it

Author: Redazione

Country: Italy

Date: 2020/12/26

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.ilpiacenza.it/eventi/contagio-idee-anteprima-luigi-cavanna-28-dicembre-2020.html>

entro cui si inseriranno gli incontri successivi, di carattere più propriamente culturale. Ad accoglierlo alla Biblioteca Comunale Paolo Boiardi di Gossolengo ci saranno il sindaco Andrea Balestrieri e l'assessora alla Cultura Sabrina Inzani. Il secondo appuntamento è in programma per venerdì 22 gennaio 2021, sempre alle ore 17.30, con lo scrittore Gabriele Dadati e "La vera storia del Klimt ritrovato", il mistero che ha appassionato Piacenza e il mondo nei mesi scorsi. Venerdì 5 febbraio sarà la volta della psicologa Paola Frattola e dell'esperta di social media Sara Brugnoli, per parlare di "Social e relazioni sociali ai tempi del Covid", mentre venerdì 19 febbraio si terrà un incontro su "Gli effetti del distanziamento sociale nell'infanzia e nell'adolescenza" con il pedagogista Daniele Novara. La rassegna si concluderà venerdì 5 marzo con un incontro incentrato sul lavoro dello scrittore intitolato "Raccontare la pandemia", con ospite Giuseppe Lupo, finalista al Premio Strega 2020.

Newspaper metadata:

Source: Ilsussidiario.net

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/27

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.ilsussidiario.net/news/covid-salute-mentale-quel-rapporto-tra-umani-che-le-app-non-possano-sostituire/2108424/>

COVID & SALUTE MENTALE/ Quel rapporto tra umani che le App non possono sostituire

Publicazione: 27.12.2020 - Patrizia Feletig L'emergenza Covid-19 ha trascinato anche un malessere psicosociale. Sono state sviluppate anche App per alleviarlo, ma non possono bastare (LaPresse) L'emergenza sanitaria da Covid-19 ha trascinato anche un malessere psicosociale. Una sofferenza, spesso sottovalutata nella cura della pandemia, che si esprime con diverse manifestazioni. Dolore per la perdita dei propri cari, paura della morte e dell'incertezza per il futuro, shock per la perdita di posti di lavoro, smarrimento per le condizioni di isolamento e restrizione dei movimenti, intolleranza verso dinamiche familiari difficili e, soprattutto per il personale medico, un esacerbato coinvolgimento emotivo legato alla sofferenza dei pazienti e a un sentimento di compassione. Le situazioni di emergenza producono sempre anche delle emergenze psichiche, i cui sintomi continuano a manifestarsi a distanza di mesi, se non di anni. In gergo il fenomeno viene indicato come "onda lunga". A metà ottobre il centro studi del **Consiglio Nazionale Ordine Psicologi, Cnop**, ha rilevato che oltre la metà della popolazione nazionale registrava un livello di stress psicologico tra 70 e 100 su base cento. Ci si attesta agli stessi livelli del lockdown, ma con caratteristiche più preoccupanti. Allora dominava la componente ansiosa mitigata da una prospettiva di liberazione; mentre oggi predomina rabbia, depressione e forte disorientamento. "Si osserva un aggravamento di sintomi esistenti, oppure riaffiorano traumi pregressi, o ancora insorgono nuovi casi di disturbi mentali", spiega Rosa Romano Toscani, psicoterapeuta, socia fondatrice della Società Italiana di Psicoterapia Psicoanalitica, che ha pubblicato Emozioni al tempo del coronavirus. Una crisi di sofferenze psichiche acuita dall'impossibilità di praticare la terapia psicoanalitica con la vicinanza fisica in prima istanza; poi dalla necessità per gli stessi terapeuti di assestarsi su un setting di emergenza facendo i conti con le proprie paure e angosce per essere in grado di aiutare i pazienti. Non sorprende quindi assistere a un boom di App come Calm, Talkspace e Headspace che promettono un aiuto nella gestione dell'ansia e dello stress. In un'epoca in cui la tecnologia, la scienza e la medicina sono più intrecciate che mai, le start-up digitali per la salute, anche nel campo mentale, sono in forte crescita. I servizi offerti spaziano dal collegamento con un terapeuta dal vivo, all'aiuto per trovare il sonno, piuttosto che lo scandagliamento di biblioteche di esercizi di respirazione e di meditazione. L'assistenza mentale virtuale ha calamitato un'attenzione ancora maggiore durante la crisi del Covid-19, ma continuerà a essere molto richiesta anche nel confronto con la nuova normalità post-pandemica. Stiamo assistendo a un'accelerazione, riconosce Nate Beyor, consulente esperto di salute digitale al gruppo BCG. Non solo queste applicazioni si propongono di aiutare le persone a superare determinati blocchi – di sonno, di concentrazione, di fobie -, ma vogliono mettere direttamente nelle loro mani trattamenti normalmente confinati nelle pratiche delle cliniche psichiatriche con la (rischiosa) promessa di autocura: "Diventa il tuo terapeuta". Le tre aziende leader nella salute digitale, Click Therapeutics, Pear Therapeutics e Orexo, hanno tutte sviluppato software per il trattamento delle malattie mentali con terapia cognitivo-comportamentale. Si tratta di un approccio che aiuta le persone a capire perché pensano e agiscono nel modo in cui agiscono e le asseconda nel modificare queste abitudini con un training specifico. Ma secondo il pensiero di numerosi psicoterapisti, è un approccio che generalmente sopprime il sintomo ma non cura le cause profonde del disagio. La discriminante non è il costo, perché queste applicazioni possono costare quanto un percorso di terapia e farmaci, ma sono ubiqua, accessibili e meno impegnative (come disciplina mentale) del rapporto interpersonale con un psicoterapeuta. Somryst, la prima App che ha ricevuto l'approvazione della Food and Drug Administration per il trattamento dell'insonnia costa quasi 900 dollari, mentre Click sviluppa CT152 un trattamento digitale della depressione. Non può essere pericoloso mettere nelle mani del paziente strumenti psicologia clinica? Quale pronto intervento in casi eccezionali come quelli di un'onda pandemica forse può aiutare, ma nella sofferenza psichica rimane centrale il rapporto diretto tra umani, e non intermediato con un'interfaccia macchina. Non a caso, unico nel suo genere, il ministero della Salute ha attivato, nel post-lockdown, un servizio psicologico in remoto che ha ricevuto oltre 50mila chiamate. Articolato in quattro colloqui gratuiti più un follow-up per valutare se era necessaria indirizzare il richiedente verso dei servizi sociosanitari pubblici, l'iniziativa è stata resa possibile grazie alla rete di 500 **psicologi** dell'emergenza della Protezione Civile, ai quali si sono affiancati per un secondo livello di ascolto approfondito e competente, i 1.500 psicoterapeuti affiliati alle associazioni facenti parte della Consulta **Cnop**.

Newspaper metadata:

Source: IIsussidiario.net Author: Patrizia Feletig
Country: Italy Date: 2020/12/27
Media: Internet Pages: -

Web source: <http://www.ilsussidiario.net/news/covid-salute-mentale-quel-rapporto-tra-umani-che-le-app-non-possano-sostituire/2108424>

COVID & SALUTE MENTALE/ Quel rapporto tra umani che le App non possono sostituire

Patrizia FeletigL#emergenza Covid-19 ha trascinato anche un malessere psicosociale. Sono state sviluppate anche App per alleviarlo, ma non possono bastareL#emergenza sanitaria da Covid-19 ha trascinato anche un malessere psicosociale. Una sofferenza, spesso sottovalutata nella cura della pandemia, che si esprime con diverse manifestazioni. Dolore per la perdita dei propri cari, paura della morte e dell#incertezza per il futuro, shock per la perdita di posti di lavoro, smarrimento per le condizioni di isolamento e restrizione dei movimenti, intolleranza verso dinamiche familiari difficili e, soprattutto per il personale medico, un esacerbato coinvolgimento emotivo legato alla sofferenza dei pazienti e a un sentimento di compassione.Le situazioni di emergenza producono sempre anche delle emergenze psichiche, i cui sintomi continuano a manifestarsi a distanza di mesi, se non di anni. In gergo il fenomeno viene indicato come #onda lunga#. A metà ottobre il centro studi del **Consiglio Nazionale Ordine Psicologi, Cnop**, ha rilevato che oltre la metà della popolazione nazionale registrava un livello di stress psicologico tra 70 e 100 su base cento. Ci si attesta agli stessi livelli del lockdown, ma con caratteristiche più preoccupanti. Allora dominava la componente ansiosa mitigata da una prospettiva di liberazione; mentre oggi predomina rabbia, depressione e forte disorientamento.#Si osserva un aggravamento di sintomi esistenti, oppure riaffiorano traumi pregressi, o ancora insorgono nuovi casi di disturbi mentali#, spiega Rosa Romano Toscani, psicoterapeuta, socia fondatrice della Società Italiana di Psicoterapia Psicoanalitica, che ha pubblicato Emozioni al tempo del coronavirus. Una crisi di sofferenze psichiche acuita dall#impossibilità di praticare la terapia psicoanalitica con la vicinanza fisica in prima istanza; poi dalla necessità per gli stessi terapeuti di assestarsi su un setting di emergenza facendo i conti con le proprie paure e angosce per essere in grado di aiutare i pazienti.Non sorprende quindi assistere a un boom di App come Calm, Talkspace e Headspace che promettono un aiuto nella gestione dell#ansia e dello stress. In un#epoca in cui la tecnologia, la scienza e la medicina sono più intrecciate che mai, le start-up digitali per la salute, anche nel campo mentale, sono in forte crescita. I servizi offerti spaziano dal collegamento con un terapeuta dal vivo, all#aiuto per trovare il sonno, piuttosto che lo scandagliamento di biblioteche di esercizi di respirazione e di meditazione.L#assistenza mentale virtuale ha calamitato un#attenzione ancora maggiore durante la crisi del Covid-19, ma continuerà a essere molto richiesta anche nel confronto con la nuova normalità post-pandemica. Stiamo assistendo a un#accelerazione, riconosce Nate Beyor, consulente esperto di salute digitale al gruppo BCG. Non solo queste applicazioni si propongono di aiutare le persone a superare determinati blocchi # di sonno, di concentrazione, di fobie -, ma vogliono mettere direttamente nelle loro mani trattamenti normalmente confinati nelle pratiche delle cliniche psichiatriche con la (rischiosa) promessa di autocura: #Diventa il tuo terapeuta#.Le tre aziende leader nella salute digitale, Click Therapeutics, Pear Therapeutics e Orexo, hanno tutte sviluppato software per il trattamento delle malattie mentali con terapia cognitivo-comportamentale. Si tratta di un approccio che aiuta le persone a capire perché pensano e agiscono nel modo in cui agiscono e le asseconda nel modificare queste abitudini con un training specifico. Ma secondo il pensiero di numerosi psicoterapisti, è un approccio che generalmente sopprime il sintomo ma non cura le cause profonde del disagio. La discriminante non è il costo, perché queste applicazioni possono costare quanto un percorso di terapia e farmaci, ma sono ubiquo, accessibili e meno impegnative (come disciplina mentale) del rapporto interpersonale con un psicoterapeuta. Somryst, la prima App che ha ricevuto l#approvazione della Food and Drug Administration per il trattamento dell#insonnia costa quasi 900 dollari, mentre Click sviluppa CT152 un trattamento digitale della depressione.Non può essere pericoloso mettere nelle mani del paziente strumenti psicologia clinica? Quale pronto intervento in casi eccezionali come quelli di un#onda pandemica forse può aiutare, ma nella sofferenza psichica rimane centrale il rapporto diretto tra umani, e non intermediato con un#interfaccia macchina. Non a caso, unico nel suo genere, il ministero della Salute ha attivato, nel post-lockdown, un servizio psicologico in remoto che ha ricevuto oltre 50mila chiamate. Articolato in quattro colloqui gratuiti più un follow-up per valutare se era necessaria indirizzare il richiedente verso dei servizi sociosanitari pubblici, l#iniziativa è stata resa possibile grazie alla rete di 500 **psicologi** dell#emergenza della Protezione Civile, ai quali si sono affiancati per un secondo livello di ascolto approfondito e competente, i 1.500 psicoterapeuti affiliati alle associazioni facenti parte della Consulta **Cnop**.

Newspaper metadata:

Source: Il Sole 24 Ore -
Domenica

Country: Italy

Media: Periodics

Author: Antonio Perazzi

Date: 2020/12/27

Pages: 15 -

Web source:

Essere parte del paesaggio

Nello scrivere di un bel libro non posso esimermi dall'inserire riferimenti personali poichè sono convinto che la percezione del paesaggio passi attraverso la propria esperienza in un continuo rimando tra singolare e plurale. In questi giorni osservo le colline evaporare: con le nuvole basse e i diversi gradi di pioggia, scrosciante e irruenta, sottile e insistente, l'aria appare come una miscela misteriosa di gas e acqua. Con fluidità densa, quasi corporea l'atmosfera ha assunto volume ancora prima di trasformarsi in ghiaccio o neve. Pochi giorni fa sono andato a correre su per le colline, fino a un tratto di strada particolarmente bello, dove il paesaggio diventa giardino grazie alla presenza di un gruppo di giardinieri di eccezione: un gregge brado di capre e pecore. Capitanati da un grosso caprone bianco senza corna, quel gruppo di performers ama assumere pose drammatiche tra la fitta vegetazione scolpita con i denti e col corpo. Mio figlio Olmo mi ha trascinato lassù in una piccola impresa sotto la pioggia scrosciante. Gliene sono grato: ha risvegliato in me quanto rimane di un passato da sportivo e, soprattutto, mi ha fatto trovare un altro pretesto per immergersi nella natura una volta di più. Tornati a casa, Olmo ed io ci siamo buttati sotto la doccia con la sensazione di gloria sublime di chi ha compiuto una impresa. Nuovamente immersi in una nuvola di vapore acqueo, qualche istante di silenzio, e Olmo mi ha domandato: «...ma se l'acqua è inorganica, e il nostro corpo ne è composto in gran parte: vuol dire che il 60% di noi è inorganico?» Ecco quando ho capito che il libro I paesaggi della nostra vita scritto dallo psicologo Ugo Morelli è una lettura importante. Dato che ho la fortuna di conoscere Morelli da anni, avendo frequentato con lui i paesaggi stupendi delle Dolomiti sciando, passeggiando e soprattutto chiacchierando, ho immediatamente alzato il telefono per parlargli. Ugo si trova nella sua Irpinia da tre settimane e la telefonata comincia con una constatazione già fatta da molti in questa strana epoca: «...chi avrebbe mai detto che nel 2020 avremmo avuto occasione di trascorrere così tanto tempo fuori dalle città rivalutando il nostro intimo rapporto con il paesaggio?». Morelli da 15 anni studia il paesaggio dal punto di vista della filosofia e delle scienze cognitive: «...sono interessato in particolar modo al paradigma radici/fisicità: al rapporto concreto col territorio. Vedo la nostra relazione col paesaggio come una trasfusione: qualcosa che ti entra nel corpo. L'ipotesi fondamentale del paesaggio è che l'uomo sia parte del tutto, altrimenti non c'è storia». In questo libro trovo affinità di pensiero che sbocciano in analisi sussurrate con gentilezza, senza assolutismi, e questo mi mette a mio agio con qualcosa di troppo complicato per me, come la scoperta di una di quelle inaspettate fioriture invernali che in questi giorni mi fanno perdere la testa. Quanto leggo in questo libro è come se generasse in me azioni speculari di come definiva Hesse il giardinaggio: una occupazione meravigliosa che lascia divagare la mente mentre le mani sono occupate in attività creative. Io invece, dalle prime pagine di questo libro vengo preso da un'irrefrenabile voglia di lavorare in giardino: per dar senso alla quercia, al castagno, al filo d'erba. E forse anche per trovare una relazione tra il progetto paesaggistico e l'orizzonte. Dalle prime pagine apprendo che le riflessioni aperte sul paesaggio sono più efficaci degli assolutismi e questo mi rincuora. L'approccio di Morelli permette di andare oltre il primato contemplativo ed esperienziale: un po' come piantare un albero, non sottintende solo l'azione di collocarlo in una buca, ma anche una riflessione più ampia, forse uno scambio, sul suo sviluppo e l'impegno per coltivarlo. Fatto tesoro dell'essersi già occupato del paesaggio nei bambini, (Paesaggio lingua madre, Gianluca Cepollaro e Ugo Morelli ed. Erickson 2013), Morelli fa una interessante analisi sulla qualità futura del nostro territorio: « Così come un bambino non può esimersi dall'imparare una lingua madre, non può fare a meno di interiorizzare l'ambiente che lo circonda: intorno/interno, interdipendenza/transdipendenza». Come progettista mi ritrovo nella citazione da Alberto Giacometti: «Ho sempre l'impressione o la sensazione della fragilità degli esseri viventi. Ho la percezione che debbano contare su un'energia formidabile per stare in piedi, istante dopo istante, sempre con la minaccia di crollare. Questo lo sento ogni volta che lavoro dal vero». A proposito di arte, non posso fare a meno di fare insieme a Morelli un altro ragionamento: il rapporto attivo e passivo con il paesaggio trova la sua interpretazione più sublime nell'arte. Sapendolo responsabile di Arte Sella Education gli chiedo cosa pensa di alcune opere del grande parco scultura di Borgo Valsugana. «Arte Sella è un luogo unico in cui il rapporto tra opere e territorio porta a una esperienza estetica, cognitiva, affettiva: una sorta di stratificazione di analisi. Per esempio l'opera di Giuliano Mauri, La Cattedrale Vegetale, offre una discontinuità nella continuità del bosco. Chi può dire cosa diventerà nel futuro questa architettura in cui da tempo gli alberi si sono liberati dei loro supporti? Poi c'è l'opera di Pistoletto che ha lavorato sul concetto di respectum del luogo. Ho avuto la fortuna di accompagnarlo nel sopralluogo per scegliere la sede della sua opera e questo grande artista, che a ottantacinque anni ha la curiosità di un bambino, continuava a chiedere: cos'è quel luogo? Che storia ha quella montagna? Dove

Newspaper metadata:Source: Il Sole 24 Ore -
Domenica

Country: Italy

Media: Periodics

Author: Antonio Perazzi

Date: 2020/12/27

Pages: 15 -

Web source:

sono le trincee della Guerra? E così è nato il Terzo Paradiso da una intuizione inizialmente chiamata Trincee della Pace». Le opere di Mauri e di Michele De Lucchi indagano tutte e due sul rapporto tra dentro e fuori, sono all'interno e intorno agli alberi: che differenze hanno? «Sono entrambe un paradosso, nel senso di Borges, cioè sono entrambe verità inconciliabili. Con esse sei dentro e sei fuori. Se la pelle è il nostro confine con l'universo intorno a noi, in questo senso, l'esperienza supera il vincolo della pelle. In particolare Mauri è riuscito a imbrigliare dei pali che dopo essere stati architettura sono tornati a essere pianta». Piante che mantengono la loro identità senza perdere il valore dell'arte: questa è l'aspirazione più alta per chi si occupa di progettazione del paesaggio come me. Un'altra domanda. Ugo: che ruolo ha il paesaggio nella filosofia moderna? «Importantissimo, in particolare per l'ontologia: pensa all'idea di problematica dell'immanenza in Gilles Deleuze. Pensa a cosa significa essere umani a 270.000 anni dal primo Homo sapiens. Pensa a Rocco Ronchi e la sua idea che la premessa della nostra vita sia la contingenza esistenziale: con-tangere, cose che si toccano. L'uomo si è sentito estraneo, distante dal mondo: da un sistema vivente che ci osserva mentre ne fa parte». Mi piacerebbe chiudere questa chiacchierata su qualcosa di molto concreto: uno psicologo come te come vede il futuro del paesaggio italiano? Ugo Morelli: «Prima ce lo aveva spiegato il Sereni col suo Storia del paesaggio agrario italiano facendo il punto zero sul territorio del nostro paese in una epoca in cui l'agricoltura coincideva con tutto il paesaggio. Poi Ernesto De Martino in La fine del Mondo ha scritto che solo chi ha il paesaggio nel cuore è in grado di comprendere il mondo. Adesso siamo a un bivio: da una parte c'è una omologazione internazionale che ci porta ad essere indigeni con la sveglia, imitando cioè modelli internazionali a intermittenza. Dall'altra abbiamo occasione di essere noi stessi e continuare la strada della biodiversità culturale e colturale, cioè quella dei piccoli borghi e della varietà agricola. Potremmo diventare un laboratorio per tutto il pianeta». Prenderci cura di noi stessi come intitola appunto un capitolo del libro. Nella prefazione Emanuela Fellin racconta di un episodio in cui Morelli osserva un bambino che gioca a palla nella sporcizia del mercato della Vucciria di Palermo (adesso luogo fin troppo ripulito), sorpreso possa trovarsi a suo agio, gli domanda come fa. Il giovane Calogero risponde secco: «Questo è il mio posto eh!». Noi siamo il prodotto del paesaggio che viviamo mentre esso si plasma dalle nostre azioni. Rosario Assunto, Georg Simmel ci hanno permesso di comprendere che l'etica può sorgere dall'estetica, il modo in cui viviamo il paesaggio è decisivo per il mondo in cui viviamo. Ugo Morelli mi saluta con questa ultima riflessione. «Tra i progettisti l'estetica ambientale rappresenta un tentativo di dissolvere il paesaggio nell'ambiente, ma quali concetti generano le politiche di tutela e riqualificazione? Alcune architetture sono la derivazione di sensi di colpa: si esprimono nel tentativo di compensare l'uno per cento di progetti che impattano sull'ambiente, generano una scissione schizofrenica dal paesaggio. Qui in campagna, dalla finestra che ho davanti, vedo un vecchio pioppo mal messo: è stato molto importante per questo luogo dove faceva da trait d'union tra l'olivo e la quercia, tra il coltivato e il selvatico. Poiché ha i giorni contati mi sono interrogato a lungo su cosa farne, ne ho parlato con vicini e parenti: dopo averci pensato siamo arrivati alla conclusione di estirparlo per piantarne subito vicino uno giovane». In natura trascendenza e immanenza si possono incontrare anche piantando un albero.

Newspaper metadata:

Source: Il Giornale

Country: Italy

Media: Printed

Author: Eugenio

Borgna*

Date: 2020/12/27

Pages: 28 -

Web source:

La pandemia ha segnato il nostro futuro

Prima di pensare a come sarà la nostra vita nei prossimi dieci anni, possiamo chiederci: come è cambiata la nostra vita dal 2010 a oggi? E, prima ancora, ci sono stati decenni contrassegnati da cambiamenti emozionali e culturali così profondi rispetto ad altre epoche? In fondo, direi che nessuno degli avvenimenti degli ultimi anni ha avuto l'impronta drammatica o rivoluzionaria che ha trascinato con sé la pandemia. Essa segna, io credo, il cambiamento più profondo fra un decennio e l'altro, in quanto si tratta di una rivoluzione non solo biologica e virale, ma della più profonda, radicale e sconvolgente, paragonabile soltanto a quando, negli anni Quaranta, la guerra cambiò completamente il nostro modo di vivere. La pandemia ha cambiato il nostro modo di vivere e cambierà quello del prossimo decennio. Le ansie e le paure che abbiamo vissuto hanno causato una impronta emozionale e determinato un tale sconvolgimento affettivo e biologico, da indurci a pensare che i prossimi dieci anni saranno diversi, poiché ansie e paure saranno formate da quel "drago dell'oblio" che finora non c'è stato, sommerso dalle immagini della realtà della morte e della malattia. Quelle ansie e quelle paure saranno sempre dentro di noi, ma non con il fulgore della terribile realtà dei mesi vissuti. Se penso alle parole che nei prossimi anni saranno capaci di parlare al cuore dell'uomo e della donna non posso non pensare a solitudine, isolamento, nostalgia di un tempo più felice e poi, certo, anche se l'esperienza trasformerà il suo modo di manifestarsi camaleontico, la paura, che sarà l'ultima frontiera, e resisterà negli anni a venire. E poi, l'ultima parola, cuore, perché i grandi pensieri o vengono dal cuore, oppure muoiono. *Eugenio Borgna, psichiatra, ha pubblicato numerosi libri con Einaudi e Feltrinelli. Il 14 gennaio uscirà *I grandi pensieri vengono dal cuore*. Educare all'ascolto (Raffaello Cortina).

Newspaper metadata:

Source: Qn - Quotidiano Nazionale
Country: Italy
Media: Printed

Author: G. C.
Date: 2020/12/27
Pages: 5 -

Liberare la mente aiuta a ripulire il corpo Pensare positivo è la nuova frontiera del detox

Dire addio alle cattive abitudini, non solo a tavola, ha una funzione antidepressiva come pure la dieta mediterranea. Depurare l'organismo, ritrovare l'armonia del corpo e della mente in modo naturale: ce lo insegna il «Pure Thinking», la nuova frontiera della dieta detox, tanto importante in questi giorni di feste, quando si tende a esagerare un po' a tavola. Questa filosofia, che dopo ampi consensi negli USA ora sta diventando famosa anche in Italia, fonda i suoi principi nel disintossicarsi da ansie, cattive abitudini alimentari e non solo (fumo, sedentarietà, sregolatezza). «L'alimentazione equilibrata e bilanciata è alla base di qualsiasi beneficio per la persona, insieme al movimento fisico» afferma Sara Bianco, Consulente Nutrizionale ed Epigenetista presso il centro Polisalute di Cinisello Balsamo, e docente di Nutrizione e Dietetica e di Medicina Estetica all'Università LUMSA di Roma. Cosa mangiare per un effetto detox? Verdure, frutta, legumi, noci, fagioli, cereali, pesce e grassi insaturi come l'olio d'oliva pare abbiano portato non solo a benefici fisici, ma anche a una riduzione degli stati depressivi tra coloro che hanno adottato questo regime alimentare, secondo uno studio pubblicato nel 2017 sul Nutritional Neuroscience. Insomma la nostra dieta mediterranea trova l'ennesima conferma scientifica, anzi diventa anche un antidepressivo. Mangiare bene, integrare con ciò di cui l'organismo necessita (cioè micro elementi e sali minerali che non sono contenuti negli alimenti che consumiamo abitualmente), svolgere una corretta attività fisica, liberare la mente da pensieri negativi sono importanti, così come lo è vivere senza eccessi. Lo stare bene secondo il Pure Thinking passa anche da un'attività fisica (che non significa impegnarsi in sport faticosi, ma anzi può essere anche meditativa, come lo yoga) non solo per rimanere in forma in questo periodo nel quale siamo, più o meno contro voglia, indotti a una vita sedentaria, ma anche per raggiungere il benessere psicofisico. Tra le regole del Pure thinking c'è in primo piano la corretta alimentazione, evitando gli eccessi e quello che non è essenziale per il benessere dell'organismo (ciò non solo allontana il rischio di sovrappeso o problemi cardiocircolatori, ma apporta benefici anche dal punto di vista mentale), poi bisogna allontanare i pensieri negativi ed eliminare le cattive abitudini (un minor consumo di sigarette, di bibite gassate, di alcol, oltre ad avere dei vantaggi per la salute, aiuta a trovare felicità e ad affermarsi nella vita).

Perché sbagliare non sempre è un errore

Davanti alle sfide che ci attendono occorre riflettere approfonditamente sulla natura degli errori che potremo commettere, sia per una progettazione fallace sia per un'esecuzione difettosa. Ma lo si dovrà fare con la prospettiva corretta, gli strumenti giusti e le migliori conoscenze a nostra disposizione di Vittorio Pelligra Davanti alle sfide che ci attendono occorre riflettere approfonditamente sulla natura degli errori che potremo commettere, sia per una progettazione fallace sia per un'esecuzione difettosa. Ma lo si dovrà fare con la prospettiva corretta, gli strumenti giusti e le migliori conoscenze a nostra disposizione 27 dicembre 2020 7' di lettura Ero alla ricerca di un tema che potesse rappresentare in modo sintetico ma evocativo questo anno passato, così anomalo e tragico ma, allo stesso tempo, anche foriero di novità e timide speranze; di un tema che, contemporaneamente, potesse offrire la possibilità di riflettere, assieme ai lettori di Mind the Economy, sulle sfide che il futuro prossimo ci presenta, sui rischi e sulle opportunità che ci si pongono innanzi e che dovremmo al più presto iniziare a sfruttare al meglio; un tema di respiro ampio, con ricadute stimolanti e concrete, ma anche con un radicamento profondo nell'impresa di scoperta del funzionamento del nostro cervello, del suo percepire e abitare il mondo. Non mi c'è voluto molto per trovare questo tema, mi ci vorrà parecchio per svilupparlo a dovere. Sto parlando dell'errore umano, dell'esplorazione dei modi, delle ragioni, delle conseguenze, individuali e collettive, di ciò che facciamo ricadere sotto il nome generico e impreciso di "errore". L'errore Riflettere sull'errore significa chiedersi come e perché gli esseri umani si dimenticano le cose, le fraintendono, perdono attenzione e concentrazione e sono soggetti a debolezza della volontà e del pensiero, ma anche chiedersi perché in alcune circostanze è più facile che in altre che si verifichino questi errori, e come, quindi, sia possibile costruire difese e anticorpi sempre più efficaci. Esiste una dimensione personale e una sistemica dell'errore, una dimensione privata ed una pubblica. Errori individuali ci possono mettere personalmente in pericolo o arrecare dei danni piccoli o grandi, altre volte un piccolo errore o una sequenza di piccoli errori possono mettere in moto una catena di eventi che può sfociare in esiti catastrofici, come l'incidente di Chernobyl o l'esplosione del Challenger, e questo può derivare sia da una manchevolezza della persona che da una deficienza del sistema, della procedura e del piano d'azione. Loading... Le contromisure Per cercare contromisure dobbiamo partire dal presupposto che, mentre non è possibile cambiare radicalmente la natura umana per renderla meno vulnerabile agli sbagli, è invece possibile cambiare le circostanze e l'ambiente nel quale gli uomini e le donne operano, e farlo in modo da ridurre la probabilità che essi prendano decisioni errate. Questo è un punto fondamentale e critico. La distinzione tra la gestione dell'errore basata sulla persona e quella basata sul sistema. È, infatti, emotivamente molto più soddisfacente poter considerare responsabile di un errore una persona piuttosto che un'istituzione e ciò vuol dire anche che la ricerca di tale soddisfazione può indurci a sovrastimare la responsabilità individuale e sottostimare, al contempo, quella del sistema di regole e procedure sistemiche e impersonali. La conseguenza è che le vere cause dell'errore scompaiono nella nebbia e la natura degli eventi che hanno portato all'errore, o nel peggiore dei casi, alla catastrofe, perde i suoi contorni di chiarezza. I resoconti pubblici e le ricostruzioni di casi come quello della collisione della Moby Prince nel porto di Livorno, dell'incendio alla Thyssenkrupp di Torino, dell'incidente ferroviario tra Andria e Corato e dello stesso crollo del ponte Morandi di Genova, solo per fare alcuni esempi, sono stati, con buona probabilità, viziati dalla ricerca di una attribuzione di responsabilità individuali emotivamente più gratificante. Gli errori umani vanno studiati con il rigore e lo scrupolo dello scienziato. E' un filone di ricerca che mette insieme ambiti anche distanti tra loro e molte figure diverse. Storicamente, però, l'errore, attira in origine l'attenzione degli **psicologi**. Il primo a isolare il campo di indagine e a rendere quest'ultima sistematica fu, probabilmente, James Sully, professore allo University College di Londra che, nel 1881, pubblicò un volume intitolato "Illusions", nel quale decise di stilare un campionario non solo di quelle illusioni tipicamente studiate dalla fisiologia della visione o dell'udito, ma anche quelle più sottili derivanti dal funzionamento della memoria, delle emozioni, del pensiero e dell'intuizione. Sully fu il primo a cimentarsi nella costruzione di una tassonomia rigorosa dell'errore e a provare a individuarne elementi comuni e invariati alle varie tipologie di errore. Il suo libro ebbe quattro edizioni in pochi anni, ma venne presto dimenticato. Molto più successo, anche tra i lettori non accademici, venne decretato, qualche anno dopo, al saggio di Sigmund Freud intitolato "Psicopatologia della vita quotidiana". Partendo da un piccolo evento personale – l'incapacità a ricordare un nome – Freud si rende conto dell'enorme potenziale che lo studio degli errori, dei lapsus, delle dimenticanze, delle sviste, può avere nella comprensione del funzionamento della nostra mente. La scienza dell'errore L'errore come epifenomeno di processi che si svolgono nel profondo del nostro inconscio, invisibili all'occhio della coscienza.

Web source: <https://www.ilsole24ore.com/art/perche-sbagliare-non-sempre-e-errore-ADicuPAB>

“Sono arrivato alla conclusione che il fenomeno – tanto comune e abbastanza irrilevante nella pratica – consistente nel momentaneo blocco di una facoltà psichica (la memoria), può ricevere una spiegazione la cui portata va molto al di là dell'importanza generalmente accordata a tale fenomeno”, scrive Freud nella prima pagina del suo libro, cogliendo come, anche attraverso lo studio di un semplice cedimento della memoria, si possano disvelare meccanismi fondamentali per il funzionamento della psiche umana. L'errore, anche il più piccolo e apparentemente insignificante, inizia ad esser visto, allora, non tanto e solo come uno “slip”, uno scivolone, una mancanza, ma, piuttosto, come l'effetto di un processo più profondo e ancora tutto da comprendere. Saranno poi William James e gli **psicologi** della Gestalt, a cavallo tra '800 e '900, a dare ulteriore impulso alla scienza dell'errore. La storia va avanti grazie all'opera di molti protagonisti geniali e creativi, ma la vera svolta si ha intorno agli anni '70 del secolo scorso, quando si assiste a un cambio di prospettiva radicale: si perde interesse per le teorie normative e si iniziano a sviluppare, invece, teorie descrittive dell'errore. Si passa, cioè, da un approccio nel quale l'errore viene visto come una deviazione da un corso razionale d'azione o come frutto di un evento psichico inconscio, a un nuovo approccio nel quale l'errore altro non è che una conseguenza del normale funzionamento dei nostri processi cognitivi che, in date circostanze, tendono a produrre sistematicamente risultati inaspettati. I principali protagonisti di questa svolta sono Herbert Simon, Peter Wason e la coppia Daniel Kahneman e Amos Tversky. I loro contributi sono complessi e articolati, ma, in estrema sintesi, pongono l'accento sul fatto che il nostro processo decisionale non segue né le regole della logica né quelle della statistica, come, fino ad allora, sostenevano le teorie più sofisticate. La nostra razionalità è “limitata” - ci spiega Simon - e i nostri processi decisionali, per economizzare sulle ridotte risorse cognitive che abbiamo a disposizione, non mirano al risultato ottimale, ma a quello “soddisfacente”. Una razionalità limitata e anche imperfetta, rincara la dose Wason, il cui lavoro si concentra sui modi in cui raccogliamo e processiamo le informazioni che sostengono le nostre convinzioni. Il principale risultato di Wason è l'aver mostrato come la comprensione umana del mondo procede prima prendendo una posizione e formandosi un'opinione e, solo successivamente, cercando di raccogliere dall'ambiente circostante tutte quelle informazioni capaci di confermare e corroborare le posizioni già assunte. L'origine dell'errore. Un passo ulteriore e, per molti versi ancora più rivoluzionario, è quello compiuto da Kahneman e Tversky, i quali provano come, davanti a un mondo incerto, tutti noi ragioniamo utilizzando un numero limitato di “euristiche” di scorciatoie mentali che si sono evolute per ottimizzare il rapporto tra efficacia delle scelte e risorse necessarie per elaborarle. Quelli che noi definiamo errori sarebbero in realtà, quindi, solo conseguenze di processi cognitivi corretti applicati inconsciamente a contesti sbagliati. Questa è la prima importante conclusione alla quale la ricerca moderna ci ha condotti: l'errore non è un corpo estraneo alla nostra mente, una materia aliena che si insinua negli ingranaggi dei processi decisionali, ma è, piuttosto, il risultato del loro stesso funzionamento, l'effetto secondario di una mente che, per natura, non è affatto logica, ma, piuttosto, psico-logica. Ne possiamo dedurre che l'errore, dunque, sarà sempre con noi. Si può limitare e prevenire, ma non eliminare, perché come ci ricorda Ernst Mach: “La conoscenza e l'errore fluiscono dalla stessa sorgente mentale. Solo il successo sarà in grado di distinguere la prima dal secondo”. Per questo, aggiunge James Reason: “Le performance di successo e gli errori sistematici non sono altro che due facce della stessa medaglia”. Gli errori trovano origine in quella stessa qualità che ha reso così strabiliante il successo degli esseri umani nel comprendere e dominare l'ambiente nel quale viviamo: la nostra capacità di semplificare la complessità del reale. Se è vero, però, che gli errori non si potranno mai eliminare del tutto, è altrettanto vero che si possono progettare organizzazioni resilienti, capaci, cioè, di adattarsi ai mutati contesti e minimizzare la probabilità dell'occorrenza di conseguenze disastrose. Se da una parte è necessario, quindi, cercare di limitare il verificarsi di errori pericolosi, dall'altra, è forse ancora più importante progettare sistemi capaci di tollerare flussi anche elevati di tali errori, capaci di disinnescare processi moltiplicativi e di neutralizzare eventuali conseguenze deflagranti. Mentre ci siamo tradizionalmente orientati verso il tentativo di rendere le persone meno fallibili – cosa palesemente complicata – sarebbe ora di sviluppare maggiormente quella parte della gestione dell'errore finalizzata a ristrutturare l'ambiente, le organizzazioni, le norme e le regole, i gruppi, in modo da renderle più “accoglienti” per gli errori che inevitabilmente si produrranno. Continueremo a sbagliare perché l'errore è connesso al pensiero umano, ma cerchiamo di porci nelle condizioni di disinnescare le conseguenze più disastrose di tali errori attraverso una pianificazione accorta e lungimirante. Credo che davanti alle sfide che i prossimi mesi e i prossimi anni ci porranno davanti, la gestione della salute fragile di milioni di persone, la salvaguardia di un sistema produttivo che si è dimostrato vulnerabile da molti punti di vista, l'evoluzione dei luoghi, dei modi e dei tempi del lavoro, della partecipazione politica, della fruizione di innumerevoli beni e servizi, dalla scuola alla pubblica amministrazione,

Newspaper metadata:Source: [ilsole24ore.com](https://www.ilsole24ore.com)

Author: Vittorio Pelligrà

Country: Italy

Date: 2020/12/27

Media: Internet

Pages: -

Web source: <https://www.ilsole24ore.com/art/perche-sbagliare-non-sempre-e-errore-ADicuPAB>

dall'arte al divertimento, riflettere approfonditamente sulla natura degli errori che potremmo commettere, sia per una progettazione fallace che per un'esecuzione difettosa, non sarà certamente un esercizio futile, a patto che lo si faccia con la prospettiva corretta, gli strumenti giusti e le migliori conoscenze a nostra disposizione. Ecco il mio augurio sentito per l'anno che viene. Dopo quello che abbiamo passato quest'anno credo proprio che ce lo meritiamo.

Newspaper metadata:

Source: La Stampa - Ed.
Cuneo
Country: Italy
Media: Printed

Author:
Date: 2020/12/27
Pages: 5 -

Sportello di ascolto con 10 **psicologi**

Sempre attivo lo Sportello telematico di ascolto, nato nella prima ondata del Co-vid, che si avvale della collaborazione di un gruppo di 10 **psicologi** che operano sul territorio coordinato dalla dottoressa Marianna Rudino di «**Psicologi** per i Popoli Piemonte». Per usufruire del servizio scrivere a pxpcomune-bra@gmail.com o inviare un sms al 339/7668441.

Newspaper metadata:

Source: Il Messaggero

Author: Paolo Trivisi

Country: Italy

Date: 2020/12/28

Media: Printed

Pages: 20 -

Web source:

L'idea "Unobravo", nasce il supporto online ora la terapia psicologica si segue a distanza

Si dice spesso come battuta tra amici, «fatti vedere da uno bravo» e con la stessa ironia, ma con grande serietà e competenza, Danila De Stefano, laureata in psicologia presso la Facoltà di Medicina e Psicologia a La Sapienza di Roma, nel 2019, ha fondato Unobravo, la startup con l'obiettivo di offrire consulenza e terapia psicologica online, a distanza. IL PREMIO L'idea - premiata recentemente all'ultima edizione digitale di StartupItalia Open Summit 2020 - promuove un supporto psicoterapeutico specializzato, associando ad ogni paziente - ovunque sia nel mondo - il professionista con il background accademico più adatto. L'ideatrice, vivendo all'estero ha vissuto sulla sua pelle le difficoltà di un aiuto psicologico fuori dai confini, quindi ha creato la startup pensando agli italiani all'estero, i cosiddetti expat, che sono circa 6 milioni. Inoltre la pandemia, con il lockdown, la costrizione in casa e le grandi limitazioni alla socialità, ha talmente acuito le necessità di sostegno psicologico che la fondatrice di Unobravo ha deciso di estendere il servizio anche ai residenti in Italia. I CONTATTI Le sedute si effettuano in videochiamata, con contatti anche tramite e-mail o chat, quindi basta un pc, tablet o smartphone. Per dare avvio alla terapia, s'inizia compilando un questionario che crea il match appropriato, tra paziente e specialista, che si presenterà via e-mail; dopodiché ci sarà il primo incontro conoscitivo con lo psicologo gratuitamente ed eventualmente l'inizio del percorso. La terapia in modalità full-digital, punta alla videochiamata attraverso Skype, Google Hangouts, Messenger ma è disponibile anche su altre piattaforme digitali da concordare con il terapeuta.

Web source:

La malattia che fa vedere i volti tutti uguali

Pensiamo per un attimo di non riuscire più a riconoscere le persone che ci circondano. Di guardarle e di non vedere più nulla. Come se i loro volti fossero piatti, sfocati, vuoti. Un mondo in bianco e nero dove niente è familiare e tutti sono estranei. Dove una fotografia non rievoca alcun significato. Pensiamo di non riuscire più a riconoscere i nostri amici, i nostri genitori e i nostri figli. Pensiamo di guardarci allo specchio e di vedere un'immagine che non ci trasmette nulla, come se non esistessimo più in quel riflesso. Estranei anche a noi stessi. Un esercizio di immaginazione inquietante. Ma se fosse realtà? La prosopagnosia (face blindness) è un disturbo cognitivo che consiste proprio in questo: nella perdita della capacità di riconoscere i volti. Il deficit può manifestarsi attraverso diversi gradi di intensità. Nei casi più gravi si può addirittura perdere la capacità di riconoscere luoghi e oggetti (agnosia visiva). Può svilupparsi in seguito a un danno cerebrale (ictus, lesioni o traumi), oppure può essere congenita o ereditaria, cioè presente fin dalla nascita. Purtroppo non è una condizione così rara. Si stima che ne possa soffrire circa il 2% della popolazione. Testimonianze di alta cultura scientifica e di raffinato valore letterario ci sono arrivate dal famoso neurologo e scrittore Oliver Sacks che, dopo aver descritto l'uomo che scambiò sua moglie per un cappello, ha confessato le sue personali esperienze come medico e come persona che ha sofferto per tutta la vita di prosopagnosia. Nel libro *L'occhio della mente* ci ha fornito importanti contributi per la classificazione e per la descrizione della malattia, e non solo. Attraverso intime considerazioni, il neurologo parla ai suoi lettori e ai suoi pazienti descrivendo l'imbarazzo che lo accompagnava da bambino quando non era in grado di riconoscere i compagni di scuola. Condivide momenti in cui riesce quasi a ironizzare sulla sua condizione: «questo mio problema di riconoscimento si estende non solo alle persone che mi sono più care e vicine, ma anche a me stesso. In diverse occasioni mi sono scusato per essere quasi finito addosso a un grosso uomo barbuto, per poi accorgermi che ero io, riflesso in uno specchio». Nei casi più gravi, gli individui che soffrono di prosopagnosia arrivano a non riconoscere la persona con cui sono stati fino a cinque minuti prima. O, addirittura, a non identificare il volto del proprio figlio in mezzo ad altri bambini durante una festa di compleanno. Non essendoci ancora delle terapie in grado di contrastare il problema, gli unici rimedi per cercare di attenuarlo derivano dalla compensazione dei sintomi attraverso un'attenta osservazione di altri indizi identificativi come la voce, il profumo, la corporatura, il taglio di capelli, gli occhiali o qualsiasi particolare distintivo. Azioni apparentemente normali diventano molto difficili e faticose. È facile intuire come questa condizione possa associarsi a un significativo disagio perché spesso scambiata come mero atteggiamento caratteriale, come manifestazione di introversione, di maleducazione e di antipatia. Da quando siamo bambini il riconoscimento dei volti ci ha accompagnato donandoci un profondo senso di sicurezza sempre dato per scontato. Come dice Sacks: «è con la nostra faccia che affrontiamo il mondo dal momento della nascita a quello della morte. È su di essa che sono impressi la nostra età e il nostro sesso. Le emozioni – quelle esplicite e istintive di cui scrisse Darwin, e anche quelle nascoste o ormai rimosse di cui parlò Freud – sono esibite sulla nostra faccia insieme a pensieri e intenzioni». Genitori, amici e conoscenti appartengono al mondo che ci circonda. I volti sono punti cardinali. Sono la bussola del nostro senso di familiarità e di sicurezza. Rivelano l'identità della nostra vita, dei nostri affetti e delle loro emozioni. Svelano espressioni, stati d'animo, assenso, dissenso, piacere e dolore. Il volto è intimità. È confidenza. È ciò che più ci caratterizza. Non essere capaci di riconoscerlo sarebbe come tentare di apprezzare una sfera guardando un cerchio. Come per un bimbo assaggiare una caramella senza sapore. E voi? Riuscireste a vivere in un mondo nel quale i volti sono tutti identici?

Newspaper metadata:

Source: Libero
Country: Italy
Media: Printed

Author: DANIELA
MASTROMATTEI
Date: 2020/12/28
Pages: 1 -

Web source:

Se non ti sforzi di piacere a tutti, vivi meglio

Il bisogno di essere accettati consuma più della vita stessa. Elemosinare come un mendicante l'approvazione degli altri con sacrifici dal retrogusto amaro, fingendo e arrampicandosi sugli specchi, logora il fisico e) la mente. Anzi, più si è schiavi del consenso, più alto è il rischio di apparire sgradevoli. Più ci si sforza con operazioni fantozziane di risultare piacevoli ed essere apprezzati, più gli altri si allontanano. E si soffre. La frustrazione cresce fino a sfiorare la vetta del Monte Bianco in alcuni casi, mentre di tanto in tanto la razionalità si affaccia per ricordare che anch'ella personamigliore del mondo non potrà mai piacere a tutti. Troverà sempre qualcuno che non la ama abbastanza, che la critica, o a cui è semplicemente indifferente. Ma questo non è sufficiente per cambiare strada: si procede a passo svelto per la tortuosa via dell'accettazione. Come se non bastasse il faticoso confronto con il mondo reale, i masochisti lo vanno a cercare pure in quello virtuale bramandolike e cuoricini, come dei drogati del gradimento. Non avete proprio idea di cosa voglia dire vivere liberi fregandosi degli altri. Forse nessuno ve lo ha insegnato. Avete sempre galleggiato nel mare dei giudizi e pregiudizi nel quale praticamente rischiate di affogare ogni giorno. Quella frase «Mica puoi sempre fare come ti pare e piace», è dentro di voi e risuona come un mantra insieme a: «Devi essere buono altrimenti la mamma piange e il papà si arrabbia; devi tornare a casa prima del tramonto...; ti devi laureare, devi farti una posizione e guadagnare tanti soldi, farti una famiglia, devi possedere certe cose, devi rispettare i criteri canonici della società ecc.». Raccomandazioni impresse nella mente che cedono il passo al senso di colpa ogni volta che sgarrate. Non è il caso di interrompere la questa sottile schiavitù che vi spinge a inchinarvi davanti al giudizio degli altri che conta ormai più di voi stessi. Non è il caso di mettere dei paletti tra i vostri desideri e i desideri degli altri; e andare alla ricerca di quella dignità per troppo tempo soffocata. IL CORAGGIO «Trovate il coraggio di amare chi siete e vivere la vita che volete, accogliendo senza filtri tutto quello che siete, con pregie difetti», suggerisce Maria Beatrice Alonzi, autrice del volume Non voglio più piacere a tutti, in libreria dal 28 gennaio (Vallardi editore 224 pagine 15,90 euro). «È giunta l'ora di essere felici. Ma al contrario di quello che dicono tutti, non basta volerlo, manco per niente. Per essere felici bisogna liberarsi di un sacco di preconcetti emostri». L'autrice vi pone di fronte ai nemici veri, quelli interiori che passano il tempo a sabotarvi, che vanno demoliti e neutralizzati. Così come i comportamenti in cui non vi riconoscete, che vi hanno fatto diventare come voleva qualcun altro. «Si tratta di un metodo nuovo, perché i manuali di solito servono a trasformarvi, nascono per farvi diventare come il personaggio che ha raggiunto il successo. Come colui (o colei) che ce l'ha fatta. Qui invece il vero successo è quello che uscirà da ognuno di voi, unico, in grado di creare una propria vita», assicura la scrittrice. Quanto tempo perso, quante energie sprecate per accontentare gli altri e trascurare voi stessi. Ovvio che il desiderio di sentirsi ben voluti fa parte della natura umana. Ma il problema nasce quando si vive solo in base alle altrui aspettative indossando maschere, costruite per apparire impeccabili ogni giorno, che costringono a rinchiudersi nel mondo della finzione. E tutte le volte che ciò che si sente non coincide con quello che gli altri vogliono si scatena un conflitto interiore. Rincorrendo l'applauso vi siete smontati un poco alla volta come una Barbie e avete lasciato che tutti rubassero un pezzettino di quello che eravate. Avete fatto vostra pure la sindrome del super eroe che vi ha fatto scegliere liceo e lavoro sbagliati, amicizie discutibili e i partner peggiori. Vi siete circondati di persone che si aspettano il triplo salto mortale, vi chiedono di cambiare perché come siete non è mai abbastanza e alla prima occasione vi mortificano e criticano duramente. Piacere a tutti è il modo più veloce e sicuro per rovinarsi la vita. «Tanto più che agli altri non interessano affatto le vostre imprese. Anzi, le debolezze sono molto più affascinanti», osserva Beatrice Alonzi. E allora perché sabotare l'intelligenza cercando smodatamenti di sentirvi all'altezza delle aspettative di genitori, parenti, fidanzati, compagni di vita, amici, colleghi. Non occorre scopi a destra e a sinistra e recitare come attori sul palcoscenico la vita di un altro per essere certi di essere accettati. Che ve ne importa di cosa pensano di voi. Non sono gli altri a farvi esistere o a farvi diventare ciò che volete essere. Loro ignorano tutto di voi: desideri e sentimenti, aspirazioni, emozioni, sogni. ADDIO ZAVORRE Dovete pensare prima a voi stessi «il resto seguirà; se non dovesse seguire vorrà dire che quelle persone non sono adatte al vostro cambiamento, sono un peso, una zavorra e soprattutto sono lo stupido famigerato alibi per non diventare la migliore versione di voi», ne è convinta l'autrice che ha scritto pure Il Libricino della Felicità, un bestseller. In pillole: allentate il rigido regime di vita che vi siete imposti per far piacere all'ambiente in cui siete vissuti; rifiutate le intrusioni esterne nei vostri pensieri; uscite allo scoperto anche con le vostre imperfezioni; lavorate sull'autostima per scoprire la bellezza della vita da persone che non hanno più bisogno dell'approvazione degli altri. Anche Jim Morrison cantava la migliore libertà è essere se stessi. Charles Hughes avrebbe detto «Quando

Newspaper metadata:

Source: Libero
Country: Italy
Media: Printed

Author: DANIELA
MASTROMATTEI
Date: 2020/12/28
Pages: 1 -

Web source:

perdiamo il diritto di essere differenti, perdiamo il privilegio di essere liberi». Gli altri? Quelli giusti come si scelgono? «Gli esseri umani sono tutti fallibili, durante il viaggio verso la libertà imparerete a essere selettivi, le persone che vorrete vicine saranno quelle in grado di sbagliare e di accettare di aver sbagliato, persone che di fronte alla vostra fragilità faranno un sorriso e vi tenderanno la mano, che di fronte agli errori vi resteranno accanto e quando sentiranno che temete di fallire vi abbracceranno sussurrando “passerà”». Parola di Alonzi.

**Newspaper metadata:**

Source: F Settimanale

Author:

Country: Italy

Date: 2020/12/29

Media: Periodics

Pages: 126 -

Web source:

SCOPRI LA MAGIA DELLE FESTE "DIVERSE"

GIOCARE ALLAVACANZA IMMAGINARIA CON I PROPRI FIGLI, BUSSARE AL VICINO DI CASA CON UN DOLCE IN MANO PER FARGLI GLI AUGURI, CREARE REGALI FAI-DA-TE. UNA PSICOLOGA CREATIVA CI SUGGERISCE 8 CHIAVI PER RENDERE SPECIALI QUESTI GIORNI NONOSTANTE I LIMITI LA MESSA AL FREDDO DI MEZZANOTTE. 1 REGALI DA APRIRE TUTTI insieme fra sorrisi e baci. Il pranzo dai nonni che non finiva più. E poi il film a Santo Stefano in un cinema strapieno e il cenone di Capodanno. Erano queste le feste di Natale fino a un anno fa. Qualcuno riusciva a incastrarci pure un viaggio. Adesso tutto è cambiato. La seconda ondata della pandemia impone di restare a distanza, nega gli abbracci, frena gli spostamenti. A tutti è raccomandato di festeggiare solo tra conviventi. E quei riti, con i quali siamo cresciuti, oggi ci mancano nel profondo. Ne prova nostalgia anche chi non li ha mai particolarmente amati. Ma ciò che importa e non farsi travolgere dalla tristezza e dare un nuovo senso a questa intimità forzata. Come? Ci aiuta Maria Beatrice Toro, psicologa e psicoterapeuta, autrice di Oltre la pandemia. Come superare (bene) ansia, rabbia e stress (Morellini Editore). Ecco le 8 parole su cui l'esperta consiglia di riflettere e gli spunti per non scivolare nella malinconia. RISCOPERTA In questo 2020 di smartworking e didattica a distanza abbiamo passato tantissimo tempo con i nostri familiari più stretti e anche queste feste potremo trascorrerle solo con loro. Un avvicinamento forzato che nei mesi scorsi ha creato frizioni, inutile negarlo. Ma in tanti casi ci ha insegnato a sopportare e perdonare i limiti dell'altro e, di riflesso, i nostri. Ci siamo conosciuti meglio, abbiamo scoperto di avere risorse che non immaginavamo, una ricchezza interiore finora nascosta. E questo è un motivo nuovo e in più per festeggiare insieme ai nostri cari, nonostante tutto. Immaginiamo di vivere un Natale "diffuso", che si prolunga nel tempo. DIGITALE I saluti via schermo saranno inevitabili tra chi è lontano, le videochiamate di gruppo anche, ma dovremmo approfittare il più possibile di questo periodo per disintossicarci dal digitale e trovare passatempi diversi, possibilmente manuali. Certo, il Capodanno dei più giovani sarà per molti esclusivamente virtuale. Per loro può essere divertente organizzare feste offline. Naturalmente, truccati e vestiti di tutto punto, come se dovessero uscire. CONFINI La pandemia ha trasformato le nostre case in uffici, scuole, palestre, centri estetici. In casa abbiamo fatto di tutto. Mettiamo uno stop a questa invasione. Approfittiamo delle feste per privilegiare la dimensione personale, che in questi tempi è stata totalmente appannata. Facciamo in modo che i giorni di festa non siano un giorno come un altro. Addobbiamo, decoriamo, ma soprattutto leviamo i piedi dal lavoro. Come prima cosa, disattiviamo le notifiche delle mail che arrivano anche a cena, anche di domenica. Riscopriamo la casa come luogo degli affetti. 4 TEMPO Finché c'è la possibilità di vedersi anche per un saluto veloce, sfruttiamola, non facciamo pranzi collegati via smartphone. Il telefono dovrebbe essere bandito dalla tavola. Posticipiamo i saluti agli zii e ai cugini nei giorni in cui sarà possibile. Un incontro, ovviamente, a debita distanza e con mascherina. 4' FANTASIA Se non è possibile scambiarsi regali tra amici e parenti, prendiamoci del tempo per fare dei doni con le nostre mani, personalizzati, non anonimi, che parlino anche di noi, da consegnare quando sarà di nuovo possibile vedersi. Ancora nell'ottica di quel Natale diffuso che ci consentirà di mantenere vivo lo spirito delle feste più a lungo. In fondo la pandemia ci ha fatto riscoprire il valore delle attività manuali, prendiamo spunto da ciò che abbiamo riscoperto o imparato ex novo e mettiamoci al lavoro. La fantasia ci deve venire in aiuto anche per i festeggiamenti del nuovo anno. Il conto alla rovescia facciamolo alla finestra, sul balcone, apriamoci agli altri, alziamo la musica, facciamoci sentire da chi sta oltre la strada. VICINATO Come in primavera organizzavamo gli aperitivi sul balcone, bussiamo ai vicini e presentiamoci loro, mascherina sul viso, con un dolce per uno scambio di auguri sul pianerottolo. Possono sostituire gli auguri che non ci scambiamo con amici e colleghi, ma può anche essere l'inizio di un'amicizia. E in ogni caso ci faranno bene, perché la gentilezza scalda il cuore a chi la riceve, ma anche a chi la fa. RINASCITA Il 25 dicembre è il giorno in cui anche prima del Cristianesimo i popoli antichi celebravano la rinascita. E questo 25 dicembre dovrebbe essere vissuto come una rinascita. Nel nuovo anno la nostra vita sarà di nuovo diversa. Molte attività riapriranno, gli studenti potrebbero tornare a scuola. Approfittiamo di queste feste per prepararci al cambiamento. Ripristiniamo una routine fatta di abitudini sane. Prendiamoci cura di noi. 44. SOLIDARIETA I nostri cari ci mancano perché sono lontani? Non pensiamo a ciò che non possiamo più fare, maledicendo la pandemia in un vortice di recriminazioni. Pensiamo a quello che ci è consentito fare. Indirizziamo le nostre energie verso altri che ne hanno bisogno. Informiamoci presso le associazioni di volontariato per sapere come potremmo dare una mano. un gesto di responsabilità che mette in circolo l'amore e ci farà sorprendentemente bene. A bambini regaliamo #mmag#naz#one

Newspaper metadata:

Source: Focus

Author: di Elena Meli

Country: Italy

Date: 2021/01/01

Media: Periodics

Pages: 37 -

Web source:

PERCHÉ PREFERIAMO LA MANO DESTRA?

Prendete lo spazzolino da denti oppure una verificare se i nostri antenati fossero destrimani o mancini penna. Provate a svitare un barattolo, o a sovrvalutando differenze nella forma o nella grandezza delle ossa fiarvi il naso. Quale mano avete scelto? Per dei due arti; perciò David Frayer dell'Università del Kansas nove su dieci sarà stata la destra: i mancini (Usa) e Luca Bondioli del Museo nazionale preistorico di non si sono "estinti", nonostante fino a pochi anni fa venisse Roma si sono concentrati sui denti, studiando la direzione ro spesso corretti, ma restano inchiodati al 10 per cento della dei graffi che gli uomini primitivi si procuravano cercando di popolazione, ovunque e in qualsiasi etnia. Una preferenza tagliare con una lama di pietra brandelli da un pezzo di carne così spiccata per la mano destra non c'è in nessun altro pristretto fra i denti, per dedurre con quale mano impugnassero mate, tanto da far supporre che essere destrimani sia una lo strumento. Analizzando la mascella di alcuni Homo habilis caratteristica distintiva per l'uomo quasi come il pollice opritrovati nella gola di Olduvai sull'altopiano africano del Serengeti, chiamata la "culla dell'umanità" proprio perché da qui arrivano i reperti umani più antichi, gli archeologi hanno scoperto che già allora si usava per lo più la destra per afferrare gli utensili. Indagini simili su un numero molto maggiore di fossili di uomini di Neanderthal rinvenuti in varie aree di Spagna, Francia, Svizzera e Iraq da ricercatori dell'University College di Londra lo hanno confermato: anche questi orninidi vissuti più di recente (da centomila a trentacinquemila anni fa circa) erano raramente mancini. Peraltro è possibile che la scelta della mano destra risalga addirittura a quando siamo scesi dagli alberi, fra gli otto e i dieci milioni di anni fa: lo sostiene la psicologa cognitiva Stephanie Braccini dell'U - niversità di St. Andrews in Scozia, secondo cui l'asimmetria nell'uso delle mani potrebbe essere comparsa quando abbiamo assunto la posizione eretta. «Lo suggeriscono anche esperimenti con gli scimpanzé: quando stanno su quattro zampe non mostrano preferenze per l'una o l'altra mano, se vengono forzati a stare su due emerge chiaramente la preferenza per un lato», dice Braccini. La teoria della "discesa dagli alberi" non è stata provata, ma c'è abbastanza accordo sul fatto che come minimo 1,8 milioni di anni fa siamo diventati per lo più destrimani. Restano però un mistero i motivi per cui è successo, anche se l'ipotesi più accreditata chiama in causa la cosiddetta lateralizzazione del cervello. «I due emisferi cerebrali non sono identici né nella microstruttura e nella morfologia, né soprattutto per le funzioni: attività diverse sono realizzate da regioni differenti dei due emisferi cerebrali, spesso soltanto da uno, talvolta in un modo che li coinvolge entrambi», spiega Luca Tommasi, docente di psicobiologia e psicologia fisiologica dell'Università di Chieti. «Il coordinamento è garantito da collegamenti nervosi crociati: in pratica, i movimenti della mano destra dipendono dalle aree motorie dell'emisfero sinistro, e viceversa. Manualità e lateralizzazione cerebrale sono quindi due aspetti intrinsecamente e obbligatoriamente legati tra loro». Secondo la cosiddetta ipotesi dell'Homo loquens del biologo evoluzionista William Fitch dell'Università di Vienna, quando siamo diventati bipedi abbiamo differenziato le funzioni nei diversi lati del cervello per migliorarne l'efficienza; quindi l'emisfero sinistro si è specializzato nel linguaggio, una delle funzioni più cruciali della nostra specie, e questo ha portato con sé come effetto collaterale la preferenza manuale per la destra, che da quell'emisfero è comandata. Trovare le prove non è semplice, visto che si dovrebbero fare test neuropsicologici ai nostri progenitori; in più il linguaggio non sempre accende l'emisfero sinistro, né c'è sempre una concordanza (sede del linquzggi) controlla il lato destro del corpo. E viceversa niversità di St. Andrews in Scozia, secondo cui l'asimmetria nell'uso delle mani potrebbe essere comparsa quando abbiamo assunto la posizione eretta. «Lo suggeriscono anche esperimenti con gli scimpanzé: quando stanno su quattro zampe non mostrano preferenze per l'una o l'altra mano, se vengono forzati a stare su due emerge chiaramente la preferenza per un lato», dice Braccini. La teoria della "discesa dagli alberi" non è stata provata, ma c'è abbastanza accordo sul fatto che come minimo 1,8 milioni di anni fa siamo diventati per lo più destrimani. Restano però un mistero i motivi per cui è successo, anche se l'ipotesi più accreditata chiama in causa la cosiddetta lateralizzazione del cervello. «I due emisferi cerebrali non sono identici né nella microstruttura e nella morfologia, né soprattutto per le funzioni: attività diverse sono realizzate da regioni differenti dei due emisferi cerebrali, spesso soltanto da uno, talvolta in un modo che li coinvolge entrambi», spiega Luca Tommasi, docente di psicobiologia e psicologia fisiologica dell'Università di Chieti. «Il coordinamento è garantito da collegamenti nervosi crociati: in pratica, i movimenti della mano destra dipendono dalle aree motorie dell'emisfero sinistro, e viceversa. Manualità e lateralizzazione cerebrale sono quindi due aspetti intrinsecamente e obbligatoriamente legati tra loro». Secondo la cosiddetta ipotesi dell'Homo loquens del biologo evoluzionista William Fitch dell'Università di Vienna, quando siamo diventati bipedi abbiamo differenziato le funzioni nei diversi lati del cervello per migliorarne l'efficienza; quindi l'emisfero sinistro si è specializzato nel linguaggio,

Newspaper metadata:

Source: Focus

Author: di Elena Meli

Country: Italy

Date: 2021/01/01

Media: Periodics

Pages: 37 -

Web source:

una delle funzioni più cruciali della nostra specie, e questo ha portato con sé come effetto collaterale la preferenza manuale per la destra, che da quell'emisfero è comandata. Trovare le prove non è semplice, visto che si dovrebbero fare test neuropsicologici ai nostri progenitori; in più il linguaggio non sempre accende l'emisfero sinistro, né c'è sempre una concordanza 38 I Focus della parte del cervello che si attiva per parlare e per muovere la mano preferita. Come sottolinea Tommasi, «Nel 5 per cento dei destrimani il linguaggio attiva l'emisfero destro, nel 70 per cento dei mancini si attiva il sinistro, che comanda la mano destra. Linguaggio e manualità sono più spesso governati dalla parte sinistra del cervello, ma non sempre: queste due asimmetrie di funzioni quindi non per forza sono correlate. Inoltre esistono ipotesi di segno opposto, per cui il linguaggio verbale potrebbe essersi evoluto dalla gesticolazione manuale». I MANCINI: MINORANZA IMPORTANTE Difficile capire se sia nato prima l'uovo-linguaggio o la gallina-uso della destra, ma la necessità di sviluppare capacità manuali fini, appannaggio prevalentemente dell'emisfero sinistro, potrebbe aver anch'essa contribuito alla preferenza destrorsa: i nostri antenati costruivano strumenti da condividere con gli altri della tribù, che dovevano poterli usare facilmente. Non scegliere (quasi) tutti la stessa mano per impugnare una scheggia di pietra sagomata avrebbe complicato la vita, come sa bene qualunque mancino che abbia mai provato a usare un banale apriscatole: secondo la teoria sociale della manualità di Gordon Frost dell'Università della Georgia (Usa) la cooperazione tipica della specie umana, che fin dal passato più remoto si è riunita in gruppi più ampi rispetto agli altri animali, potrebbe perciò aver dato un'altra spintarella alla preponderanza dei destri. «I mancini non sono scomparsi e la loro distribuzione, circa il 10 per cento del totale, costituirebbe un equilibrio stabile raggiunto nel corso dell'evoluzione», aggiunge Tommasi. «Questo rapporto probabilmente si manterrà a lungo, perché sembra quello ottimale fra individui che interagiscono in modo sinergico, quando devono condividere strumenti, e antagonistico, quando lottano. Nel nostro passato la competizione fisica era più frequente e in questa i mancini erano avvantaggiati, come tuttora vediamo negli sport di lotta o di contatto agonistico come tennis o calcio, per l'effetto sorpresa che rende le loro mosse più imprevedibili; con la massiccia diffusione della socialità e di una cultura condivisa è però prevalsa la necessità di coordinamento fisico, per usare tutti gli stessi utensili». Biologia e socialità sono state quindi la molla principale per diventare destrimani, poi è innegabile che pure la cultura ha contato, se non altro nei secoli più recenti: la sinistra è stata ritenuta a lungo la mano impura (non è un caso se Eva coglie la mela del peccato proprio con la sinistra) e così fino a pochissimo tempo fa i mancini venivano corretti nella scrittura a suon di bacchettate. CANI E GATTI, MANCINI PER CASO Oggi non succede più, ma non per questo pare che potremo arrivare a una distribuzione paritaria delle preferenze manuali, proprio perché essere destrimani affonda le sue origini nella nostra biologia evolutiva. Resteremo perciò l'unica specie con una spiccata propensione all'uso della destra: anche il cervello animale non è simmetrico nelle sue funzioni però, come spiega Tommasi, «Esistono preferenze per l'uso di un lato a livello individuale e di popolazione, ma in questo secondo caso le percentuali sono spesso meno spiccate rispetto all'uomo». Troveremo quindi gatti mancini o destri, ma il gatto come specie non ha una predilezione marcata come l'uomo; lo stesso vale fra i primati, gli scimpanzé per esempio sono destrimani solo per il 60-70 per cento. L'eccezione che conferma la regola? I pappagalli, in particolare quelli della famiglia dei Cacatuidi, i grossi pappagalli caratterizzati dal "ciuffo" sulla testa (v. foto nelle pagine precedenti): in molte specie c'è una preferenza per la zampa con cui afferrare gli oggetti che arriva all'85 o perfino al 100 %. Però, a differenza nostra, è la sinistra.

Newspaper metadata:

Source: Focus

Country: Italy

Media: Periodics

Author: di Raffaella

Procnzano

Date: 2021/01/01

Pages: 58 -

Web source:

A CHE GIOCO GIOCHIAMO?

E anche le feste di Natale sono arrivate. Che ci si ritrovi in famiglia a cerchie ristrette o moderatamente allargate poco importa. Di sicuro, su molte tavole italiane, una volta ripuliti i resti di panettone e frutta secca, hanno fatto la loro comparsa i giochi da tavolo, un modo per continuare a stare tutti insieme. **REGOLE SEMPLICI** Ma si fa presto a dire "gioco da tavolo": ce ne sono di tutti i tipi, adatti a ogni sorta di giocatori. Sì, perché la scelta della partita sulla quale impegnarsi dipende soprattutto dalla personalità di ognuno di noi, come ha scoperto Nick Yee, studioso Usa di scienze sociali, che ha diviso i giocatori a seconda delle loro caratteristiche psicologiche (vedi riquadro nella pagina accanto). Va tenuto presente che la classificazione di Yee vale soprattutto per gli appassionati di giochi da tavolo, gli "hard gamers", che li utilizzano tutto mentre i giocatori occasionali, quelli "natalizi" insomma, usano soprattutto i giochi che Yee chiama "accessibili" (e che nel suo schema ricadono nel secondo sottotipo di giocatori), vale a dire quelli che non hanno regole complicate e che spesso sono adatti a ogni età, ovvero le scatole che tutti abbiamo in casa: Cluedo, Taboo, Risiko, Monopoly, Scarabeo ecc. «È normale che sia così, quando intorno a un tavolo si riuniscono persone poco esperte di giochi in scatola, o ci sono dei bambini, la scelta di titoli in cui la strategia non è molto importante è inevitabile», fa notare Dario De Toffoli, fondatore di Studiogiocchi, esperto di discipline mentali e giocatore più volte medagliato alle Olimpiadi della mente di Londra. **ESTROVERSI E PIACEVOLI** Eppure, anche i giocatori "da feste natalizie" non sono tutti uguali e c'è chi si è occupato di capirne psicologia e abitudini. Corey Butler, psicologo sociale all'Università Southwest Minnesota, scacchista e hard gamer, conduce studi che hanno per oggetto proprio i giocatori da tavolo. «Ogni partita in fondo è una simulazione della realtà, e rende possibile osservare elementi molto interessanti per gli **psicologi** come l'autostima, la necessità di prendere decisioni, le motivazioni», dice Butler. Lo studioso ha messo in relazione i cinque tratti della personalità che gli **psicologi** chiamano "Big Five" (vedi riquadro all'inizio del servizio) e che servono proprio per caratterizzare ognuno di noi, con le preferenze dei giocatori, ottenendo così la personalità ideale per ogni "scatola". Per questo, Focus ha chiesto all'esperto di caratterizzare le personalità più adatte ad alcuni dei giochi più diffusi nelle case degli italiani (il risultato nel riquadro in questa pagina). «In generale, tratti della personalità più correlati alle scelte di gioco sono l'estroversione e la piacevolezza. Che, attenzione, non sono la stessa cosa: si può essere introversi e piacevoli oppure estroversi e un po' "carogne". Le persone più piacevoli Gli strateghi Quelli che amano i conflitti Si divertono ad affinare e testare le loro Preferiscono rubare risorse a un capacità intellettuali. Vogliono pensare e altro giocatore, bloccarne il pianificare, per cui apprezzano i giochi movimento o attaccare e che premiano le decisioni giuste, dove distruggere direttamente le sue l'abilità (piuttosto che la fortuna) è proprietà. Preferiscono i giochi in decisiva per il risultato. Amano provare cui nessun risultato è certo finché giochi nuovi. Molti hanno un alto tutte le azioni non si risolvono. bisogno di vincere e sono Alcuni amano manipolare gli altri particolarmente felici quando il margine partecipanti nei giochi in cui è di vittoria è schiacciante. importante negoziare. **ESEMPIO:** Antiquity, Monopoly, **ESEMPIO:** Diplomacy, Game of Risiko, Scacchi. Thrones. Chi gioca per divertimento Apprezzano l'interazione sociale e soprattutto le risate condivise che i giochi di società possono suscitare. Per loro, i giochi da tavolo sono solo il mezzo per un divertente incontro sociale. Molti amano i giochi cooperativi e preferiscono fare squadra con altri giocatori invece di batterli. Altri amano la componente fortuna perché gli elementi casuali mettono allo stesso livello principianti e veterani, rendendo incerto l'esito del gioco. Quasi tutti desiderano la semplicità delle regole. **ESEMPIO:** Cranium, Taboo, Uno, Scarabeo, Cluedo, Pictionary. scatola. Gli strateghi Quelli che amano i conflitti Si divertono ad affinare e testare le loro Preferiscono rubare risorse a un capacità intellettuali. Vogliono pensare e altro giocatore, bloccarne il pianificare, per cui apprezzano i giochi movimento o attaccare e che premiano le decisioni giuste, dove distruggere direttamente le sue l'abilità (piuttosto che la fortuna) è proprietà. Preferiscono i giochi in decisiva per il risultato. Amano provare cui nessun risultato è certo finché giochi nuovi. Molti hanno un alto tutte le azioni non si risolvono. bisogno di vincere e sono Alcuni amano manipolare gli altri particolarmente felici quando il margine partecipanti nei giochi in cui è di vittoria è schiacciante. importante negoziare. **ESEMPIO:** Antiquity, Monopoly, **ESEMPIO:** Diplomacy, Game of Risiko, Scacchi. Thrones. Chi gioca per divertimento Apprezzano l'interazione sociale e soprattutto le risate condivise che i giochi di società possono suscitare. Per loro, i giochi da tavolo sono solo il mezzo per un divertente incontro sociale. Molti amano i giochi cooperativi e preferiscono fare squadra con altri giocatori invece di batterli. Altri amano la componente fortuna perché gli elementi casuali mettono allo stesso livello principianti e veterani, rendendo incerto l'esito del gioco. Quasi tutti desiderano la semplicità delle regole. **ESEMPIO:** Cranium, Taboo, Uno, Scarabeo, Cluedo, Pictionary. Amanti delle

Newspaper metadata:

Source: Focus

Country: Italy

Media: Periodics

Author: di Raffaella

Procnzano

Date: 2021/01/01

Pages: 58 -

Web source:

ambientazioni fantastiche Si divertono ad assumere un ruolo in un mondo alternativo credibile, con tradizioni, storia, cultura e personaggi interessanti. Apprezzano la possibilità di personalizzare il proprio personaggio/protagonista del gioco. ESEMPIO: Lord of the rings.amano i giochi cooperativi, quelli in cui non c'è un avversario da battere, quelle estroverse spesso apprezzano i giochi in cui la fortuna è una componente importante, per esempio in cui bisogna lanciare dei dadi», aggiunge Butler. QUEL CHE PIACE A LEI «Va considerato comunque che le correlazioni tra tipo di gioco e personalità del giocatore non sono molto forti. Esistono molte eccezioni: io stesso sono uno scacchista estroverso», scherza Butler. Le persone più competitive, per esempio, amano poco i giochi cooperativi (forse perché non danno l'opportunità di mettersi alla prova e sviluppare le proprie abilità), ma la correlazione è bassa. In realtà, gli individui ipercompetitivi non amano cooperare perché non possono vincere, ma non disprezzano questo tipo di giochi perché comunque non possono perdere. Allo stesso modo, si potrebbe pensare che le persone piacevoli non amino i giochi in cui è molto alto il conflitto e in particolare le simulazioni di battaglie (Risiko per esempio): «Le mie ricerche dimostrano però che, anche se non li preferiscono, non li detestano poi così tanto. Si tratta di persone piacevoli e alla fine si adattano ai gusti degli altri giocatori, per cui se si trovano di fronte un gioco di guerra non protestano più di tanto», fa notare Butler. Al contrario, i giocatori con un forte tratto di nevroticismo (una dimensione continua della personalità, che va da emotivamente instabile da un lato, a calmo o emotivamente stabile dall'altro) sono particolarmente motivati a evitare di perdere. È probabile che tali esperienze inneschino dentro di loro una cascata di emozioni negative come frustrazione, delusione, rabbia e risentimento. E ci sono differenze tra gusti maschili e femminili: secondo le indagini di Nick Yee, le principali motivazioni di un uomo sono la necessità di vincere, la scoperta di qualcosa di diverso e la semplicità del gioco. Per le donne è importante la semplicità delle regole e il divertimento sociale, e solo dopo viene il gusto di vincere. Insomma, per Yee, la differenza più grande tra maschi e femmine sta nell'orientamento al conflitto, visto che gli uomini hanno 3,5 volte più probabilità di avere il conflitto come motivazione primaria quando si siedono per giocare. CHE SCATOLA PRENDIAMO? Esiste allora il gioco da tavolo ideale, quello che mette tutti d'accordo? «Monopoly per esempio non lo è», dice De Toffoli, «dipende troppo dalla fortuna che un giocatore ha alle prime caselle. Chi si arricchisce all'inizio poi vince di sicuro, non c'è gusto». I giochi migliori, soprattutto per famiglie sono quelli più accessibili come regole e non troppo conflittuali: «Meglio Carcassonne di Risiko, per esempio. Devono dare l'opportunità di discutere con gli altri giocatori e di usare un minimo di strategia, così diventano divertenti», aggiunge Butler. In generale, secondo l'esperto, i giochi non devono richiedere troppe scelte al giocatore: al massimo quelli più complicati dovrebbero avere 7 opzioni diverse, altrimenti si rischia il sovraccarico cognitivo e ci si annoia. «Inoltre, quando si gioca tra non esperti una partita dovrebbe durare una o due ore, non di più», conclude Butler. L'importante è che la struttura del gioco non sia frustrante: vanno evitati quei giochi in cui, quando si è vicini alla vittoria, la sorte potrebbe far perdere tutto: «Ho verificato che in quei casi può montare la rabbia, guastando le feste a tutti. Un po' come quando sei in coda e qualcuno ti si mette davanti: pensavi di essere arrivato e ti ricacciano indietro, risentirsi è inevitabile», dice ancora l'esperto. I giochi migliori sono quelli capaci di indurre il cosiddetto "flusso", la totale immersione in ciò che si sta facendo, perché hanno ritmo e non annoiano. A questo punto... Dai venite tutti qui! Tiriamo fuori la tombola.

Newspaper metadata:

Source: Focus D&R

Author: Lidia Di Simone

Country: Italy

Date: 2021/01/01

Media: Periodics

Pages: 26 -

Web source:

LA SOLITUDINE CAMBIA IL NOSTRO CERVELLO?

IL DISTANZIAMENTO SOCIALE, ADESSO INDISPENSABILE CONTRO IL VIRUS, INFLUISCE SUL NOSTRO BENESSERE PSICOLOGICO. MA NON SOLO: PUÒ COMPORTARE PERSINO CAMBIAMENTI NELLE DIMENSIONI DEL NOSTRO ENCEFALO. S ramo animali sociali, così la pandemia e il lockdown ci stanno portando a chiederci quanto la solitudine possa influire sul nostro modo di pensare. Molto, ovviamente. E c'è una novità: incidono persino sulla grandezza del cervello! GLI EFFETTI DELL'ISOLAMENTO. L'ambiente sociale protetto su cui pensavamo di poter contare si è dissolto con il ritorno di un vecchio spettro dei secoli passati, il morbo invisibile, che ci ha costretto all'isolamento aumentando la nostra sensazione di vulnerabilità. Quello che però si è scoperto è che il cambiamento non incide solo sulla psiche, ma anche sulle performance del nostro cervello e sulla sua fisiologia. In uno studio tedesco pubblicato sul New England journal of medicine, sono stati valutati gli effetti del lungo isolamento su nove esploratori polari impegnati in una spedizione antartica. La risonanza magnetica sull'encefalo di questi uomini e donne con alle spalle 14 mesi in Antartide ha rivelato una ridotta rigenerazione dei neuroni. In sostanza questo gruppo, sottoposto ad analisi pre e post spedizione, ha mostrato cambiamenti nel volume dell'ippocampo e nella materia grigia del cervello, oltre a una degenerazione delle prestazioni cognitive. Si sapeva che chi passa l'inverno in semi solitudine nelle aree glaciali del globo evidenzia disfunzioni sociali in quei mesi. A quanto pare il responsabile è il giro dentato dell'ippocampo, che nel caso degli esploratori si è ridotto del 7% durante la spedizione. E i test hanno dimostrato anche un peggioramento nell'elaborazione spaziale, cioè la capacità di posizionare un oggetto nello spazio, e nell'attenzione selettiva, ovvero il riuscire a concentrarsi su qualcosa per un certo lasso di tempo. UN CIRCOLO VIZIOSO. Le ricerche in corso stanno evidenziando che, anche quando il soggetto rientra in un contesto sociale, le sue sensazioni sono comunque distorte e la capacità di interagire con gli altri è compromessa. Insomma: noi siamo quello che siamo in relazione agli altri; quando il rapporto con l'esterno viene meno, cambia in modo automatico anche la capacità di regolare propri pensieri, sentimenti e reazioni. Si entra facilmente nel "loop della solitudine", una combinazione tossica di bassa autostima, stress, pessimismo, ostilità e ansia che generano alla fine una ulteriore tendenza a ritirarsi. Lo spiega bene un signore inglese che faceva parte del campione osservato da uno di questi studi, dopo cinque anni di vita isolata in un cottage nella campagna gallese: "Quando sei solo inizi a perdere il senso di chi sei". Non bastasse, alcuni studi sui ratti hanno evidenziato come gli esemplari che vivono da soli vengano evitati da quelli che hanno più contatti. Le esperienze sociali, insomma, rendono perfino più attraente un individuo. I RISCHI. Concludendo: la solitudine ci fa male, se non per brevi periodi o nei momenti in cui abbiamo bisogno di riflettere su noi stessi. Saperlo può spingerci a compiere uno sforzo per superarla, anche quando ci sembra di stare bene nel nostro "bozzolo" (come nella sindrome da lockdown di cui si parla molto in questi mesi). I mezzi per farlo oggi non ci mancano: esistono le videochiamate e i corsi online... se proprio non ce la sentiamo di offrire un caffè al vicino di casa.

**Newspaper metadata:**

Source: Focus D&R

Author:

Country: Italy

Date: 2021/01/01

Media: Periodics

Pages: 29 -

Web source:

Siamo meglio degli altri?

La maggior parte delle persone è vittima del cosiddetto "effetto del superiore alla media", ossia dell'illusione di essere migliore degli altri (più competente, intelligente, onesto, generoso ecc.). Da uno studio dell'Università di Stoccolma, emerge per esempio che circa l'80% degli automobilisti si considera un guidatore superiore alla media. Ciò perché la nostra memoria ci aiuta a mantenere un'immagine positiva di noi stessi: ricordiamo meglio gli eventi che rinforzano la nostra autostima. E ci inganniamo anche nell'interpretazione dei fatti: molte ricerche hanno, infatti, dimostrato che tendiamo a non riconoscerci la responsabilità degli insuccessi, invocando la sfortuna o la colpa altrui, mentre attribuiamo il merito dei risultati positivi alle nostre abilità e al nostro impegno. E sopravvalutiamo chi ci è legato: il 95% delle persone giudica il proprio partner più in gamba e bello della media. Tendiamo anche a crearci una visione rosea del futuro, convincendoci che le cose andranno come noi lo desideriamo

Newspaper metadata:

Source: Focus D&R

Author:

Country: Italy

Date: 2021/01/01

Media: Periodics

Pages: 30 -

Web source:

DAI GUSTI ARTISTICI SI CAPISCE LA PERSONALITÀ?

OGNUNO HA LE SUE PREFERENZE IN FATTO LETTERATURA E PITTURA, MA CI SONO CARATTERI CHIUSI INCLINI ALL'IMPRESSIONISMO OPPURE ESTROVERSI AFFEZIONATI AL CUBISMO. alla personalità si possono prevedere le preferenze artistiche e letterarie, così come è vero il contrario. Lo psicologo Tomas Chamorro-Premuzic, dell'Università di Londra, ha messo in relazione il giudizio di 90.000 volontari, dai 13 ai 90 anni, su 24 dipinti e i risultati da loro ottenuti al test di personalità "Big five", che valuta cinque fattori: estroversione, apertura mentale, stabilità emotiva, amicalità e coscienziosità. È emerso che le opere cubiste sono apprezzate dagli estroversi mentre chi predilige i dipinti impressionisti risulta essere amabile e scrupoloso ma poco aperto verso le nuove esperienze. LA CULTURA AIUTA. Una serie di ricerche delle università del Texas, del New England (Australia) e di Nijmegen (Olanda), ha dato risultati interessanti riguardo alle letture. I classici della letteratura, le pagine culturali dei quotidiani, le poesie, i libri d'arte e di psicologia sono associati a una buona apertura mentale. Che ha anche chi si dedica a letture scientifiche, con in più una particolare inclinazione alla scrupolosità. Gli amanti del gossip e dei romanzi rosa sono, in genere, molto estroversi ma anche conservatori e poco propensi alle nuove esperienze. Inoltre, romanzi d'amore e serie tv sono spesso apprezzati da chi ha una forte emotività.

Newspaper metadata:

Source: Focus D&r

Author:

Country: Italy

Date: 2021/01/01

Media: Periodics

Pages: 31 -

Web source:

Perché alcuni hanno paura delle bambole?

La pediofobia, come viene chiamata la paura patologica di bambole, bambolotti e altri generi di giocattoli che assomigliano a figure umane, può colpire sia i bambini sia gli adulti. È classificata sotto la più ampia paura delle figure umanoidi, l'automatonofobia, dove rientra anche la pupafobia, il timore dei burattini. Secondo uno studio di Frank McAndrew, psicologo al Knox College in Illinois, la ragione sta nel fatto che le bambole sembrano umane, ma non lo sono. Il nostro cervello, che è abituato a riscontrare nella faccia dei nostri simili informazioni sulle loro intenzioni, in cerca di possibili minacce alla propria incolumità, ovviamente non riesce a trovarle su una bambola. Di conseguenza la paura, secondo McAndrew, è legata all'insicurezza: non vedendo le espressioni in una bambola, il cervello può temere le sue intenzioni.

Newspaper metadata:

Source: Focus D&R

Author:

Country: Italy

Date: 2021/01/01

Media: Periodics

Pages: 97 -

Web source:

UN PARTNER RENDE DAVVERO FELICI?

SE LO SONO CHIESTO ALCUNI IMPORTANTI STUDI. E LA RISPOSTA È... UNA SORPRESA Molti importanti studi hanno rilevato come le persone sposate nella terza età riescano a vivere meglio e più a lungo di chi vive da solo. Oggi una nuova ricerca fa il punto non sulla salute, ma sulla felicità. In uno studio che ha coinvolto oltre settemila individui dai 18 ai 60 anni, ricercatori dell'Università del Michigan hanno messo a confronto gli sposati con i single e con le persone uscite da matrimoni o da rapporti consolidati. La domanda posta era: "Pensate di aver bisogno di una relazione stabile per essere felici?". I risultati hanno un po' sorpreso gli **psicologi** americani: alla fine, non differivano molto da un gruppo all'altro. STABILITÀ EMOTIVA. In sostanza, le persone tendenzialmente "non felici" non guadagnavano in buonumore con un anello al dito. E chi ha "amato e perso", come avrebbe detto De André, se la cava comunque se può contare su una vita di relazioni, su amicizie stabili, su hobby e lavoro. E un altro dato è emerso ben chiaro ai ricercatori: le persone sulla sessantina valutano il loro grado di felicità superiore a quello di chi è più giovane. Insomma, nonostante gli acciacchi dell'età, invecchiare porta alla stabilità emotiva. E le donne sono più felici degli uomini. Forse perché quello che conta di più è imparare a volersi bene, e per molti è il lavoro di una vita.

Newspaper metadata:

Source: Vivere Lo Yoga
Country: Italy
Media: Periodics

Author: di Manuel
Mauri
Date: 2021/01/01
Pages: 40 -

Web source:

La pause che, danno significato alla vita

Per riuscire a dare una direzione, un senso, alla nostra esistenza, non possiamo pensare di vivere costantemente immersi in un flusso ininterrotto di situazioni, senza mai riuscire a riflettere sulle conseguenze delle nostre scelte. Non di rado, infatti, le persone si trovano impegnate in attività che li lasciano esausti, non appagati, come se fossero soggiogati da una routine che, anziché restituirci un senso di controllo e appagamento, finisce per controllarli. Dobbiamo imparare a rallentare, in un mondo in cui tutti corrono, per scegliere consapevolmente la direzione migliore che vogliamo dare alla nostra vita, aumentare il benessere senza riempire il nostro tempo di cose inutili che tolgono energia e ci allontanano sempre di più da noi stessi. LA PERENNE RINCORSA Prendersi una pausa significa ridurre la velocità, ma non coincide "goderci quello che già abbiamo? Le, spingendoci a uniformarci. La natura non ha fretta, eppure tutto si realizza." Lao Tsu certamente con vivere nell'apatia. L'opposto è un comportamento affannato, dove rincorriamo qualcosa che sfugge e che, più ci ostiniamo a raggiungerlo, più si allontana. Rallentare significa prendersi il tempo per gustare un'esperienza invece che consumarla senza assaporarne il gusto, con l'ansia di ricavarne subito un'altra per non perdersi nulla. La tendenza generale è, infatti, quella di accelerare le esperienze per consumarne sempre di più e in minor tempo. Questo modello di vita porta inevitabilmente a un'esistenza superficiale motivata dall'illusione che accelerando arriveremo prima alla meta. In realtà, è proprio la rincorsa affannosa che non ci lascia il tempo di godere gli accadimenti e ci fa vivere in una costante ricerca, facendoci perdere il nostro bene più prezioso: noi stessi. IL VUOTO DA COLMARE Se prendersi una pausa porta così tanti benefici, perché risulta così difficile farlo? Perché inseguiamo più facilmente l'illusione di un futuro benessere (che ci esaurisce senza mai soddisfarci pienamente), invece che fermarci e imparare a La tendenza a uniformarci all'ambiente circostante è una forma di "intelligenza arcaica" che ci ha permesso di mimetizzarci per sfuggire a potenziali minacce... Anche se nella società odierna pericoli reali sono molto limitati, il giudizio altrui, la possibilità di essere esclusi o apparire "fuori luogo"; hanno preso il posto delle "minacce" del passato e, per questo, spaventano molte persone. Uniformarsi al pensiero comune spinge l'individuo a una chiusura mentale in cui evita il confronto con se stesso per paura di scoprire che i suoi desideri non coincidono con le sue azioni o, peggio ancora, che agendo seguendo i suoi "sentimenti" scatenerebbe critiche e giudizi negativi. L'ossessione di essere esclusi, bollati come "quelli strani che fanno sempre i diversi"; "quelli che non si accontentano mai" o "gli inquieti che vogliono apparire a tutti i costi mina la nostra capacità decisionale. Alla base della scelta di vivere compulsivamente, rincorrendo una promessa di felicità, resta un vuoto incolmabile da riempire, fatto di angosce e turbamenti. Non a caso, infatti, ciascuno colma questi "spazi" assecondando la propria natura: ingozzandosi a dismisura, vivendo in modo iperattivo... Qualsiasi "soluzione" adottata, in realtà, serve solo a mascherare l'insoddisfazione e la frustrazione, anestetizzandole con continue "distrazioni" che lo allontanano dalla possibilità di ascoltarsi veramente. La fuga da se stessi è uno dei principali problemi che affligge gli esseri umani fin dalla notte dei tempi. COLTIVARE MOMENTI DI PRESENZA La capacità di "guardarsi dentro" è la chiave di una vita serena e di un benessere duraturo. Per superare i condizionamenti e calarci in noi stessi, abbiamo bisogno di tempo, dobbiamo poter esplorare le nostre intime convinzioni per scoprire quante sono autentiche e quante sono frutto di condizionamenti esterni. Per questo, anche nelle regole di condotta suggerite dallo Yoga, troviamo alcune indicazioni che possono farci riflettere sull'importanza di prendersi una pausa e dei benefici che ne derivano. Aparigraha, normalmente, viene associato al "non possesso"; ma una traduzione più estensiva potrebbe inquadrarlo in una forma di rispetto dei limiti. In quest'ottica, l'equilibrio tra il "fare" e il "non fare": appare evidente. Per ottenere un miglior risultato, dobbiamo capire quando accelerare, rallentare e fermarci. Ampliando ulteriormente l'arco di una possibile interpretazione, potremmo tradurlo in "non indulgere"; anche in questo caso, si espliciterebbe chiaramente la necessità di agire, ma senza restare invischiati nell'azione, specificando che ogni cosa non deve protrarsi oltre un certo limite. Esiste, quindi, un momento per l'azione e uno per il riposo. Occorre comprendere che non possiamo classificare ogni gesto come giusto o sbagliato (fare o non fare), ma dobbiamo ricercare un bilanciamento tra le parti. È nella pausa tra un'azione e l'altra che sviluppiamo l'ascolto di noi stessi; è nel gestire il tempo dedicato a ogni cosa che troviamo la giusta misura. Solo così potremo ambire a trasformarci in una versione migliore di noi stessi, evolvendo attraverso la sperimentazione e l'osservazione del nostro "io" più profondo.*

Newspaper metadata:

Source: Vivere Lo Yoga

Author:

Country: Italy

Date: 2021/01/01

Media: Periodics

Pages: 84 -

Web source:

PREOCCUPATO PER IL FUTURO?

Quello che stiamo vivendo è un tem-po d'instabilità e incertezze che, inevitabilmente, ci mette in ansia per il nostro futuro che appare sempre più vago, instabile e indefinito. Tuttavia, abbiamo diverse risorse per affrontare questa situazione. Le Costellazioni Familiari, Sistemiche e Spirituali sviluppate da Bert Hellinger ci ricordano come gli appartenenti alla stessa genealogia siano interconnessi in un sistema che è armonico solo quando sono rispettati gli ordini dell'amore. Ovvero: tutti nella famiglia hanno pari diritto di appartenenza, chi viene prima ha priorità su chi viene dopo e ci deve essere equilibrio tra il dare e il ricevere (salvo eccezioni: i genitori danno, i figli prendono). Non rispettare tali regole porta a un disordine del sistema. I nostri avi possono diventare una risorsa. Questa meditazione può esservi d'aiuto: immaginate dietro di voi vostro padre, sulla destra, e vostra madre, sulla sinistra, che pongono le mani sulle vostre spalle e, accanto a loro, tutti i loro fratelli e sorelle (gli zii), vivi o morti, e onorateli come parte della famiglia percependo tutto il loro sostegno e amore incondizionato verso di voi. Ricordate che nulla può escludere o ridurre questo amore. Ora, avvertite il contatto dei genitori e ripetete mentalmente queste paro-le: «Io sono il/la piccolo/a, voi siete i grandi». E percepite il loro amore, il loro sostegno e la loro forza. Prendete, assorbite, finché non vi sentirete appagati. Ora percepite dietro di loro i vostri nonni che, con amore e orgoglio guardano a voi e vi sostengono. Andate indietro nel tempo, altre due, tre, quattro generazioni, percepite con gratitudine quanto amore, supporto ed energia esiste alle vostre spalle. Assorbite incondizionatamente finché vi sentirete appagati e rasserenati. Un'altra utile risorsa per affrontare ansie e incertezze sono i fiori di Bach, archetipi floreali di stati d'animo ai quali potete ispirarvi, mentre ne assumete l'essenza, per evocare le vostre innate risorse e capacità di adattamento. Quelli più corrispondenti all'ansia sono: Aspen, quando si desidera passare dai presentimenti vaghi e indefiniti alla centratura su se stessi; White Chestnut per chi è pre- da di pensieri ossessivi e desidera pace interiore; Agrimony per chi nasconde i propri tormenti dietro una maschera di allegria e necessita di armonia; Impatiens per chi, preda dell'ansia di anticipazione, necessita di tranquillità e pazienza. Tutti inclusi nel composto Resource GoodNight (Sonno Sereno). Impatiens anche nei composti Resource Remedy (Relax no Stress) e Resource Harmony (Armonia Femminile). Quelli più connessi all'incertezza sono: Scleranthus per chi è indeciso tra due alternative; Wild Oat per chi, incerto sulla propria strada, intraprende molte attività e progetti, ma difficilmente li porta a termine; Cerato per chi, non fidandosi del proprio intuito, chiede consiglio agli altri, rischiando di perdere le proprie certezze; Gentian per chi si fa abbattere dai contrattempi e dagli ostacoli e necessita maggiore fiducia; Gorse per chi, pessimista, ha rinunciato a combattere e necessita di ritrovare la speranza; Hornbeam per chi si stanca al solo pensiero dei propri compiti e abbisogna di agire con vigore. Scleranthus, oltre che nei citati Resource GoodNight e Harmony, si trova insieme a Cerato, Hornbeam e Gentian in Resource Confidence (Autostima e Fiducia). Hornbeam incluso anche in Resource EnerJoy (Energia e Vitalità). Scegliamo di muoverci con fiducia verso il futuro, partendo dall'essere presenti e consapevoli delle nostre risorse!

Newspaper metadata:

Source: Gente
Country: Italy
Media: Periodics

Author: di Gaetano
Zoccali
Date: 2021/01/08
Pages: 90 -

Web source:

in chiusura d#'anno monta la solitudine

Le feste comandate sono il momento in cui normalmente - strano ma vero - il senso di solitudine per molti si accentua. Nel periodo in cui avere una famiglia vicina e gioiosa sembra quasi un dovere, tante persone si sentono inadeguate e a disagio, provano la sensazione di essere sole. Che succede, dunque, in un anno anomalo come questo - che di per sé ci obbliga all'isolamento - e per di più con la notizia di una minacciosa quarta variante del virus appena giunta da Oltremania, proprio quando credevamo di essere quasi fuori dalla pandemia? La prova è davvero dura, e ce lo state raccontando anche voi, con le vostre telefonate al numero di assistenza psicologica Gente ti aiuta!, il 329.4059191, istituito dal nostro giornale a titolo gratuito e anonimo per dare conforto ai lettori che in questo periodo provano ansia e depressione dovuti alle paure della pandemia. Le Feste per molti di voi sono diventate una preoccupazione: non solo il ritrovarsi da soli, ma anche i pranzi e le cene con i pochi familiari consentiti possono diventare fonte di angoscia. Tra le persone che ci hanno chiesto sostegno, Roberto (il nome è di fantasia) ha accettato di condividere la sua storia a grandi linee, perché gli **psicologi** di Lighea, che rispondono al nostro telefono amico, l'hanno ritenuta di utilità per tutti i lettori. Roberto ha 75 anni e vive con la moglie, mentre i due figli stanno non lontano, con le loro famiglie. Non si stanno vedendo, anche se le chiamate e le videochiamate tra loro sono costanti. Sono tutti nello stesso paese e fanno parte di una famiglia allargata molto numerosa: Roberto, che è in pensione, ha cinque tra fratelli e sorelle, tutti con figli e nipoti. La maggior parte di loro lavora nell'azienda di famiglia. «Siamo sempre stati abituati a stare insieme per condividere ogni momento importante. Per le Feste di solito ci troviamo tutti, mio fratello ha una casa molto grande e passiamo lì sia il Natale sia il Capodanno. Quest'anno niente, non so come faremo», ha raccontato alla psicologa di Lighea Benedetta Tocchini. Il tema della solitudine o del timore della solitudine ricorre spesso nelle vostre chiamate. «Il Natale è un momento sempre delicato», spiega la dottoressa, «le emozioni si fanno più forti, risuonano di più. È un tempo di bilanci, di condivisione, di aspettative, e le fragilità si amplificano». Per Roberto e sua moglie accettare la nuova solitudine appare difficile. «A volte mi sento perso, mia moglie la sta prendendo meglio di me, anche se le stre chiamate. «Il Natale è un momento sempre delicato», spiega la dottoressa, «le emozioni si fanno più forti, risuonano di più. È un tempo di bilanci, di condivisione, di aspettative, e le fragilità si amplificano». Per Roberto e sua moglie accettare la nuova solitudine appare difficile. «A volte mi sento perso, mia moglie la sta prendendo meglio di me, anche se le mancano i nipotini. Io a volte mi sveglio e non riesco a dare senso alle giornate. Le Feste mi preoccupano, come farò? Da sempre le passo con fratelli e sorelle». Tocchini spiega: «Il Natale è simbolo di famiglia, di unione, di vicinanza ed è il momento in cui si dimostrano gli affetti. Si tratta, quest'anno, di capire che sarà necessario trovare modi nuovi di stare vicini, come questo virus ci ha costretti a fare, e dare un nuovo significato a queste festività. E, magari, cogliere l'occasione per guardarsi dentro, per una festa che può diventare meno rumorosa e allegra, certo, ma anche più intima». C'è poi un altro elemento che emerge in maniera forte dalle parole di Roberto: se da un lato l'idea della solitudine spaventa, dall'altra anche l'ipotesi della vicinanza fa altrettanta paura. «D'altra parte», dice Roberto, «io non voglio vedere proprio nessuno, neanche all'aperto con mascherine e a distanza. Cosa ne so io se gli altri si proteggono o sono imprudenti? Anche i miei figli eh, sebbene lavorino in casa, ma non si sa mai!». È proprio la paura la caratteristica di questo momento storico: «È importante bilanciare le ansie e i timori con gli elementi di razionalità e di oggettività. Imparare a monitorare i propri stati d'animo e a riconoscerli il più possibile, per gestirli e non sentirsi sopraffatti», spiega Tocchini. «La paura è un'emozione importante che non va demonizzata, perché ci salva da situazioni di pericolo. Allo stesso tempo, se diventa terrore c'è bisogno di ricorrere alla razionalità per ritornare all'equilibrio». Un fattore decisivo, l'equilibrio, per ritrovare la fiducia negli altri, che altrimenti rischiamo di guardare solo come potenziali untori, dimenticando che tutti insieme stiamo combattendo la stessa battaglia. Proprio per non sentirci soli in questa sfida, oltre al sostegno telefonico, Gente e Lighea hanno pensato di mettere in contatto alcuni lettori che, telefonando, esprimono il desiderio di volersi confrontare, oltre che con lo specialista, con persone che vivono una situazione simile alla loro, valutandone ovviamente l'opportunità proprio con lo psicologo. In più organizzeremo dei forum, cioè incontri telefonici di gruppo, tra queste persone. Chiunque fosse interessato può comunicare fin d'ora la propria disponibilità al nostro numero amico che vedete nel riquadro in alto.