



Mezzopieno News

LE BUONE NOTIZIE CHE CAMBIANO IL MONDO

Dicembre 2023 / Gennaio 2024

poste Italiane s.p.a. - Spedizione in abbonamento postale n. 1941/2019

Publicazione informativa no-profit ISSN 2975-1381

FRANCESCO GIORGINO

Giornalista, conduttore

“Allenarsi a considerare l’opportunità di punti di vista alternativi”

Intervista esclusiva per Mezzopieno News >> pag. 16/17



MEZZOPIENOfocus

L’arte della diplomazia
Pag. 8



MEZZOPIENOincontra

La fattoria naturale Shizen
Pag. 24



MEZZOPIENOmondo

Per la prima volta un tetraplegico recupera i sensi
Pag. 5



MEZZOPIENOItalia

Arriva la nuova figura dell’infermiere di famiglia
Pag. 13



MEZZOPIENOlavoro

Cambiare il modo in cui il lavoro si rapporta con le abilità
Pag. 20



MEZZOPIENINO

Auguri gentili
Pag. 28



MEZZOPIENOparole

Entrare nel dolore non curato degli altri
Pag. 23

SCRIVERESISTERE

Se l’orologio della vita potesse parlare
Pag. 21



Mezzopieno News è una pubblicazione bimestrale frutto del lavoro giornalistico e della ricerca della rete italiana della positività Mezzopieno, dei suoi membri, dell'Ufficio studi, delle Redazioni gentili locali, dei professionisti e dei volontari della sua comunità. Ogni articolo è un'elaborazione originale e riporta fatti reali. Le fonti originali sono verificate secondo un protocollo di fact checking e citate per esteso.



Mezzopieno News è gratuito e libero da pubblicità e sponsorizzazioni ed è distribuito secondo il principio dell'economia del dono. Nessuno può richiedere denaro o compensi per la sua distribuzione, la quale non ha obiettivo di generare profitto ma di diffondere la cultura della positività e dell'approccio collaborativo. La pubblicazione e l'attività del movimento Mezzopieno sono sostenuti da lavoro volontario e professionale e dalle donazioni e i contributi liberi e consapevoli che permettono di perpetrare tutte le iniziative del movimento anche alle persone che non hanno i mezzi per sostenerle economicamente. Nessun diritto d'autore è applicato per la proprietà intellettuale degli articoli. Tutto il materiale è di libera distribuzione e riproducibile citando la fonte Mezzopieno News.



SE CREDI NELLA BELLEZZA E NELLA POSITIVITÀ, CONDIVIDILA
Mezzopieno News è distribuito attraverso il contributo volontario dei membri e dei simpatizzanti, attraverso il sistema del passaparola, di mano in mano, con la consegna diretta e personale e attraverso il Cerchio della gratitudine (vedi sez. progetti). Consulta il sito per collaborare.

UNA NUOVA CANNUCIA RENDE POTABILE OGNI ACQUA

Secondo recenti dati UNICEF, nel mondo due miliardi e duecento milioni di persone non dispongono di servizi idrici gestiti in maniera sicura, di queste poco meno di 900 milioni non hanno alcun accesso all'acqua potabile. L'utilizzo di acqua contaminata è

collegata all'insorgere di malattie come colera, dissenteria, epatite A, febbre tifoide e dracunculiasi. Proprio per prevenire la diffusione di quest'ultima malattia, anche nota come verme della Guinea, nel 1999 veniva inventato il primo prototipo di cannuccia in grado di rimuovere dall'acqua le larve di tali parassiti.

Dopo anni di ricerche e successivi sviluppi, è ora disponibile sul mercato la cannuccia della vita, LifeStraw, dotata di un filtro che elimina il 99,9% di impurità, parassiti e germi presenti nell'acqua non potabile, rendendola così sicura per il consumo umano. Lunga circa 20 centimetri, LifeStraw non utilizza batterie né prodotti chimici e può essere utilizzata per succhiare l'acqua direttamente da fiumi o laghi, proprio come una normale cannuccia. Per mantenere pulito il sistema meccanico di filtraggio è sufficiente soffiare l'aria nella direzione opposta dopo aver bevuto.

Lo sforzo per eradicare la dracunculiasi, che nel 1986 contava 3,5 milioni di casi tra Asia ed Africa, è proseguito raggiungendo nel 2022 il minimo storico di contagi con soltanto 13 casi riportati in tutto il mondo.

Fonte: Life Straw; Carter Center



I TELEFONI DEL VENTO PER SALUTARE CHI NON C'È PIÙ

In un bosco a sei chilometri da Olympia, la capitale dello stato di Washington negli Stati Uniti, si trova un vecchio telefono a disco attraverso il quale le persone possono pronunciare ad alta voce le parole che avrebbero voluto rivolgere ai propri cari che sono mancati. Il "telefono del vento" si trova al di fuori del sentiero e non è connesso alla linea telefonica. Lo ha installato abusivamente alla fine del 2020 Corey Dembeck, veterano dell'esercito ed ex fotogiornalista, dopo aver appreso che la bambina di un loro caro amico era morta a quattro anni per le complicazioni di un'infezione da streptococco. Dopo che numerosi residenti di Olympia hanno iniziato a utilizzare il telefono, la città ha riconosciuto l'originale apparecchio rimuovendolo dal vecchio cedro al quale era stato appeso per fissarlo su una bacheca con una targa che recita: "Questo telefono è per chiunque abbia perso qualcuno di caro. Il telefono è uno sbocco per coloro che hanno messaggi che desiderano condividere con amici e familiari. È un telefono per i ricordi e per dire gli addii che non hai mai avuto occasione di



pronunciare".

Il primo telefono del vento fu inventato nel 2010 a Ōtsuchi, in Giappone, e all'indomani dello tsunami che colpì il paese l'anno successivo, migliaia di persone lo utilizzarono per parlare con i propri cari andati dispersi nel disastro. Da allora molti nuovi telefoni sono stati installati nel mondo da quanti credono che non sia mai troppo tardi per dire un addio ai propri cari.

Fonte: Telephone of the wind

TRASFORMA LA SUA CASA IN UNA CLINICA PER I COLIBRÌ

Catia Lattouf è una donna messicana che ha trasformato il suo appartamento a Città del Messico in una clinica per colibrì malati, feriti o neonati abbandonati. Ha 73 anni e dal 2011, dopo essere sopravvissuta a un cancro al colon, ha deciso di onorare la vita e servire la natura prendendosi cura di questi uccelli

simbolo dell'anima. Sebbene non sapesse nulla di colibrì, Catia contattò un amico veterinario che gli spiegò tutto ciò di cui questi uccelli avevano bisogno, i farmaci che avrebbe dovuto fornire loro, il cibo e in generale tutte le cure che si rendevano necessarie. Questi uccelli, che la donna trova spesso

morenti, vengono curati e riabilitati nella casa di Catia e dalla sua assistente Cecilia, fino a quando non possono tornare a volare da soli. Oggi la donna è molto conosciuta e la gente le porta i piccoli uccelli



IN COLOMBIA CROLLA LA DEFORESTAZIONE DOPO LA PACE

Dopo il raggiungimento della pace con i ribelli delle FARC, le foreste della Colombia stanno vivendo un forte impatto ecologico, con una riduzione nell'ultimo anno del 29% della deforestazione in quelle che erano le aree di conflitto.

Queste fitte foreste pluviali, tra le più ricche al mondo per biodiversità, sono state una delle tante vittime della guerra civile del Paese iniziata nel 1964 e terminata con negoziati di pace che stanno mettendo tra i primi posti la tutela dell'ambiente e la riconversione dei guerriglieri in protettori della natura. Gli accordi con una ventina di fazioni scissioniste, stanno permettendo un cambiamento nelle abitudini, la moratoria sull'abbattimento di alberi e un recupero che non si registrava da decenni. Per il primo trimestre del

2023, in Amazonia la riduzione della deforestazione è stata del 76% in più rispetto allo stesso periodo del 2022. "Ciò che sento in questi incontri è una maggiore comprensione del fatto che non è possibile costruire una nuova Colombia sulla base di un ulteriore deterioramento della natura, quindi è necessario trovare una soluzione economica, sociale, politica e un processo inclusivo che sia più rispettoso della natura rispetto a prima", ha detto il ministro dell'ambiente norvegese Espen Barth Eide, tra i negoziatori della pace.

La Colombia è il Paese più ricco di biodiversità in termini di avifauna sulla terra. "C'è una

che trova in difficoltà; con circa 60 colibrì attualmente in cura, il suo ospedale è diventato un punto di riferimento non solo per la sua città ma in tutto il sud-America da cui arrivano le richieste di aiuto. "Oggi do consigli alla gente anche in Perù, Guatemala, Argentina, Chiapas, Monterrey. Mi chiedono 'Ho trovato un colibrì, cosa faccio?' Faccio consulti tramite WhatsApp", dice.

"Per me il rispetto per la vita degli animali esiste fin da quando ero piccola, perché ero boy-scout. È qualcosa che è stato radicato in me", spiega in un'intervista. "Questa specie impollina più di api, pipistrelli e farfalle, tutto il pianeta dovrebbe esserle grato".

Fonte: Associated Press

soddisfazione iniziale, ma con i piedi per terra. Il cambio di strategia ha generato un risultato, ma ora la sfida è mantenerlo l'anno prossimo", ha dichiarato il Ministro dell'Ambiente colombiano Susana Muhamad.

Fonte: Ministerio de ambiente Colombia; The Guardian



L'ARTISTA CHE DIPINGE SULLE CICHE ABBANDONATE

Da quando ha iniziato a dipingere sulle gomme da masticare gettate in terra, le sue originali miniature hanno attratto l'attenzione di migliaia di passanti. Ben Wilson è un artista inglese di 60 anni cresciuto a Barnet, nel nord di Londra, da genitori artisti che hanno sollecitato la sua creatività fin da quando era bambino. Con il tempo la sua avversione per i rifiuti industriali e per la spazzatura si è



trasformata in una vera e propria forma d'arte. Così Wilson, nel 2004, ha deciso di dipingere delle miniature ad olio e in acrilico sulle gomme da masticare gettate per strada, attirando inizialmente l'attenzione delle autorità che però non hanno interferito con il suo lavoro in quanto la superficie secca della gomma da masticare non è soggetta ad alcuna giurisdizione e non può dunque considerarsi proprietà pubblica. Nel tempo Wilson ha visto rimuovere centinaia delle sue opere dagli spazzini ma ha continuato in quella che lui definisce una "ricerca visuale nel tentativo di dare un significato al mondo". "Dipingendo un'immagine così piccola, coloro che la vedono scoprono un mondo nascosto sotto ai loro piedi", ha detto l'uomo-chewing gum in un'intervista. "Se guardano, allora possono vedere, è una questione di percezione".

Una delle gallerie più conosciute delle sue opere si trova sotto la grata in ferro del Millennium bridge di Londra, dove le gomme abbandonate non possono essere rimosse e rimangono così a disposizione delle centinaia di passanti che attraversano il ponte ogni giorno, o almeno di quanti sono capaci di vedere il mondo sotto ai loro piedi.

Fonte: Ben Wilson Chewing gum man

L'INTELLIGENZA ARTIFICIALE SCOPRE PRIMA UN TUMORE SU CINQUE



Uno studio sull'efficacia dello screening del cancro al seno ha dimostrato che grazie all'intelligenza artificiale si è in grado di individuare il 20% in più di tumori negli esami mammografici. Lo studio condotto dall'Università svedese di Lund ha rilevato che su 80.000 screening mammografici effettuati, l'accoppiamento uomo-intelligenza artificiale è stato in grado di identificare il cancro al seno in 6 donne ogni 1.000, rispetto a un tasso di 5 ogni 1.000 raggiunto dai soli medici radiologi, un miglioramento notevole e senza alcun aumento di falsi positivi. Si tratta del primo studio randomizzato e controllato che dimostra l'efficacia delle nuove tecnologie informatiche basate sulla superintelligenza nella prevenzione dei tumori e nell'allungamento delle aspettative di vita delle donne colpite da questa neoplasia. Questi dati dimostrano che l'intelligenza artificiale può aumentare la velocità, l'efficienza e l'accuratezza degli screening del cancro al seno e salvare molte vite umane. "Il più grande potenziale dell'intelligenza artificiale, in questo momento, è che potrebbe consentire ai radiologi di essere meno gravati dalla quantità eccessiva di lettura", ha detto la coautrice dello studio, la dott.ssa Kristina Lång, professore associato di diagnostica radiologica presso l'Università di Lund in Svezia. La diagnosi precoce del cancro al seno, come nel caso della maggior parte dei tumori, può aumentare significativamente il tasso di sopravvivenza, senza sostituire la figura del medico, ma aiutandolo a risparmiare tempo e a essere più preciso e minuzioso nella diagnosi.

Fonte: *The Lancet Oncology*

APPROVATO IL PRIMO FARMACO PER LA DEPRESSIONE POST-PARTO

La Food and Drug Administration statunitense ha annunciato di aver approvato il primo farmaco orale in assoluto per il trattamento della depressione post-parto. L'unica terapia finora disponibile per questo tipo di depressione era il Zulresso che necessitava di una somministrazione in infusione continua per 60 ore consecutive (2,5 giorni) e costava circa 34.000 euro. Il farmaco Sage Therapeutics, noto in fase di sviluppo come zuranolone, sarà commercializzato con il nome Zurzuvae. Il trattamento è un biofarmaco che prende di mira il sistema GABA, una via di segnalazione del sistema nervoso centrale che contribuisce alla regolazione della funzione cerebrale. Il farmaco è quello che viene chiamato un modulatore allosterico positivo dei recettori

GABA-A e viene somministrato sotto forma di una compressa al giorno in un ciclo di trattamento che dura 14 giorni. La depressione post-parto si verifica nel 10-15% delle donne ed è una condizione grave e potenzialmente pericolosa, in cui le donne sperimentano tristezza, senso di colpa, inutilità e, nei casi più gravi, pensieri di fare del male a se stessi o ai propri figli. In genere, i sintomi si sviluppano in modo insidioso nell'arco di 3 mesi. La depressione post partum interferisce con la capacità delle donne di prendersi cura di sé e del neonato, con conseguenti problemi

emotivi, sociali e cognitivi del bambino. In assenza di trattamento, la depressione post partum può anche diventare una depressione cronica.

Fonte: *Food and Drug Administration*



LA CINA HA DIMEZZATO L'INQUINAMENTO NEGLI ULTIMI 10 ANNI

La Cina 10 anni fa era uno tra i primi 3 Paesi con maggiori emissioni inquinanti al mondo, oggi non appare neanche tra le prime 15 posizioni. Da quando ha intrapreso la sua "guerra all'inquinamento", accompagnata da una serie di severe norme sull'aria pulita, il calo dei livelli di inquinamento è stato del 42,3% tra il 2013 e il 2021 (ultimo anno della rilevazione). Secondo il rapporto mondiale annuale Air Quality Life Index dell'Università di Chicago, "Senza il forte calo dell'inquinamento in Cina, l'inquinamento medio globale sarebbe leggermente aumentato dal 2013 al 2021. Grazie a questi miglioramenti della qualità dell'aria, il cittadino cinese medio può aspettarsi oggi di vivere 2,2 anni in più". Il piano del governo cinese ha inserito la riduzione dell'inquinamento negli incentivi dei funzionari governativi in modo che le promozioni dipendano

anche dai parametri ambientali raggiunti delle loro giurisdizioni; ha inoltre vietato la costruzione di nuove centrali a carbone e chiuso 27 miniere di carbone, aumentato notevolmente la produzione di energia rinnovabile; ha limitato il numero di permessi per la circolazione delle auto e installato migliaia di stazioni di monitoraggio atmosferico. Sebbene la Cina rimanga uno dei principali inquinatori al mondo, la tendenza di miglioramento è velocissima. Negli Stati Uniti, in seguito all'approvazione del Clean Air Act, ci sono voluti quasi tre decenni per ottenere la stessa percentuale di declino. In Europa, dopo la creazione dell'Agenzia europea dell'ambiente, ci sono voluti circa due decenni per ottenere una riduzione percentuale pari a quella della Cina.

Fonte: *The University of Chicago; IQAir*

PER LA PRIMA VOLTA UN TETRAPLEGICO RECUPERA I SENSI

Utilizzando impianti cerebrali, intelligenza artificiale e una nuova tecnologia di stimolazione, i ricercatori del Feinstein Institutes for Medical Research della Northwell Health di New York hanno completato il primo "doppio bypass neurale".

Paralizzato dal petto in giù, Keith Thomas, 45 anni, è il primo essere umano a utilizzare questa tecnologia e ad aver recuperato il senso del tatto perso in seguito alla tetraplegia. Un incidente subacqueo del 2020 gli provocò una lesione delle vertebre della colonna, lasciandolo incapace di muoversi e sentire dal petto in giù. "Questa è la prima volta che il cervello, il corpo e il midollo spinale sono stati collegati elettronicamente in un essere umano paralizzato per ripristinare movimenti e sensazioni durevoli", ha dichiarato il professor Chad Bouton, sviluppatore della tecnologia.

"C'è stato un tempo in cui non sapevo nemmeno se sarei vissuto, o se lo volevo, francamente. E ora, posso sentire il tocco di qualcuno che mi tiene la mano. È travolgente", ha spiegato Keith Thomas, che ora grazie un computer che utilizza l'intelligenza artificiale, può tradurre i suoi pensieri in azioni e in movimenti che stanno promuovendo e stimolando la sua funzionalità e il recupero motorio. I ricercatori hanno notato che il paziente sta iniziando ad avere la guarigione naturale dalle ferite grazie a questo nuovo approccio che potrebbe invertire parte del danno una volta per tutte. La forza delle sue braccia è più che raddoppiata e sta cominciando a provare nuove sensazioni all'avambraccio e al polso, anche quando il sistema è spento.

Fonte: *Northwell Health Institute*



ARRIVA IL PRIMO SERVIZIO POSTALE ORDINARIO CON DRONI

Le isole Orcadi, al largo delle coste scozzesi, sono il primo bacino postale che riceverà la posta tramite drone. La Royal Mail ha avviato il primo servizio che non utilizzerà gli esseri umani ma le macchine volanti per attraversare il tratto di mare che separa la terra ferma con le isole, precedentemente coperto dai traghetti che, tuttavia, per trasportare la posta subivano frequenti cancellazioni e ritardi a causa delle abituali condizioni meteorologiche avverse. Secondo il servizio postale britannico, i droni miglioreranno significativamente i tempi di consegna e abatteranno i costi, riducendo l'impatto ambientale del servizio. L'uso di questi mezzi elettrici a pilotaggio remoto per la consegna tra le isole porterà inoltre significativi miglioramenti in termini di sicurezza garantendo che i lavoratori delle poste possano consegnare tra i porti senza rischi e che i postini non debbano percorrere tragitti lunghissimi per un numero spesso molto esiguo di consegne.

La notizia arriva dopo che il governo del Regno Unito ha avviato la costruzione della prima autostrada automatizzata

per droni al mondo, un corridoio di 264 chilometri che collegherà lo spazio aereo tra Cambridge, Oxford, Rugby, Milton Keynes e Coventry, con la previsione di raggiungere anche le Isole Scilly e tutta la Scozia.

Il primo servizio di consegna con droni operativo al mondo è stato lanciato a Reykjavik nel 2017 per cibo e altri beni, tramite un veicolo volante autonomo, mentre nel 2022, la farmacia al dettaglio Boots è diventata la prima a consegnare medicinali soggetti a prescrizione tramite droni all'Isola di Wight.

Fonte: *Skysports Drone Services*



L'ECUADOR DICE BASTA ALLE TRIVELLE NELLE TERRE INDIGENE



Le foreste del parco nazionale del Choco Andino, in Amazonia, saranno rese libere dalle estrazioni petrolifere e sarà vietata per sempre l'estrazione mineraria. Il referendum sul petrolio, appena tenutosi in Ecuador, mette fine a decenni di sfruttamento delle aree indigene nel cosiddetto Blocco 43, una fascia del parco nazionale Yasuni dove vivono due tribù indigene. Il risultato del referendum, passato con quasi il 60% di consensi, costituisce un importante precedente a livello mondiale e il trionfo per Yasunidos, un gruppo ambientalista di matrice

tribale che ha promosso la consultazione popolare per proteggere uno degli ecosistemi più ricchi di biodiversità del pianeta. La foresta interessata dal quesito sulle trivelle è stata dichiarata riserva della biosfera dall'UNESCO nel 1989 ed è casa di centinaia di specie di uccelli, rettili e anfibi, alcuni di essi unici al mondo. In quest'area la compagnia petrolifera statale Petroecuador dovrà abbandonare tutte le attività estrattive e smantellare tutte le strutture esistenti, per restituire le terre alle popolazioni che le hanno abitate da secoli.

Gli attivisti vedono questa vittoria come l'inizio di una nuova era per l'Ecuador, Paese guidato da un presidente, Guillermo Lasso, che ha favorito l'industria petrolifera ed estrattiva nella foresta amazzonica ponendo prima gli interessi economici di quelli ambientali. Rappresentando il Blocco 43 circa l'11% della produzione nazionale di greggio, Yasunidos ha proposto di compensare le minori entrate economiche che si creeranno con la promozione nella zona di un nuovo turismo ambientale e investendo nell'elettrificazione dei trasporti pubblici per diminuire la dipendenza nazionale dal petrolio.

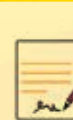
Fonte: *Consulta popular Yasuni*



MANIFESTO

per la pratica positiva Mezzopieno

- 1 Mezzopieno è innanzitutto un modo di pensare, un approccio alla vita e una maniera di essere.
- 2 Il pensiero Mezzopieno è sempre pro, mai contro.
- 3 Mezzopieno si pone come risposta costruttiva alla polemica, al vittimismo e al disfattismo. Il modo di essere Mezzopieno collabora con tutti per stimolare risposte positive all'atteggiamento pessimista, a quello conflittuale e alla ricerca di capri espiatori. Vivere Mezzopieno significa non avere timore di caricarsi delle responsabilità e dell'impegno di individuare stimoli creativi e fecondativi diversi dalle dinamiche distruttive e di conflitto. Ogni processo di cambiamento positivo è responsabilità di chi costruisce con umiltà e condivisione, coinvolgendo il maggior numero di elementi in relazioni collaborative.
- 4 Piuttosto che cercare di demolire ciò che è ritenuto sbagliato, Mezzopieno propone alternative costruttive, pratiche e comportamenti che perseguono l'armonia e che non impiegano energia per contrastare ma per creare. La scelta buona prende il posto di quella cattiva.
- 5 Chi si identifica nel pensiero Mezzopieno non esalta il buonismo ma ha un approccio positivo ed aperto al diverso e al nuovo.
- 6 Il cambiamento positivo va condiviso nella molteplicità e richiede di avvenire lentamente, con una presa di coscienza e una partecipazione costruttiva ed allargata.
- 7 L'alternativa alla rivoluzione è l'evoluzione, la vera forza che manda avanti il mondo da sempre e che lo ordina attraverso la crescita condivisa e la collaborazione di tutti.
- 8 Mezzopieno non ha paura di perseguire una nuova innocenza, un disarmo che si fa seme di pace e di armonia.
- 9 Non è obiettivo di Mezzopieno produrre utili o generare profitto.



Vieni con noi

Sottoscrivi anche tu il Manifesto della Positività Mezzopieno
su Mezzopieno.org/manifesto



La comunità Mezzopieno è un movimento formato da persone, gruppi, enti e associazioni che condividono l'impegno per la diffusione della cultura della positività e che credono nell'importanza di promuovere un approccio costruttivo e armonioso nella società e nella vita.

CRESCITA PERSONALE



Mezzopieno è soprattutto uno stile di vita. I membri del movimento sono coinvolti in percorsi di crescita personale ed esperienziale per stimolare un approccio alla vita positivo, attraverso la gratitudine e la fiducia. Il movimento Mezzopieno organizza attività di formazione permanente per i volontari, per i soci e i simpatizzanti della sua rete, workshop, seminari e percorsi condivisi per rinforzare la capacità di credere nel mondo e negli esseri umani.

L'UFFICIO STUDI MEZZOPIENO



L'Ufficio Studi Mezzopieno è lo strumento con cui il movimento indaga e analizza la società e attraverso il quale effettua lo studio e la valutazione dei progetti e dell'attività che realizza. I programmi di ricerca del movimento sono un laboratorio permanente che coinvolge le università, la comunità scientifica, le associazioni, i tavoli di lavoro e il Gruppo di Ricerca Valori, Etica ed Economia dell'Università di Torino di cui è fondatore.

MEZZOPIENO NELLE SCUOLE



La cultura della positività entra nelle scuole con laboratori di positività e comunicazione gentile. Attraverso attività, giochi ed esperienze si trasmettono i valori della fiducia, della gratitudine e della collaborazione, per stimolare il lato migliore di ogni studente e la capacità di educare la propria volontà al bello e al buono.

MEZZOPIENO AL LAVORO



Il movimento Mezzopieno promuove l'organizzazione positiva del lavoro. All'interno delle aziende della rete Mezzopieno si realizzano percorsi di accompagnamento e condivisione di pratiche e modelli finalizzati al benessere delle persone, per un approccio costruttivo con il gesto lavorativo, con la comunità, con il mercato e con il mondo.

MEZZOPIENO NEI COMUNI



Mezzopieno è presente nei Comuni italiani con programmi per la diffusione della cultura della gentilezza e della pratica positiva attraverso l'istituzione degli Assessori della gentilezza, nominati dai Sindaci per la realizzazione di iniziative per stimolare la collaborazione e ridurre la conflittualità nelle comunità.

Indice di benessere

SEMPRE MENO ABORTI IN ITALIA: AI MINIMI DA 40 ANNI

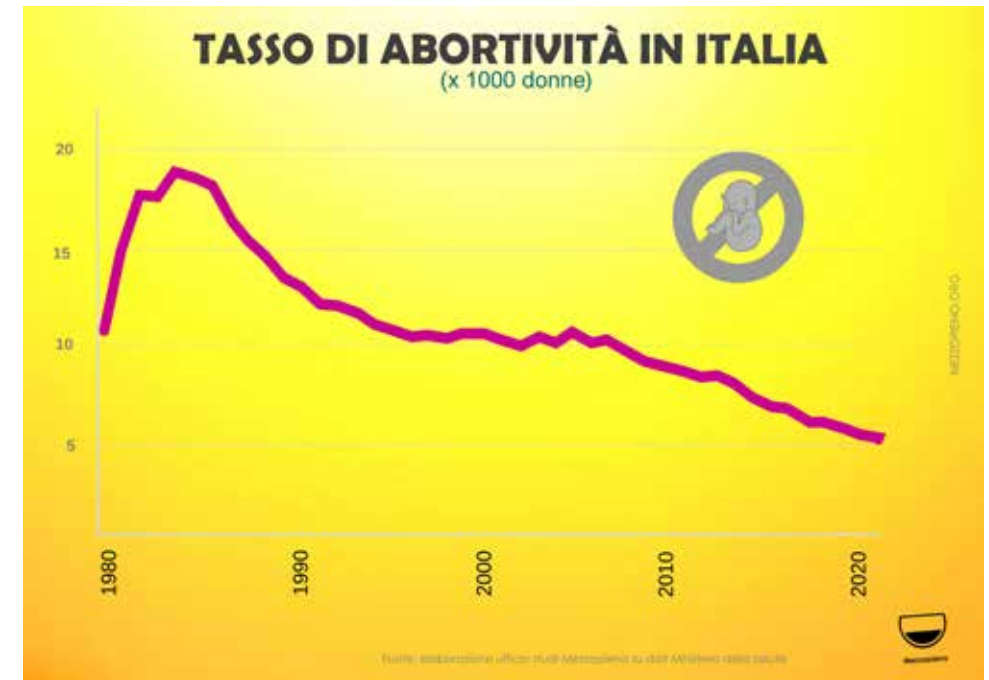
Cala sensibilmente in Italia il ricorso all'aborto. Nell'ultimo rapporto emanato dal Ministero della salute, le interruzioni volontarie di gravidanza sono diminuite del 4,2% rispetto all'anno precedente, seguendo una tendenza in discesa costante dal 1983. Il dato italiano è tra i più bassi a livello internazionale e decresce in tutte le aree geografiche e in tutte le fasce d'età. Una riduzione che riguarda anche le donne straniere, pur essendo quelle con il più alto tasso di abortività.

La rilevazione mostra il maggiore e più efficace ricorso ai metodi per la procreazione consapevole alternativi all'aborto e alla contraccezione di emergenza, secondo gli auspici della legge n. 194/78 che dette inizio alla disciplina delle modalità di accesso all'aborto. La percentuale di interruzioni volontarie di gravidanza è scesa al 15,9% e sempre meno spesso viene effettuata da donne con precedente esperienza abortiva (il 24% del totale). I dati identificano un crescente ricorso alla somministrazione farmacologica, utilizzata in oltre il 45% dei casi, con una netta diminuzione degli aborti chirurgici, -64,4% rispetto al 2020, anche in seguito alla circolare del 12 agosto 2020 del ministero della Salute 'Aggiornamento delle Linee di indirizzo sulla interruzione volontaria di gravidanza con mifepristone e prostaglandine'. La riduzione complessiva del numero totale di aborti tra il 1983, anno in cui si è riscontrato il valore più alto e il 2021 è stata del 72,8%.

I dati sono raccolti grazie al Sistema di Sorveglianza Epidemiologica delle IVG, attivo in Italia dal 1980 e grazie alla diffusione dei consultori familiari.

Fonte: Ufficio Studi Mezzopieno su dati Ministero della salute

INFO SU WWW.MEZZOPIENO.ORG





L'ARTE DELLA DIPLOMAZIA

Tra stereotipi e falsi miti il ruolo della cooperazione per la pace

PIETRO
SABASTIANI

“Devi immergerti nel mondo di Cenerentola” dice Hal alla moglie Kate Wyler (splendidamente interpretata da Keri Russel), Ambasciatrice americana a Londra nella fortunata serie “The Diplomat” su Netflix. Mentre da decenni abbondano film, serie tv e letteratura su operazioni di spionaggio o “coperte” sulla complessa tela di fondo geopolitica, raramente viene rappresentato il mondo della diplomazia, che viene percepito come un “mondo di mezzo” tra quello “della luce”, dove tutto traspare ed è (o sembra) evidente, e appunto quello “delle tenebre”, che non vediamo e che incuriosisce. Le molte sfumature di grigio e i tempi e i ritmi diversi dell’attività diplomatica, ma soprattutto il radicamento di tanti stereotipi stantii, rendono quest’ultima meno comprensibile e attraente per il pubblico.

In questo anche “The Diplomat”, pur con qualche lodevole, inusuale tentativo, non aiuta: assistenti (ovviamente inesistenti nella realtà) a rincorrere l’Ambasciatrice porgendole gli abiti giusti (“Cenerentola”), immancabili cocktails ed alcool in quantità, conversazioni (apparentemente) frivole e affettate, “assurde” costrizioni protocollari, spregiudicatezza. Oggi in realtà le Ambasciate sono, mutatis mutandis, delle imprese che si occupano a tempo pieno, spesso con personale limitato, di promozione del nostro sistema economico, del nostro ricco patrimonio culturale, di tutela e servizi per i connazionali (6 milioni gli italiani all’estero) oltre ai tradizionali compiti di rappresentanza, di informazione, di negoziato e di cooperazione umanitaria allo sviluppo. Alcune di queste attività di diplomazia pubblica, ricercano la massima diffusione e visibilità dell’immagine del Paese in

tutte le sue sfaccettature. Altre attività, al contrario, si devono svolgere in silenzio e lontano dai riflettori e dai clamori mediatici. A parte il lavoro informativo, mi riferisco a sequestri di persona in paesi a rischio, a delicate cause penali e civili che coinvolgono connazionali e imprese italiane, ai minori contesi, ecc. Anche la ricerca del consenso e del sottile lavoro di posizionamento negoziale nelle grandi organizzazioni internazionali necessita di grande cautela e riservatezza anche a salvaguardia e rispetto delle posizioni e delle motivazioni e interessi dei paesi “like minded” (affini, ndr). Così come il pieno utilizzo e dispiegarsi di uno degli elementi fondamentali della diplomazia: il tempo. Nell’epoca del tutto e subito, può sconcertare il suo sfalsamento rispetto alla comune percezione. Ma a volte nelle sale negoziali si fermano letteralmente gli orologi perché il risultato, l’obiettivo è

troppo importante per essere piegato a orari e scadenze.

Ciò detto dobbiamo essere orgogliosi della nostra diplomazia che continua ad essere considerata nella comunità internazionale tra le migliori, se non la migliore in assoluto. D’altronde la diplomazia moderna che conosciamo, quella che invia Ambascierie stanziali e ha regole e immunità codificate, nacque come diplomazia mercantile con la Serenissima nel XV secolo in parallelo con la nascita dei grandi stati nazionali sulla scorta delle esperienze dei Legati pontifici e, “sciacquati i panni in Arno” con gli insegnamenti di Guicciardini e Machiavelli, si affermò definitivamente nel ‘700.

Ma la diplomazia come strumento negoziale di composizione delle vertenze (territoriali, fluviali, marittime, alimentari, ecc.) e degli interessi, esiste e se ne hanno tracce da quando esiste vita di comunità. Del secondo mestiere più antico del mondo, ad esempio, la Bibbia è piena di riferimenti, da Gedeone alla tribù di Levi cui spettavano le Ambascierie spesso guidate da religiosi: ecco forse una radice delle “liturgie” diplomatiche e dell’inviolabilità e delle immunità dell’agente diplomatico accettate, rispettate e codificate nel tempo.

Non ho dubbi che finché esisteranno comunità umane esisterà la necessità dello strumento diplomatico: ubi societas ibi legatio si potrebbe dire. Perché i raggruppati comunitari principali, gli Stati, si comportano ed hanno reazioni simili agli esseri umani (potremmo indicare Stati estroversi ed introversi, con ego smisurato e di bassa autostima, emotivi e riflessivi, ecc.). Il loro atteggiamento e la loro esistenza nel flusso della storia sono accompagnati e mediati nell’arena internazionale dalla diplomazia anche durante periodi come l’attuale di profondi rivolgimenti tecnologici (digitale, intelligenza artificiale) e culturali. Anche l’oscuro, complesso, talvolta ambiguo linguaggio diplomatico continuerà a servire lo scopo

di tenere aperti spazi e prospettive di negoziato, di speranza e di pace anche nei

momenti di più aspre divergenze. Come disse Nixon nel '72 alla chiusura degli storici colloqui sino-americani "quello che è stato detto nel comunicato [finale] non è importante come quello che faremo negli anni a venire".

L'ERA DELL'INTELLIGENZA ARTIFICIALE

Il libro di Kissinger, già Segretario di Stato, Eric Schmidt, ex AD di Google e Daniel Huttenlocher, informatico del MIT, uscito in Italia quest'anno (Mondadori), lueggia con precisione ed efficacia sulla genesi e sulle conseguenze della rivoluzione dell'intelligenza artificiale nelle nostre società (dalla conoscenza, alla percezione, alla realtà). Al centro del libro la considerazione che non essendo per ora governata da principi e concetti morali che la indirizzino e le diano dei limiti, questa rivoluzione può assumere svolte inaspettate e sboccare verso esiti imprevedibili.

Servono regole che coinvolgano non solo i governi, che siano flessibili, inclusive e mirate. In campo internazionale, scrivono gli autori, ad esempio la "diplomazia che un tempo era condotta in un'arena organizzata e prevedibile, avrà [più] spazi operativi e di informazione... ma con l'aumento della complessità la formulazione di accordi praticabili con esiti prevedibili diventerà sempre più difficile." Eppure, il dialogo tra Paesi per evitare che l'IA divenga un'arma fatale dovrà intensificarsi nonostante l'incessante, continua ricerca del vantaggio nazionale, non fosse altro per evitare la catastrofe. Una strategia nelle relazioni internazionali di uso responsabile e di contenimento è fondamentale anche se certamente estremamente più difficile rispetto a quella applicata sinora con successo alle armi nucleari.



Dal 1989 il mondo, dopo una fase (1989-2007) unipolare americana vive un lungo dopoguerra fredda di incertezza alla ricerca di stabilità. Un mondo multipolare difficile da incasellare in teorie geopolitiche: dalle varianti della sperimentata (secolo XIX e parte del XX) teoria della stabilità egemonica, alla teoria kissingeriana del realismo internazionale (nata nel 1975 ma in realtà già esplicitata da Machiavelli) a quella del multilateralismo, basata sulla imprescindibilità della cooperazione internazionale per il governo di complessi problemi globali. Sono conscio della forza della teoria realista grazie anche alla contraddizione nel contrasto tra la politica estera dei Paesi e gli impegni pattizi presi nel sistema multilaterale (Nazioni Unite, organizzazioni regionali) dove tutti i Paesi dovrebbero avere uguale peso ma che talvolta viene piegato agli interessi di parte o ostacolato da veti e dove comunque è sempre forte la tentazione illusoria del ripiego sul negoziato bilaterale.

Ma il realismo, dal quale

è illusorio poter sfuggire, deve essere temperato da un forte ed efficace multilateralismo; questo, tuttavia, è sempre più indebolito dal 1989, quando ha perso il ruolo di stanza di compensazione privilegiata per i contrasti e il dialogo e ora dal riaffermarsi dei nazionalismi.

Dobbiamo restaurare o costruire ex novo una architettura multilaterale con lo stesso afflato e ottimismo tipici delle reazioni positive ai tempi più bui quali furono quelli in cui sul finire della seconda guerra mondiale, si gettarono le fondamenta e si scrissero i principi di quella attuale.

Serve un nuovo sistema di regole che confermi la necessità di una rule of law internazionale per il bene comune dell'umanità e il primato del dialogo e della pace.

Così come serve una nuova Bretton Woods (Fondo Monetario, Banca Mondiale, Organizzazione mondiale del Commercio), che con una nuova ossatura favorisca un diverso modello economico finanziario sociale di crescita e sviluppo. Sarà tutt'altro che facile, ma l'alternativa è solo l'auto implosione di un sistema globale compresso tra crescenti disuguaglianze, degrado ambientale e la rivoluzione dirompente dell'intelligenza artificiale.

FEDE E SCIENZA PER LA SALVAGUARDIA DELL'AMBIENTE

Papa Francesco ha impresso un marcato tratto pastorale di apertura e partecipazione della Chiesa ai grandi processi globali, facendosi portatore di un'agenda davvero planetaria. La preoccupazione per i cambiamenti climatici e le gravi conseguenze anche sul piano sociale ed economico è certamente uno dei temi più caratterizzanti questo Pontificato che nel 2015 con l'Enciclica 'Laudato Si' ha aperto di fatto la strada alla stessa agenda 2030 delle Nazioni Unite.

Partendo dunque dalla constatazione della centralità dei temi ambientali nella pastorale della Chiesa cattolica, comune alle altre confessioni religiose, l'allora Ambasciatore d'Italia presso la Santa Sede, Pietro Sebastiani, e del Regno Unito, Sally Axworthy, hanno organizzato nel 2021 assieme alla Santa Sede stessa un progetto che ha coinvolto (per la prima volta su temi di carattere non teologico) oltre 40 rappresentanti delle principali confessioni religiose e tradizioni spirituali del mondo.

A conclusione di un'intensa fase preparatoria di incontri virtuali mensili, essi si riunirono a Roma insieme a insigni scienziati per presentare le iniziative intraprese dalle organizzazioni religiose in ambito ambientale e predisporre un appello firmato da tutti i partecipanti e da Papa Francesco per un accresciuto impegno comune per la salvaguardia dell'ambiente.



SENSORI SUI CAMION PER EVITARE I CICLISTI A MILANO

La prima città in Italia a rendere obbligatori i sensori per gli angoli ciechi per i camion è Milano. L'uso di sensori di rilevamento sui mezzi pesanti è un modo per evitare di investire i ciclisti e i pedoni che si trovano nei pressi della parte anteriore dei veicoli, quella che normalmente è impossibile vedere con gli specchietti retrovisori. Milano fa da apripista in Italia e in Europa anticipando l'obbligo europeo e recependo il regolamento delle Nazioni Unite sui sistemi di rilevamento elettronico per le biciclette.



I sensori sono in grado di individuare la presenza di pedoni e ciclisti ed emettono un segnale di allerta al conducente che può intervenire tempestivamente per evitare di travolgerli. Dal 1° ottobre 2023 possono circolare nella ZTL milanese solo i camion e gli autobus che hanno installato i sistemi di segnalazione ottica e/o acustica e/o tattile. In particolare, i veicoli per il trasporto di persone con più di otto posti e una massa massima superiore a 5 tonnellate e quelli per il trasporto merci con massa massima superiore a 12 tonnellate. Gli stessi devono inoltre esporre un adesivo che segnala il pericolo dovuto all'angolo cieco.

L'equipaggiamento dei veicoli con questi sistemi di sicurezza, in caso di sinistro, non solleva dalla responsabilità il guidatore ma rappresenta un ausilio alla guida che lo può aiutare a porre più attenzione. L'adozione di questo tipo di provvedimento sta per essere introdotta anche nella città di Firenze ed è allo studio in altre città italiane.

Fonte: *Comune di Milano; United Nations Economic Forum*

I GUSCI DELLE COZZE DIVENTANO PANCHINE

In Italia si consumano ogni anno circa 110 milioni di tonnellate di cozze, con la produzione di una grande quantità di scarti rappresentati dai gusci che non vengono riciclati, essendo composti di carbonato di calcio, materiale calcareo non organico soggetto a un lunghissimo tempo di smaltimento.

Un'iniziativa intrapresa in Sardegna, uno dei maggiori produttori di cozze del nostro Paese, ha realizzato un programma per recuperare i rifiuti provenienti dal consumo e la lavorazione dei mitili, creando materiali da costruzione e per la manifattura di oggetti di design. La cooperativa di pescatori Nieddittas, che gestisce la filiera della mitilicoltura nel Golfo di Oristano, ha iniziato a riutilizzare i gusci delle cozze attraverso un progetto di economia circolare che ha portato alla realizzazione di un'innovativa panchina. Frutto del progetto "Blue Eco Lab", in collaborazione con il Dipartimento di Ingegneria Civile, Ambientale e Architettura dell'Università degli studi di Cagliari, questa seduta ideata per i luoghi pubblici ha caratteristiche di longevità

e robustezza molto elevate e un alto potere di immagazzinamento del carbonio; secondo il Protocollo di Kyoto tre chilogrammi di gusci trattengono circa un chilogrammo di CO2. L'obiettivo del progetto è recuperare gli scarti delle produzioni ittiche attraverso la progettazione di soluzioni di eco-design realizzate in materiale bio-based. Progettata dalla eco-designer Paola Riviezzo, il progetto ha allo studio soluzioni di arredo urbano come pavimentazioni, rivestimenti e oggetti di arredamento come sedie, poltrone, plafoniere e vasi. Dall'attività di riciclo dei gusci è stato inoltre creato un isolotto artificiale per favorire la nidificazione degli uccelli migratori.

Fonte: *Med Sea*



APRE IL PRIMO MUSEO DELLE COSE RITROVATE

A Verrucchio, un piccolo paese in provincia di Rimini, ha aperto il primo museo dedicato agli oggetti abbandonati. Si chiama Micro e ha sede nel Torrione delle Mura di San Giorgio.

Oggetti apparentemente insignificanti, abbandonati o dimenticati, sono esposti come se fossero opere d'arte e catalogati come reperti archeologici. L'idea alla base del Museo dell'Oggetto Ritrovato è quella di recuperare il vecchio rapporto tra le persone e le cose e di mettere in luce il contrasto tra la vita effimera degli oggetti moderni e il rapporto profondo che l'umanità aveva con le cose in passato, quando gli oggetti erano progettati per durare. In un'epoca in cui gli oggetti sembrano nascere per durare poco e vengono rapidamente sostituiti, il museo invita il pubblico a riconsiderare il loro valore intrinseco e, indagando il rapporto fra l'uomo e le cose, a riflettere sull'affezione che sono in grado di generare.

"Le cose rifiutate, talora ridotte a frammenti, parlano di noi e della nostra storia recente, quanto le pagine di un trattato di sociologia o di antropologia. Oltre ad avere un potere evocativo, affettivo ed estetico straordinario che non può non far breccia nell'anima delle persone", racconta Gabriele Geminiani, ideatore del progetto.

"Ho sempre subito il fascino delle povere cose abbandonate al proprio destino nei greti dei fiumi come sulle battaglie invernali. Si tratta di cose logore delle quali mi ferisce profondamente lo stato di abbandono unito a quello del degrado, dello sfinimento, dell'agonia... Perché senza una loro casa le idee, come i sogni, restano chiusi nel cassetto".

Fonte: *Rimini Today; Artribune*



SCOPERTO IL PRIMO VACCINO CONTRO LA DENGUE

Un vaccino ad ampia protezione contro la Dengue è stato approvato per la prima volta in Italia.

La Dengue è una malattia infettiva che viene trasmessa dalla puntura della zanzara del genere Aedes (la zanzara tigre) che nella forma acuta emorragica può provocare la morte; inserita dall'OMS tra le 10 minacce alla salute globale, è endemica in oltre 125 Paesi. Il nuovo vaccino tetravalente TAK-003 nominato Qdenga è il risultato di oltre 70 anni di ricerca e di sperimentazione e ha un approccio innovativo perché strutturato sulla base del sierotipo 2 del virus Dengue; sfrutta la tecnologia ricombinante per



garantire l'immunizzazione contro tutti e quattro i sierotipi del virus, coprendo l'intero spettro dell'infezione. Il vaccino ha raggiunto l'obiettivo di efficacia complessiva pari all'80,2% a 12 mesi dalla seconda dose e un'efficacia nel prevenire l'ospedalizzazione del 90,4% a 18 mesi dalla seconda dose. La somministrazione avviene per via sottocutanea in due dosi a distanza di tre mesi l'una dell'altra, sufficienti per raggiungere l'immunizzazione. Gli studi effettuati a lungo termine non hanno identificato rischi importanti per la sicurezza e la tollerabilità.

Ogni anno, in tutto il mondo, vengono riportati circa 390 milioni di casi di infezione da Dengue, con un'incidenza aumentata di 30 volte negli ultimi 50 anni. Circa la metà della popolazione mondiale vive in aree in cui la Dengue è endemica, tuttavia nei Paesi dell'emisfero nord del mondo, in particolare in Europa, costituisce un pericolo, come malattia di importazione, conseguenza degli spostamenti di merci e persone.

Fonte: Agenzia Italiana del Farmaco; Istituto Superiore di Sanità

LA PRIMA MANO ARTIFICIALE CHE SI ADATTA È ITALIANA

Trasformare la disabilità in una nuova possibilità attraverso la tecnologia: questa è la mission della startup salentina che ha inventato la prima mano bionica al mondo. Un team di giovani ingegneri pugliesi ha progettato e sviluppato un dispositivo basato su una tecnologia rivoluzionaria che permette alle dita artificiali di adattarsi automaticamente alla forma e alle dimensioni degli oggetti impugnati. Grazie a un finanziamento della Regione Puglia, il gruppo guidato da un giovane ingegnere che ha trasformato la sua tesi di laurea in una startup, questa storia di innovazione partita dal sud Italia è balzata alle cronache mondiali, realizzando il sogno di tante persone amputate di vivere senza



limiti la loro disabilità. Si chiama Adam's Hand® e funziona senza bisogno di contrazioni muscolari per passare da una presa all'altra, la protesi non ha schemi di presa preselezionati e non richiede lunghi addestramenti, le dita si adattano automaticamente, calibrando la presa e diventando un'estensione del corpo dell'utente, grazie all'indipendenza di tutte le dita che permette un'alta facilità di manovra, anche in caso di amputazione bilaterale. Una protesi completamente antropomorfa che può essere ricoperta di tessuto in tutti gli aspetti simile alla pelle umana, impermeabile e capace di un'infinità di prese, da quelle delicate a quelle di potenza.

La mano bionica è già disponibile sul mercato europeo e sta sbarcando anche negli USA mentre continua a guadagnare premi e riconoscimenti internazionali. L'ultimo è la vittoria dell'Italian Master Startup Award 2023 dell'Associazione italiana degli incubatori universitari per le imprese hi-tech.

Fonte: BionIT Labs; I3P; PNI Cube



SI LAUREA A 50 ANNI E TROVA IL LAVORO DEI SUOI SOGNI

Laurearsi a cinquant'anni è un sogno realizzato che ha cambiato la vita di Elena Cavera, commessa in un negozio di abbigliamento di Tevernerio, in provincia di Como. "Mi sarebbe piaciuto fare l'educatrice ma la vita, si sa, non va sempre come vorremmo. Il desiderio di studiare

Scienze della formazione mi è sempre rimasto e un bel giorno di tre anni fa mi sono iscritta all'università e ora mi sono laureata", racconta Elena. Studiando di notte e nei ritagli di tempo è riuscita a laurearsi grazie alla grande passione per la psicologia e per lo sviluppo delle persone.

"Poco dopo la laurea ho inviato un curriculum presso una struttura e sono stata chiamata per un colloquio. Ero contenta ma pensavo di non avere chissà quali chance, visto che ero una neolaureata praticamente senza esperienza. Ho deciso di presentarmi al colloquio senza nascondere nulla di me. Ho cercato di presentarmi per quella che sono. Per esempio, ho molti tatuaggi sulle braccia ma era estate e faceva caldo e ho scelto di non nasconderli. Ho pensato di dovermi mostrare in modo onesto e sincero". Pochi giorni dopo Elena è stata assunta come educatrice.

"Se c'è qualcosa che vorrei che la mia vicenda insegnasse - racconta Elena - è che non bisogna mai abbandonare e dimenticare i propri sogni perché essi fanno parte di noi, di quello che siamo e di quello che potremmo essere".

Fonte: *Qui Como*

LA PRIMA SOLUZIONE PER CATTURARE LA CO2 È ITALIANA

Un nuovo processo di cattura del carbonio, a ridotto impatto ambientale, è stato ideato e messo in commercio per la prima volta da una società italiana per decarbonizzare il settore industriale.

Si tratta del primo prodotto industrializzato che utilizza un enzima naturale, l'anidrasi carbonica, il più potente catalizzatore esistente per la cattura dell'anidride carbonica. Questa sostanza chimica si trova in tutti gli organismi viventi che la utilizzano per lo scambio di CO2 durante la respirazione. Il prodotto

modulare e flessibile, facilmente adattabile a qualsiasi impianto, è stato inventato dalla Saipem, multinazionale con sede a Milano, e ha una capacità di cattura di 200 tonnellate di diossido di carbonio al giorno. Questa tecnologia ad alte prestazioni per l'abbattimento della CO2 è rivolta a piccoli e medi emettitori e si applica alle emissioni post-combustione di impianti nuovi o esistenti, è estremamente sostenibile dal punto di vista ambientale, grazie all'utilizzo del calore recuperabile da fonti a bassa temperatura ed è installabile in qualsiasi contesto.

Questo processo è chiamato Bluenzyme ed è un sistema plug-and-play creato per diversi settori industriali, tra cui petrolio e gas, petrolchimico, energia e produzione di cemento e per numerosi altri settori in cui la decarbonizzazione rappresenta un passo fondamentale verso il raggiungimento degli obiettivi di neutralità. Si adatta facilmente a qualsiasi impianto e utilizza un solvente non tossico e non volatile a basso impatto e facilmente reperibile.

Fonte: *Saipem*

L'ITALIA DIVENTA PRIMA AL MONDO A PREVENIRE IL DIABETE

Il Senato ha approvato all'unanimità una legge che rende l'Italia il primo Stato al mondo ad avere lo screening sistematico di diabete e celiachia per tutta la sua popolazione pediatrica. La proposta, votata da tutte le forze politiche, è un traguardo raggiunto dopo un lungo processo avviato dalla Fondazione italiana diabete che ha promosso il disegno di legge.



"La legge consentirà dal 2024 di prevenire, nei bambini da 1 a 17 anni destinati ad avere il diabete di tipo 1, l'insorgenza dei sintomi più pericolosi come la chetoacidosi che può essere letale", spiega la Fid. Inoltre, la legge "permetterà di avere maggiori informazioni per comprendere meglio le cause della malattia, con la possibilità di introdurre strategie farmacologiche per rallentarla e possibilmente fermarla... permetterà di diagnosticare precocemente la celiachia che può portare molte complicanze se non diagnosticata per tempo". Con questa legge l'Italia si dota di un innovativo e finora unico programma diagnostico ad ampio raggio in età pediatrica che permetterà diagnosi precoci cruciali per attivare strategie di prevenzione efficaci. Oltre allo screening, la legge dota l'Italia di un Osservatorio Nazionale su queste due malattie e stabilisce la realizzazione di campagne informative per sensibilizzare la popolazione sulle patologie e sull'importanza dello screening preventivo. In Italia risultano diagnosticati oltre 240.000 casi di celiachia, con una prevalenza del 70% tra le donne e con una correlazione significativa tra il diabete di tipo 1 e la celiachia che apre alla possibilità di avviare un proficuo percorso di screening integrato.

Fonte: *Fondazione Italiana Diabete*

MENO 32% RECIDIVE DI CANCRO AL SENO: IL NUOVO FARMACO



Una nuova terapia recentemente approvata e inserita nel protocollo sanitario nazionale italiano riduce del 32% a 5 anni il rischio di recidiva nel tumore alla mammella in stadio precoce e migliora la sopravvivenza libera da malattia invasiva del 7,6%.

I dati sono stati presentati in occasione del Congresso 2023 della European Society for Medical Oncology e sono il frutto di un'analisi durata 2 anni. "Un punto di riferimento consolidato per gli studi clinici sul tumore al seno in fase adiuvante che rappresenta una pietra miliare importante per i pazienti e i clinici in questo setting con finalità curativa", spiega Lucia Del Mastro, professore ordinario e direttore della Clinica di Oncologia medica dell'Irccs Ospedale Policlinico San Martino, Università di Genova.

La terapia adiuvante con abemaciclib agisce selettivamente bloccando due proteine, Cdk4 e Cdk6, in grado di aumentare la velocità con cui le cellule tumorali della mammella crescono e si dividono. "L'effetto è molto evidente sulle recidive locali e su quelle a distanza che sono responsabili della malattia metastatica: evitarle implica non soltanto allungare la sopravvivenza, ma anche aumentare la probabilità di guarigione", afferma Valentina Guarneri, direttore dell'Oncologia dell'Istituto oncologico veneto Irccs. "I benefici ottenuti da abemaciclib in aggiunta alla terapia endocrina tendono a protrarsi anche dopo la fine del trattamento".

Nel 2022, in Italia, sono stati stimati 55.700 nuovi casi di carcinoma della mammella, il più frequente nella popolazione, che supera quello del polmone come il più diagnosticato nel mondo, ed è la quinta causa di morte a livello globale.

Fonte: *Medinews; Agenzia Italiana del Farmaco*

A GUBBIO 900 FAMIGLIE VIVONO CON LA LORO PALA EOLICA COLLETTIVA



La turbina eolica più grande d'Italia è entrata in funzione a Castiglione Aldobrando in provincia di Gubbio, e alimenta circa 900 famiglie, le stesse che hanno contribuito e si sono messe insieme per la sua costruzione.

Alta 70 metri, con lame lunghe 30 metri e una potenza di 1 MW, la pala ha incominciato a fornire energia rinnovabile e sostenibile a tutta la comunità energetica che si è costituita per cambiare il proprio impatto sull'ambiente, evitando così l'emissione di oltre 1.000 tonnellate di CO2. L'impianto eolico collettivo è situato a una quota di 850 metri. La pala, progettata dalla società Sunergise di Perugia e realizzata dalla cooperativa

energetica enostra, produrrà 2,3 GWh/anno, abbastanza da soddisfare il fabbisogno di tutte le famiglie e le imprese socie.

Il progetto è stato vagliato secondo i criteri Anev-Greenpeace-Legambiente per non impattare sull'ecosistema locale, dove si è posta attenzione che non fossero presenti aree di nidificazione di rapaci o uccelli e dove non risulta esserci alcun corridoio per l'avifauna migratoria.

La società enostra ha già realizzato altre due comunità energetiche rinnovabili a Villanovaforru e a Ussaramanna, due comuni nel Sud Sardegna dove l'amministrazione pubblica ha collaborato con la cittadinanza per ridurre la bolletta energetica, mentre in Puglia, a Biccari (FG) e a Santeramo in Colle (BA) stanno nascendo altre due comunità energetiche rinnovabili che realizzano uno "sviluppo armonico che coniughi l'esigenza della crescita delle rinnovabili con l'attenzione al nostro paesaggio", come precisato in una dichiarazione del Vicepresidente della Regione Umbria Morroni.

Fonte: *Comune di Gubbio; enostra*

ARRIVA LA NUOVA FIGURA DELL'INFERMIERE DI FAMIGLIA



La Regione Veneto ha inserito nel suo ordinamento sanitario la figura dell'infermiere di famiglia o di comunità, una nuova professionalità a servizio delle persone, nata durante la pandemia, quando l'emergenza sanitaria ha portato alla luce la necessità di strutture e professionalità dedicate per l'assistenza territoriale. La nuova organizzazione della sanità territoriale nazionale ne prevede almeno 1 ogni 3.000 abitanti.

Secondo le linee di indirizzo ministeriali, l'infermiere di comunità, inquadrato come dipendente del servizio sanitario, lavora a livello ambulatoriale, domiciliare o, più in generale, nella comunità. «Non solo un erogatore di assistenza sanitaria ma anche potenziale attivatore di servizi assistenziali». Questo nuovo ruolo, nato per la valorizzazione della professione infermieristica, è finalizzato a rafforzare la presa in carico e la gestione proattiva dei bisogni di continuità assistenziale, di aderenza terapeutica, in particolare in soggetti fragili, per l'integrazione e il miglioramento dei servizi socioassistenziali.

Gli infermieri di famiglia necessari in Italia nei prossimi anni saranno circa 20.000 e, grazie a un percorso formativo che prevede un master universitario e percorsi specifici di tipo regionale, potranno gestire diversi livelli di complessità e di assistenza personalizzata, realizzando un nuovo modello sanitario più vicino alle persone, come previsto dal Decreto Ministeriale del 23 maggio 2022 n. 77 "Regolamento recante la definizione di modelli e standard per lo sviluppo dell'assistenza territoriale nel Servizio sanitario nazionale". Il documento tecnico pubblicato dall'Agenzia Nazionale per i Servizi Sanitari Regionali denominato "Linee di indirizzo Infermiere di Famiglia o Comunità" rientra nel Piano Nazionale Ripresa e Resilienza (PNRR).

Fonte: *Agenzia Nazionale per i Servizi Sanitari Regionali; Regione Veneto*

MEZZOPIENO NEWS 52 passi

Ogni primo Martedì del mese, **dalle ore 20,45 alle 22,30** il cammino individuale prosegue con momenti di incontro comuni, per condividere i passi settimanali e dialogare intorno ad essi. Ci trovi a **Torino**, presso la Casa del Quartiere di S. Salvario in **Via Morgari 14**, nella sala torretta al 1° piano. La partecipazione è gratuita e aperta a tutti. È gradita la registrazione su Billetteo.it oppure inviando una e-mail a info@mezzopieno.org. Ecco i prossimi incontri del gruppo di Torino:

5 Dicembre: Essere umani (anche) in rete

9 Gennaio: Yoga della risata

6 Febbraio: Il valore della consapevolezza

Per iscriverti alla newsletter dei 52 passi visita la sezione "Contatti" del sito www.mezzopieno.org

I 52 PASSI SONO UN PERCORSO DI IMPEGNO PERSONALE CHE CONSISTE NELL'AFFRONTARE PICCOLI PROPOSITI SETTIMANALI, UNO PER OGNI SETTIMANA DELL'ANNO, CON L'OBIETTIVO DI VEDERE IL LATO MEZZOPIENO DEL MONDO. LE QUATTRO AREE DI IMPEGNO:

- IL RAPPORTO CON SE STESSI
- LE RELAZIONI
- IL RAPPORTO CON LA NATURA
- LA SPIRITUALITÀ



LE BUONE ABITUDINI UN ALLENAMENTO ALLA FELICITÀ

Fotografie significative

Durante la prossima settimana fotografa ciò che dà significato o uno scopo alla tua vita. Può trattarsi di persone, luoghi, oggetti o animali. Se non sei in grado di fotografarli perché non si trovano nelle vicinanze puoi fotografare souvenir, ricordi, siti web e persino altre fotografie. Cerca di scattare almeno nove fotografie.

Alla fine della settimana scarica le foto sul tuo computer se hai usato una fotocamera digitale oppure stampale se hai usato la pellicola.

Dopo averle messe tutte insieme prenditi del tempo per riflettere su ognuna di esse. Per ogni fotografia prova a rispondere per iscritto alla seguente domanda: "Che cosa rappresenta questa fotografia e perché ha significato per me?"

Prendersi del tempo per riconoscere e apprezzare le fonti di significato attraverso la fotografia può aiutare a renderle più tangibili e ricordarci cosa conta davvero per noi. L'utilizzo della fotografia può aiutare chi è più visuale che verbale: qualcosa che genitori, insegnanti e terapisti dovrebbero tenere a mente quando approcciano conversazioni sul significato, lo scopo e i valori della vita.

La Ricerca suggerisce che trovare un maggiore

significato nella vita aiuta le persone a gestire lo stress e aumenta la loro salute e il benessere generale: è ciò che rende la vita degna di essere vissuta. Ma cercare il significato della vita alle volte può essere un compito sfuggente. Nella nostra routine è facile perdere di vista il quadro generale mentre tendiamo a concentrarci più su aspetti materiali che su significati profondi. Eppure ci sono potenziali fonti di significato tutto attorno a noi, dai momenti di connessione che condividiamo con gli altri, alla bellezza della natura, dal lavoro che facciamo a ciò che creiamo. Questo esercizio ci aiuta, letteralmente, a volgere lo sguardo verso ciò che è denso di significato.

(In collaborazione con greatergood.berkeley.edu)

 Greater Good
Science Center



Vuoi leggere altri allenamenti alla felicità?

Vuoi fare il primo passo?

Per iscriverti alla newsletter settimanale dei 52 passi, vai su Mezzopieno.org/contatti



*Quando ricevi un
favore, restituiscilo
a qualcun altro*



*Fai incontrare
due persone a te
care*



*Dai nuova
vita a un oggetto
che non utilizzi più*





Francesco Giorgino

Giornalista, conduttore

Allenarsi a considerare l'opportunità di punti di vista alternativi

ELISABETTA
GATTO

Cos'è per lei una buona notizia?

Mi sono occupato a livello scientifico di questo tema in una ricerca condotta molti anni fa con gli studenti dell'Università La Sapienza, pubbli-

cata nel libro "Buone notizie" (Kappa, 2004): un'analisi quanti-qualitativa su selezione, gerarchia e trattamento delle good news in tutti i mezzi di comunicazione di massa. Abbiamo avuto la conferma di quante poche buone notizie ci sono nell'offerta newsmediale

nazionale e internazionale. La ricerca è stata utile anche per definire il concetto di "buone notizie", operando su un elemento: una buona notizia è una notizia che genera una percezione di positività, considerabile in senso assoluto o relativo, ovvero notizie che

nascono come negative e che poi si evolvono come positive. Bisogna però essere realistici. Gli americani ci dicono che "good news is a bad news": quello che colpisce è soprattutto la deroga alla regola. Si fa fatica a selezionare materiale notiziabile nel bacino delle buone notizie, anche se c'è stata una correzione di rotta negli ultimi anni e testate nazionali importanti hanno voluto destinare una valorizzazione delle notizie positive. Questo tema può essere ricondotto alla differenza esistente tra la rappresentazione della realtà e la percezione della realtà. Il rischio della notiziabilità delle bad news è quello di abituarsi a guardare il mondo attraverso il filtro della negatività, eppure ci sono tanti gesti piccoli, quotidiani, eroicità ordinarie alle quali si dovrebbe dare cittadinanza a beneficio dell'opinione pubblica.

In che modo con il suo lavoro contribuisce a fare una buona informazione, soprattutto quando è più semplice cedere al sensazionalismo o alla rincorsa dello scoop?

L'obiettivo è quello di un'informazione di qualità. Anche nel mio attuale ruolo di direttore dell'Ufficio Studi RAI sono impegnato nell'azione di contrasto all'information disorder, che si articola nella misinformation, nella malinformation e nella disinformation, che altera l'obiettivo della ricerca della verità.

Si può fare buona informazione innanzitutto rinunciando alla tentazione di interloquire con la parte del cervello che dialoga con le emozioni. Poi, verificando le fonti: viviamo in un'epoca in cui non solo esiste una dicotomia tra il vero e il falso, ma anche una più insidiosa tra il vero e il verosimile, che si manifesta attraverso le sembianze della realtà. Quali anticorpi culturali dobbiamo acquisire per non incappare nelle maglie del verosimile nell'interpretazione della realtà? La verifica delle fonti è uno di essi. Infine, occorre tenere in considerazione l'essenzialità, che significa non indugiare in particolari che nulla aggiungono alla notizia, ma che hanno solo il potere di suggestionare. Io credo nell'informazione, nella capacità di mantenere, anche di fronte agli eventi più tragici dell'attualità, una certa sobrietà.

La sobrietà è una caratteristica che le si riconosce. Quali sono, a suo parere, altri valori imprescindibili nella professione giornalistica che l'hanno ispirata nel corso della sua carriera?

L'obiettività, che non è l'oggettività, ovvero la conformità assoluta della rappresentazione all'oggetto rappresentato, ma l'obiettività intesa come l'azione razionale (secondo Max Weber), orientata al valore o allo scopo. Nell'obiettività orientata allo scopo devono

essere rispettate tre regole: separare i fatti dalle opinioni, indicare prove a sostegno delle proprie tesi, assicurare la tracciabilità dell'informazione, cioè far capire le modalità produttive attraverso cui le notizie vengono acquisite, trattate, portate all'attenzione del pubblico.

Poi il pluralismo, che è un elemento con-naturato per chi lavora nel servizio pubblico e che non è solo politico, ma valoriale, sociale, culturale, religioso, ovvero la disponibilità e l'allenamento a considerare l'opportunità di punti di vista alternativi.

Una delle sue grandi abilità è stata quella di riuscire a far convergere il mondo contadino e i saperi popolari con gli ambienti intellettuali e artistici. Qual è stata la parola d'ordine per metterli insieme?

Direi la curiosità. Se manteniamo uno spirito curioso sappiamo avvicinarci alle questioni del mondo con una mentalità aperta e non giudicante. La curiosità inoltre allena l'intelletto a superare le ormai obsolete categorie concettuali tipiche del pensiero meccanicistico che ci portano a ragionare e agire per compartimenti stagni, favorendo invece un approccio olistico. Questo permette di andare a rilevare connessioni nascoste

tra elementi apparentemente molto distanti e per molti inconciliabili come potrebbero essere il mondo contadino e gli ambienti artistici.

Il suo volto è entrato nelle case di migliaia di famiglie e da novembre conduce un nuovo programma settimanale di approfondimento,

"XXI Secolo", in seconda serata su Rai 1: qual è il suo sguardo sulla contemporaneità? Quale lettura ne vuole dare?

Come recita il claim, "Quando il presente diventa al futuro", è un programma innovativo che ha l'obiettivo di raccontare l'attualità con uno sguardo prospettico sul futuro. Sto cercando di rispondere non solo alla prima e alla seconda domanda della regola dell'approfondimento giornalistico, ovvero "cosa sta accadendo?" e "perché sta accadendo", ma anche alla terza, alla quarta e alla quinta, e quindi "cos'altro può accadere? dove altro può accadere e perché?". L'obiettivo è quello di raccontare argomenti complessi con un linguaggio immediato, diretto, semplice e con la forza narrativa dei dati.

Nel corso della sua carriera ha intervistato moltissime persone. Un'intervista che ha particolarmente a cuore? Sono tante in 32 anni di Rai e

molte mi stanno a cuore per ragioni diverse, perché mi hanno fatto crescere professionalmente o perché hanno rappresentato momenti emozionali significativi.

Quello che ricordo di più è che ho vissuto come un segno della Provvidenza attraverso una linea di continuità dal mio primo servizio al Tg1 sulle capitali della fede - a me era toccata Lourdes - al racconto in diretta con immagini inedite dell'uscita di scena di Papa Ratzinger con il volo in elicottero da Piazza San Pietro a Castel Gandolfo, fino a quando poi mi è toccato di fare il telecronista che ha dato la notizia della fumata bianca con l'elezione di Papa Francesco. Ecco, vedo una coincidenza nell'essere il giornalista che ha chiuso un pontificato e ha aperto quello successivo.

Uno dei suoi motti è "l'assenza di aspettative rende liberi": coincide con l'essere grati per ciò che inaspettatamente si riceve ogni giorno?

Sì, è avere la capacità di non essere vincolati a bias cognitivi, a preconcetti, a forme preordinate, saper essere aperti all'ignoto e all'imprevisto e a viverlo con il giusto approccio, cioè con distacco ma anche con fiducia verso il prossimo. Sono grato alla vita per quello che mi ha dato. Avevo due

Ci sono tanti gesti piccoli, quotidiani, eroicità ordinarie alle quali si dovrebbe dare cittadinanza

grandi sogni fin dai tempi del liceo: fare il giornalista e fare

il professore universitario e sono riuscito a realizzarli entrambi.

Il messaggio che vorrei lanciare ai giovani è quello di avere la consapevolezza piena di quello che si vuole fare nella vita,

poi la fortuna è anche quella di incontrare maestri, motivatori che credono in te e ti fanno andare avanti quando vedi degli ostacoli e ti incoraggiano a superarli.

Cosa significa per lei vedere il bicchiere mezzo pieno?

È una bella domanda, specie in un periodo in cui il mondo appare essere sull'orlo di una crisi di nervi e nel mentre assistiamo all'esperienza della destabilizzazione del quadro geopolitico. Significa mettere insieme due categorie: la disponibilità a considerare la

complessità del nostro tempo, rinunciando alla ipersemplificazione; e l'ottimismo della volontà, che non corrisponde necessariamente all'ottimismo della ragione e che si nutre di fiducia nel prossimo e di speranza. E l'ottimismo è contagioso!

Nasce ad Andria nel 1967.

Nel 1990 si laurea in Giurisprudenza presso l'Università degli Studi di Bari con una tesi in Diritto Costituzionale su "Sistema radiotelevisivo pubblico e privato ed ordinamento costituzionale"; ottiene la votazione di 110/110 e lode e riceve l'invito a proseguire gli studi accademici.

Da più di vent'anni svolge attività accademica. Ha iniziato nel 2001 presso l'Università "Sapienza" di Roma; attualmente è Professore di Comunicazione e Marketing alla Luiss dove dirige il Master di secondo livello in Comunicazione e Marketing Politico e Istituzionale.

Dal 1993 giornalista professionista, per 30 anni è stato nella redazione del Tg1. Redattore dal 1993, Capo Servizio dal 1999; dal 2000 Vice Capo Redattore. Nel 2001 gli vengono affidati compiti di "conduttore" dell'edizione delle 13.30 prima e poi delle 20.00. Nel 2009 viene nominato Responsabile della redazione politica con il riconoscimento della qualifica di Capo Redattore e l'affidamento delle funzioni di Capo Redattore Centrale della Testata. Nel 2021 gli vengono affidate le funzioni di Vice Direttore del Tg1.

Nel 2022 viene nominato Vice Direttore della Direzione Editoriale per l'Offerta Informativa della Rai.

Nel maggio 2023 viene nominato Direttore della Direzione Ufficio Studi Rai. Contestualmente gli viene affidata l'ideazione e la conduzione del programma di approfondimento di Rai1 "XXI secolo" in onda il lunedì sera in seconda serata.



Una serie di murali colora il paesaggio e rende omaggio alla comunità di pescatori di un quartiere di Chennai, in India

Foto di Sem Ferri



Come vedi il mondo Mezzopieno?
Invia la tua foto a redazione@mezzopieno.org



DALLE REDAZIONI GENTILI LOCALI

IL PRIMO COMUNE AUTOSUFFICIENTE D'ITALIA

Il Comune di Certosa di Pavia (PV) è il primo in Italia totalmente autosufficiente dal punto di vista energetico. Il lavoro di riqualificazione energetica effettuato su tutti gli edifici comunali, scuole, direzione didattica, ambulatori e municipio ha realizzato cappotti, pannelli fotovoltaici, infissi, insufflaggio dei tetti e barriere frangisole, ottenendo una riduzione dei consumi medi di luce gas del 70% e gli sprechi del 100%.

La conseguenza è una minor emissione di oltre 350 tonnellate annue di Co2 (l'equivalente di circa 80 campi di calcio pieni di alberi) che gli ha permesso di vincere il premio "Ambasciatori nazionali" per le imprese ed i Comuni più attenti al benessere delle loro comunità.



Certosa di Pavia (PV)

VERONA È LA CITTÀ CON PIÙ PARCHI SCOLASTICI

Verona conquista il primo posto tra le città italiane per la presenza di giardini scolastici. La città dispone per ogni abitante tra gli 0 e i 17 anni di 26,5 metri quadri di spazio per giocare e divertirsi insieme agli altri.

Per "giardini scolastici" si intendono le aree verdi e i giardini di pertinenza delle scuole, la cui importanza è stata riconosciuta anche dal Gruppo di lavoro di architetti esperti che il Ministero dell'Istruzione ha istituito per le "Linee guida Scuola futura" nel 2022, per migliorare la scuola italiana e contrastare la povertà.



Verona

IL PICENO È LA PROVINCIA CON IL MAGGIOR NUMERO DI LAUREATI

Ascoli è la provincia italiana con il maggior numero di laureati. A rivelarlo è un'indagine condotta dal Sole 24 Ore sulla qualità della vita tra i giovani. Tra le prime dieci città con il tasso più alto di giovani che hanno conseguito la laurea c'è anche un altro capoluogo marchigiano, Ancona, che occupa la nona posizione in classifica.

Un risultato a sorpresa, considerando il fatto che nel Piceno non ci sono quelle grosse facoltà che invece sono presenti nelle metropoli e soprattutto che la cittadinanza è numericamente ridotta rispetto a province più grandi. Il dato riguarda Ascoli Piceno inteso come territorio provinciale, quindi includendo anche San Benedetto e tutta la riviera. Al secondo posto Milano, seguita da Trieste.



Ascoli Piceno

CAMBIARE IL MODO IN CUI IL LAVORO SI RAPPORTA CON LE ABILITÀ

L'integrazione delle capacità e delle doti individuali e delle disabilità, nel contesto aziendale, è un processo che, oltre ad essere previsto dalla legge italiana, si presenta come una opportunità per arricchire i luoghi di lavoro, anche grazie alle nuove tecnologie.

"Oggi abbiamo la prima generazione di ex ragazzi dislessici che si propone nel mondo del lavoro", spiega Elio Benvenuti, dislessico e disability manager. "In Italia si stima siano circa 3 milioni le persone con Disturbi Specifici dell'Apprendimento (DSA), il 5,3% della popolazione", racconta a Mezzopieno. Questi disturbi sono diagnosticati in maniera diffusa da meno di 15 anni e non sono ancora molto conosciuti, soprattutto nel mondo adulto e del lavoro. Oltre il 70% di queste persone incontra difficoltà nel proprio impiego imputabili alla lettura, alla scrittura o alla memorizzazione e il 12% riferisce di essere stato licenziato per cause imputabili alla gestione dei DSA. "I manuali di istruzione e tecnici, le procedure e le guide per i processi sono spesso incomprensibili e

non solo per i DSA. Per questo le nuove tecnologie sono un grande aiuto". Sistemi di lettura automatica e di sintesi vocale, modelli visivi, video tutorial e intelligenza artificiale offrono la possibilità di non fermarsi al supporto con il quale sono trasmesse le informazioni. "L'uso delle opzioni di accessibilità già esistenti nella maggior parte dei device che tutti oggi abbiamo è uno strumento efficientissimo e alla portata di ogni persona". Benvenuti lavora con diverse associazioni e come consulente assicurativo per un importante gruppo italiano nel campo finanziario dove ha contribuito a dematerializzare i documenti cartacei: "un'operazione che è servita anche per semplificare la vita a chi non rientra nei DSA", dice. Il suo impegno è quello di abbattere lo stigma legato alla dislessia e più in generale alla disabilità.



"Dovremmo abituarci a ragionare non per sottrazione ma per addizione. Chi ha delle difficoltà ha imparato nella vita a sviluppare delle competenze alternative e questo è un valore fortissimo, anche nel lavoro". Il percorso di certificazione Dyslexia Friendly Company nelle Aziende dell'Associazione Italiana Dislessia si propone di migliorare i processi aziendali per l'inclusione e la valorizzazione delle persone con Disturbi Specifici dell'Apprendimento e prevede un percorso mirato a una revisione dei processi interni di selezione, formazione, gestione e sviluppo del personale. Attivo dal 2016 in Italia ha certificato aziende come TIM, Intesa San Paolo, AXIA, Autostrade per l'Italia.

"Dovremmo abituarci a ragionare non per sottrazione ma per addizione"

Elio Benvenuti

LE BUONE PRASSI MEZZOPIENO AL LAVORO

Dal programma Mezzopieno per l'organizzazione positiva del lavoro

IL MANAGER DELLA DIVERSITÀ: FARE DELLE DIFFERENZE UNA FORZA

Il lavoro è parte del progetto di vita di ogni persona e di una visione progettuale di lungo termine. In questo contesto, il ruolo delle persone con disabilità assume un significato diverso dal passato e si rinforza di un valore che va oltre la solidarietà e l'inclusione. Il D.lgs. 151/2015 (Jobs act), contiene un pacchetto di disposizioni che facilitano questo percorso, con particolare riferimento alla istituzione della Banca dati del collocamento mirato, alla modifica del sistema degli incentivi e all'introduzione del finanziamento.

forfettario parziale di tutti quegli "accomodamenti ragionevoli" previsti dalla Convenzione ONU che consentano la valorizzazione del lavoro delle persone disabili senza comportare oneri sproporzionati alle imprese. Da questo decreto è nata la figura del "responsabile dell'inserimento lavorativo" individuato dalla legislazione come nuovo ruolo nel settore delle risorse umane. Il disability manager si occupa di curare il processo di integrazione lavorativa delle persone disabili e svantaggiate all'interno delle imprese e degli enti pubblici.

La sua evoluzione in senso allargato è il diversity manager o l'inclusion manager, figura che ha il compito di implementare le politiche e le prassi che favoriscono l'integrazione e la valorizzazione delle diverse categorie, peculiarità, provenienze ed appartenenze dei lavoratori, comprendendone i bisogni. Un approccio soprattutto culturale che si pone nei confronti dei profili etnici, di genere, di orientamento religioso o sessuale ma anche delle classi di età o intergenerazionale. Questo modo di intendere le differenze permette di uscire dalle gabbie settoriali che spesso esistono e dai bias mentali e tecnici, favorendo il fiorire e la contaminazione dei talenti e delle idee, compensando le diversità, creando un ambiente più aperto, capace, creativo e stimolante. La diversità, se messa nelle condizioni giuste, può creare valore e diventare un motore di stimolo e di gratificazione, una forza per tutta l'impresa.



Questa rubrica è scritta con gli occhi e con il cuore da persone che amano il mondo ma che non hanno più la possibilità di muoversi e di parlare perché immobilizzati dalla Sclerosi Laterale Amiotrofica; un sistema elettronico di scrittura oculare permette loro di redigere questa rubrica, una lettera alla volta. Le loro riflessioni, il loro approccio alla vita, diventano un percorso condiviso con tutti, un'opportunità di andare oltre il quotidiano donata da chi ha un rapporto radicale e intimo con il tempo e con lo spazio, persone che la vita ha scelto per aiutarci a guardare più lontano. Il progetto di scrittura insieme a queste persone nasce soprattutto dal coraggio e dalla capacità di chi non si rassegna alla malattia e che continua a vedere avanti, al futuro, senza mai perdere la gratitudine per la vita e per il mondo.

Progetto della cooperativa
La Meridiana Monza
(articolo tratto da *Scriveresistere* Anno 4,
n. 10)

LUIGI
PICHECA

"il magazine di chi scrive con gli occhi"

SE L'OROLOGIO DELLA VITA POTESSE PARLARE

Penso che ogni orologio potrebbe raccontare tanti avvenimenti che ha visto passare sotto di sé, così come lo potrebbero raccontare gli alberi secolari o i monumenti più antichi. Essi potrebbero raccontare le cose belle o brutte a cui hanno dovuto assistere e a volte me le immagino.

L'orologio della mia stanza, però, mi invita a pensare anche alle cose che ho vissuto durante lo svolgersi della mia vita e ciò che dovrà accadere nel futuro della mia esistenza.

Ci penso e mi chiedo quante cose cambierei, se lo potessi, del mio passato. Me lo chiedo e rivado con la mente ai tanti episodi che mi hanno visto protagonista, i tanti errori che ho commesso e le cose belle che ho vissuto si precipitano, come per magia, al mio cospetto e si materializzano davanti ai miei occhi.

Mi piacerebbe cancellare gli episodi più inutili e sbagliati della mia gioventù, quando litigavo con mamma per questioni futili e, ora che comprendo meglio la vita, vorrei chiederle scusa e darle un po' di soddisfazioni in più e darle retta sulle cose che mi chiedeva di farle. Piccoli aiuti quotidiani che cercavo di evitare, i massaggi alle gambe che le facevo malvolentieri ma che le alleviavano i fastidi della flebite, ma soprattutto starei ad ascoltare dolcemente le sue parole che avevano tanto da insegnare e tanto da dire.

Starei vicino a mio padre durante la sua malattia per cercare di alleviare la sofferenza che la sua patologia gli ha inflitto per tre anni, senza dargli tregua. Oggi lo capisco e vivo sulla mia pelle parte di quella sofferenza che lo ha accompagnato fino alla tomba. Non cambierei molto altro perché ho vissuto abbastanza bene il resto della mia vita, non mi danno fastidio quegli eventi che ho concorso a realizzare.

Ho ricevuto soddisfazioni dal mio lavoro e dai miei figli che sono cresciuti bene e non mi hanno procurato guai particolari. Mi accorgo, guardando l'orologio che continua a correre, che ho tante persone da ringraziare perché mi sono state vicino nel corso della mia vita e che non ho ancora trovato le parole giuste per dimostrare il mio apprezzamento più sincero e profondo.

Guardo l'orologio e la mia mente scivola giù per il pendio dei miei pensieri disegnando uno slalom perfetto intorno ai paletti dei miei ricordi e taglia il traguardo scegliendone uno, il più appropriato in quel frangente. Il mio stato d'animo non è sempre uguale e a volte penso agli amici, a quei compagni di stanza che mi hanno lasciato e mi capita di pensare che prima o poi toccherà anche a me. Mi chiedo come sarà il grande passaggio e mi chiedo se ho fatto abbastanza nella mia vita per meritarmi un ricordo.

Lasciare una traccia di se stessi è importante, dà significato alla propria esistenza. Non pretendo di essere citato dai libri, mi piacerebbe comunque lasciare un pensiero, un segno per cui essere presente anche dopo. Un pensiero che passa presto questo della morte, poi la mia solita vitalità e il mio innato ottimismo mi riportano ai pensieri di sempre e la mia carica si rivolge a ricordi belli.

Belli come gli amici che avevo e che ho trovato proprio quando il buio ha preso il sopravvento, quando ti senti solo e perso. Allora scopri quante mani ti vengono tese, mani che ti vengono in soccorso e che non conoscevi, mani a cui non puoi negare la tua.

Per essere felici, in fondo, ci vuole poco e soprattutto non si deve smettere di fidarsi della vita perché, se l'accogli, continua a stupirti con le sue sorprese, capaci persino di farti rinascere quando meno te lo aspetti!

Viaggi fisici ma soprattutto...

NATALIA
CERAVOLO

Prendere, andare, cambiare vita.

Capita a tutti, prima o poi, di sentirsi intrappolati in una routine che non ci appartiene più.

Cosa fare quando le aspettative degli altri non corrispondono più al nostro momento di crescita, al nostro "io" interiore, ai nostri desiderata?

Prima regola: non dimentichiamoci mai di noi stessi.

Seconda regola: forse partire.

Lo fa Margot, ricca ereditiera spagnola, protagonista della serie tv Netflix **Il racconto perfetto**, tratta

dall'omonimo romanzo di Elisabet Benavent, edito da Salani. Margot, ovvero Margarita Ortega Ortiz de Zárate, ha 32 anni, lavora nell'azienda di famiglia ed è in procinto di sposare Filippo, un nobile belloccio di origine italiana. Il

giorno delle nozze viene colta da un attacco di panico e fugge via sotto gli occhi attoniti delle sorelle e della madre. Una sera, le due sorelle tanto ordinarie quanto incasinate internamente la trascinano in un bar. Qui conoscono il barman David, 27 anni e il cuore spezzato: la fidanzata storica Idoia lo ha appena lasciato. Tra Margot e David nasce un'intesa estemporanea, scaturita da una bugia: dicono a Idoia che sono in procinto di partire per la Grecia. E tra il serio e il faceto, lo fanno veramente. Prima di atterrare, stilano una lista di cose che entrambi devono fare. Inoltre, siglano un patto: sono amici e qualsiasi cosa accada rimarrà in Grecia. E, una volta tornati a Madrid, riprenderanno le loro vite. Del resto, l'obiettivo comune è concedersi un po' di giorni di libertà prima di riconquistare i rispettivi ex.

È l'inizio di un viaggio che li cambierà per sempre. In Grecia Margot si sente libera per la prima volta, scevra dalle imposizioni familiari, dalle etichette e si fa conoscere per quella che è. David si lascia trascinare e trascina a sua volta Margot. Alla fine, dovranno fare i conti con i loro sentimenti. E forse, anche, con il fatto di aver conosciuto per la prima volta il vero sé.

La colleghiamo a **Treno di notte per Lisbona**, che ci impone un quesito mica da poco: "Se possiamo vivere solo una piccola parte di quanto è in noi, che ne è del resto?"

Il professor Raimond Gregorius – Mundus, per allievi e colleghi – è un professore di liceo di Berna sulla cinquantina; è un erudito e profondo conoscitore di lingue antiche e dei testi afferenti a questi ambiti linguistici. Considerato pedante e abitudinario, conduce una vita piuttosto schiva, ha alle spalle un matrimonio fallito con una sua ex-allieva e un unico amico – l'oculista greco Doxiades. Una mattina, mentre si sta recando a scuola sotto una pioggia torrenziale, sta per attraversare il ponte sul fiume, quando si trova davanti una giovane donna, visibilmente scossa, che sta leggendo un foglio. Dopo averlo gettato dal ponte sembra in procinto di compiere un atto fatale; il professore si precipita per scongiurare il peggio e la donna, confusa e fradicia di pioggia, gli scrive un numero di telefono sulla fronte con un pennarello. Stupito e preoccupato, Mundus cerca di aiutarla e lei gli chiede di poterlo seguire. Ecco che fanno il loro ingresso nella scuola, e poi nell'aula, lasciando tutti a bocca aperta. Poi, dopo avere detto di essere portoghese – con un accento che strega il professore -, la ragazza sparisce.

Questo incontro cambia le sorti della sua vita. Spinto dalla necessità di re-incontrarla, si reca nei pressi del ponte, fino a giungere in una libreria antiquaria nella quale, casualmente, si imbatte in uno strano libro portoghese. Mundus non conosce una parola di portoghese, ma quando il libraio gli traduce il titolo, "Un orafio delle parole" – lui che sulle parole ha costruito la sua erudizione -, è affascinato e curioso di saperne di più. Decide così di comprare un corso di lingua portoghese e si chiude in casa a studiare. Dopo una notte insonne in cui riesce a tradurre alcune pagine del testo prende la faticosa decisione di lasciarsi alle spalle la vita fin lì condotta e, senza dire nulla a nessuno, parte con un treno diretto a Lisbona.

Cosa gli riserverà la vita?

Magari da lì inizierà a comprendere cose mai sospettate, non solo del meraviglioso mondo da studiare, ma in quello da vivere?



Questa rubrica nasce con la voglia di unire. L'idea che la sottende è che, guardando bene, tutto è collegato. Un macro tema che collega libri, film e serie tv, tutto col sacro file rouge della parola. La rubrica è a cura di Natalia Ceravolo, due figli, una manciata di dolori e gioie ad ogni angolo. Sul suo canale instagram raccoglie tutto, per non perdere il segno: <https://www.instagram.com/nataliaceravolo/?hl=it> Per ascoltarla tutte le domeniche su Radio Capital: <https://www.capital.it/programmi/betty/puntate/>



“ Entrare nel dolore non curato degli altri

Se un uomo dovesse prendermi a calci fino alla morte io alzerei ancora gli occhi a guardarlo in viso, e mi chiederei: Mio Dio, ragazzo, che cosa mai ti è capitato nella vita di tanto terribile da spingerti a simili azioni?

Quando qualcuno mi rivolge parole di odio non provo mai la tentazione di rispondere con l'odio, ma sprofondo improvvisamente nell'altro, in una sorta di disorientamento doloroso e al contempo interrogativo, e mi chiedo perché l'altro sia così, dimenticando me stessa.

Una pace futura potrà esser veramente tale solo se prima sarà stata trovata da ognuno in sé stesso, se ogni uomo si sarà liberato dall'odio contro il prossimo, se avrà superato quest'odio e l'avrà trasformato in qualcosa di diverso, forse alla lunga in amore.

- *Etty Hillesum*

(da "Diari" 1941)



LA FATTORIA NATURALE SHIZEN

Imparare a fidarsi e cooperare con la natura

“Avere cura della terra significa prendersi cura di se stessi, degli altri e del mondo”

DIEGO MARIANI

La fattoria Shizen si trova sulle colline delle Marche, tra Gubbio e Urbino, e fonda la sua attività su cinque semplici principi, che sono il cardine dell'agricoltura naturale: nessuna aratura, nessun fertilizzante, nessun diserbo, nessun pesticida e nessuna potatura degli alberi. È nata nel 2021 su iniziativa di Kutluhan Özdemir che, ispirandosi al metodo di Masanobu Fukuoka, desiderava creare uno spazio dove apprendere, praticare e insegnare "l'agricoltura del non fare". Le attività organizzate dalla fattoria Shizen sono gratuite e aperte a quanti – dall'Italia e dal mondo – sono alla ricerca di una vita autosufficiente e in armonia con la natura. Incontriamo Kutluhan poco prima della sua partenza verso uno dei tanti laboratori che conduce in Italia e all'estero per diffondere l'agricoltura naturale, nello spirito dell'economia del dono.

Come è nata la vostra fattoria naturale?

Torniamo al 2012. All'epoca facevo ricerca all'università di Istanbul e dentro di me sentivo che sarei andato a vivere in montagna. Non avevo però idea di come avrei coltivato il mio cibo dal momento che sono nato e cresciuto in una grande città, nel Kurdistan turco. Così ho iniziato a guardarmi in giro incontrando prima la permacultura e le food forest, fino ad arrivare a Masanobu Fukuoka. Non appena l'ho letto, il suo libro [La rivoluzione del filo di paglia, n.d.r.] mi è entrato nel cuore. Mi è sembrata una bellissima utopia ma desideravo vederne le applicazioni pratiche e così sono partito per andare a incontrare i suoi allievi in giro per il mondo. Ho viaggiato e vissuto per circa due anni con alcuni di loro in Sud America, dopodiché sono tornato in Europa cercando un pezzo di terra tra Portogallo, Spagna e Italia senza però trovare nulla perché all'epoca non avevo soldi. Allora ho contattato Panos Manikis, un allievo di Fukuoka, per chiedergli se avrebbe potuto ospitarmi nella sua fattoria in Grecia men-

tre cercavo la terra. Così sono rimasto a vivere lì per cinque anni gestendo la sua fattoria, fino a quando non è nata nostra figlia. In quel momento abbiamo sentito il desiderio di farla crescere in Italia e, al contempo, sperimentarci in un progetto dove partire da zero per creare una fattoria con il metodo naturale.

Qui coltiviamo ortaggi per il nostro consumo, vendendo l'eccedenza; inoltre abbiamo una cinquantina di alberi da frutta. Dal punto di vista alimentare siamo quasi completamente autosufficienti: quello che non produciamo (riso, pasta, formaggi, vino) lo scambiamo con i contadini intorno a noi.



Quante persone vivono alla fattoria in modo stabile?

In questo momento siamo sei persone fisse. Proprio in questi giorni una coppia è in arrivo per vivere nella casa che si trova a 50 metri dalla fattoria. In questo modo ci stiamo trasformando in una comunità. Ci sono momenti nei quali

ci sono oltre trenta persone in fattoria.

Cos'è l'agricoltura del non fare?

Inizio a dirti che cosa non è. L'agricoltura naturale è la base di tutto, è già là senza che noi facciamo nulla. È sempre presente. Quando togliamo ciò che abbiamo costru-

ito negli anni, nella nostra testa e nel nostro mondo interiore, quello che rimane è l'agricoltura naturale. Quando togli il trattore, i fertilizzanti, i pesticidi ciò che rimane è l'agricoltura naturale che non è un semplice modo di coltivare il cibo. La sua vera essenza è partecipare ad un'armonia invisibile che va avanti in ogni momento. Prima di tutto saperla vedere e poi partecipare a questo movimento. Come risultato di questa armonia esce fuori un bosco oppure una fattoria naturale. Sta già accadendo, noi semplicemente prendiamo parte a questo processo.



Pensi che cambiando il modo di coltivare il nostro cibo possiamo cambiare i nostri valori e, dunque, la nostra società?

In realtà non è sufficiente cambiare il modo di coltivare il cibo. Il cambiamento deve partire da qualcosa di più profondo. Ad esempio nell'agricoltura moderna quando una pianta è classificata come infe-

**LA BUONA PRATICA SUGGERITA DA SHIZEN:
Prenditi cura della terra**

stante la soluzione che troviamo è estirparla; la stessa cosa facciamo nella medicina moderna, quando abbiamo il mal di testa la soluzione che proponiamo è di eliminare il sintomo. Questo modo di pensare è presente in tutti gli aspetti della nostra vita: alla sua origine c'è la nostra testa che ha accumulato questa forma di coscienza. Perciò non è sufficiente cambiare il modo di coltivare il nostro cibo, se l'approccio alla vita di cui ho appena detto rimane invariato. Deve prima avvenire qualcosa dentro di noi e poi, come conseguenza, cambieranno il modo di coltivare il nostro cibo, la nostra medicina e le relazioni umane.

Come hai vissuto in te questo cambiamento?

Mi ha trasmesso calma e fiducia

verso la vita. Ho realizzato che non devo preoccuparmi di nulla perché la vita è già perfetta. Quando parti con questa fiducia e vedi questa armonia che va avanti e indietro non c'è più nulla di cui preoccuparsi.

Fukuoka affermava che il fine ultimo dell'agricoltura è il perfezionamento dell'essere umano. Che cosa significa nella tua esperienza?

Avere cura della terra significa prendersi cura di se stessi, degli altri e del mondo. Una volta che questo approccio è dentro di te, diventa una presenza nella tua vita, nell'energia che porti al mondo. Questa cura porta come risultato il perfezionamento dell'essere umano.

Quale ruolo ha la gratuità nella diffusione delle pratiche di agricoltura naturale?

È sempre stato qualcosa di profondo per noi dell'associazione italiana Rete per l'Agricoltura Naturale (RAN) il volere essere qui volontariamente senza aspettativa di guadagno economico. Non è il momento storico di parlare di soldi o di condividere questo regalo di Fukuoka tramite il denaro. Se vogliamo davvero

cambiare l'approccio allora vogliamo cambiare tutto, inclusa la parte economica. Anche noi naturalmente utilizziamo i soldi per vivere ma molto dipende dal modo in cui li usiamo. Ad esempio tutto quello che esce dalla fattoria viene venduto ad un prezzo fisso di 2€ al kg: ciliegie, aglio, noci, mele, pomodori etc. Perché lo facciamo? Innanzi tutto è una conferma che i prodotti dell'agricoltura naturale sono accessibili a tutti. Inoltre è

una scelta che ci consente di vedere la natura come qualcosa di unico, senza discriminare un albero dall'altro in base alla nostra utilità. Perciò i laboratori della RAN sono gratuiti. Andiamo a casa delle persone e se lo desiderano trascorriamo la giornata a preparare l'orto insieme ai loro amici. In condivisione, in rete. È così che cambierà il mondo. Piano piano, però questa è la strada.



MEZZOPIENO Incontra è dedicato a nuovi stili di vita improntati all'etica e alla sostenibilità. Andiamo a trovare persone, associazioni ed enti che sono alla ricerca di alternative positive ai modelli tradizionali nel loro vivere quotidiano e nella loro attività. Per conoscerli e trascorrere del tempo insieme, per farci ispirare e contagiare dal loro esempio... e per condividere con loro il senso del messaggio Mezzopieno.

#RINGRAZIAREVOGLIO

Un progetto collettivo a cui ognuno può partecipare condividendo il proprio verso

Nel 1964 Jorge Luis Borges scrive
"Altra poesia dei doni"



*Ringraziare voglio il divino
labirinto degli effetti e delle cause
per la diversità delle creature che
compongono questo singolare universo,
per la ragione, che non cesserà di sognare
un qualche disegno del labirinto...
... per lo splendore del fuoco, per l'arte
dell'amicizia, per l'odore medicinale
degli eucalipti...*

RingraziareVoglio è un progetto che ha l'obiettivo di riconoscere e portare alla luce le sensazioni, le emozioni e i pensieri che danno profondità e colore all'esistenza, rendendoli patrimonio comune. Un racconto collettivo ispirato dalla poesia di Borges a cui ognuno può partecipare scrivendo e condividendo il proprio personale contributo per celebrare la bellezza della vita, il proprio ringraziamento. Il progetto è ideato e curato da Lorenza Anselmi.



Condividi il tuo verso

www.ringraziarevoglio.it

Twitter #RingraziareVoglio

Per le montagne

- Lanfranco

Per gli amici che mi sopportano

- Olga

Per chi prepara il cibo per gli altri con amore

- Maria

Per avere la forza di andare avanti

- Silvana

**Per la signora che tutte le mattine viene a portare
via la pattumiera**

- Stefano

Per l'ordine

- Sonia

Per chi mi ha dato la vita

- Sarah

Per il caffè

- Stefania

Per i cavalli

- Aurélie

Per il sole d'inverno

- Leone

Per gli occhi delle persone sincere

- Giovanna

Per chi si prende cura degli altri

- Silvia

Per aver saputo aspettare

- Cesco

Per chi non ruba quando potrebbe farlo

- Asia

Per le mie mani e per tutto quello che possono fare

- Gianluca

Per il creme caramel di mia nonna

- Federica

Per chi ti regala la frutta e la verdura

- Valeria

Per la magia del Natale

- Dafne

Per il cuscino che mi accoglie a fine giornata

- Eleonora

Per tutti i libri che non ho ancora letto

- Lara

Per i regali pensati

- Rossella

Per.....

(scrivi qui il tuo ringraziare voglio)



POVERTÀ

SALUTE

ECONOMIA ETICA

ECOLOGIA

INFORMAZIONE COSTRUTTIVA

SOSTEGNO ALL'INFANZIA

COSTRUZIONE DI STRUTTURE

BUONE PRATICHE

INSERIMENTO LAVORATIVO

RICERCA SCIENTIFICA

DIALOGO INTERRELIGIOSO

DISABILITÀ

CULTURA DELLA POSITIVITÀ

CRESCITA PERSONALE

SPIRITUALITÀ

SOLIDARIETÀ

EDUCAZIONE E ACCOGLIENZA DELL'INFANZIA IN INDIA

I pilastri di una società solida poggiano soprattutto sulle nuove generazioni. Gli interventi studiati per bambini e giovani, programmati negli anni della formazione, risultano di maggiore impatto sociale e si dimostrano particolarmente efficaci nel raggiungimento degli obiettivi di sviluppo sostenibile.

È pertanto convinzione di SEMI onlus e del Movimento Mezzopieno che costruire un futuro per i giovani significa porre le basi per lo sviluppo dell'intera società. A questo scopo tra le principali azioni promosse in India sin dal 2007 si annoverano:

L'educazione primaria e secondaria

La formazione professionale

L'accoglienza e cura di orfani, semi orfani e bambini provenienti da situazioni di fragilità

La protezione dei bambini di strada e schiavi del lavoro

L'accoglienza e cura di bambini con disabilità motoria e mentale, ciechi e sordi, sieropositivi

Le attività di doposcuola

Il programma Little Flowers promosso da SEMI onlus in India fornisce istruzione, alloggio, cibo e cure mediche agli orfani, semi-orfani, bambini abbandonati e in situazione di forte vulnerabilità nella regione del Telangana. Le attività del programma consistono nella selezione e formazione di personale qualificato, nella costruzione di scuole, collegi e strutture ricettive e nella conduzione di programmi educativi, formativi e di accoglienza. Ogni anno beneficiano del programma circa 700 bambini e ragazzi.

Il programma è finanziato, in parte, tramite le "adozioni a distanza" con le quali è possibile sostenere nel percorso di studi uno o più bambini. Se vuoi avviare un sostegno a distanza scrivi a info@semionlus.org o chiama il numero 011/19717009

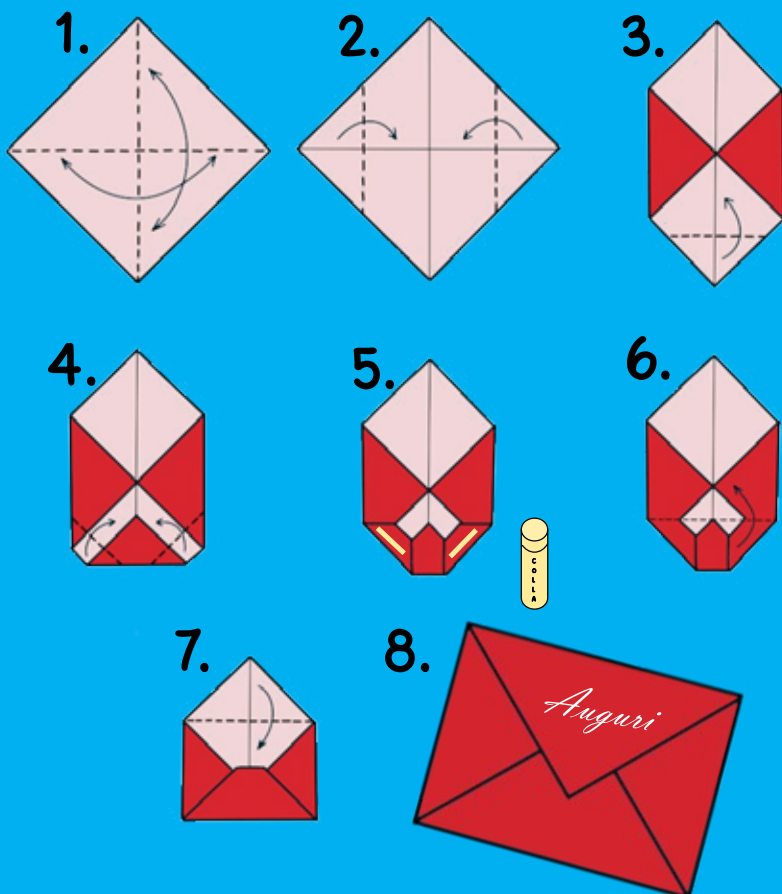
IL PROGETTO <https://www.semionlus.org/portfolios/programma-little-flowers/>





AUGURI GENTILI

Per auguri speciali ci vuole una busta speciale!
Procurati un foglio di carta (meglio se riciclata) e segui
i passaggi dall'immagine numero 1 al numero 8.



Ciao!
Vuoi realizzare un biglietto d'auguri speciale?
Costruisci la tua busta e inserisci il tuo biglietto con una
frase da dedicare ad una persona speciale per te.
Lasciati ispirare dalle belle parole scritte qui sopra, o
inventa tu liberamente con fantasia e creatività.
Io ne ho scritto uno in rosso, di esempio, che dedico a TE.
Scrivi anche tu ciò che ti detta il tuo cuore!



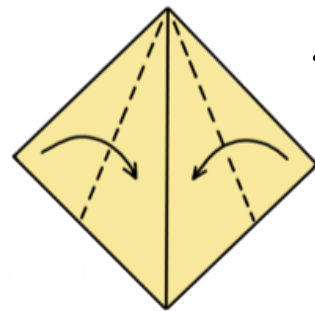


ALBERELLI GENTILI

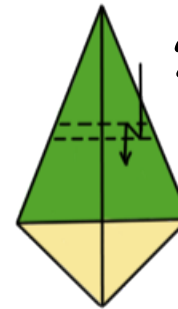
Regala un albero della gentilezza.

Se vuoi nella busta puoi aggiungere anche un alberello della gentilezza da regalare a chi desideri. Se ti fa piacere puoi anche appenderlo, o utilizzarlo come segna-posto, o bigliettino per accompagnare un pacco-dono (puoi scrivere il nome del destinatario sul retro).

Segui i passaggi e realizza tuo albero d'auguri gentile!



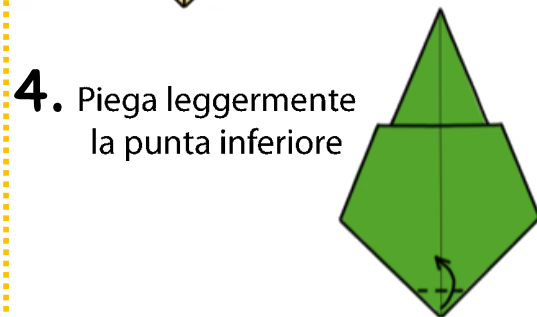
1. Piega le linee tratteggiate per incontrare la linea centrale



2. Piega a gradini nelle linee tratteggiate

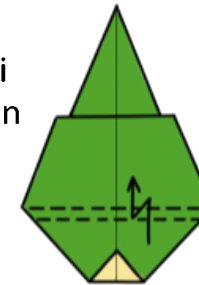


3. Gira la figura

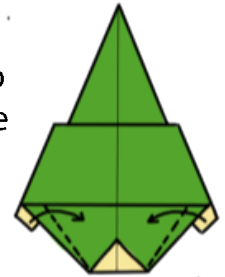


4. Piega leggermente la punta inferiore

5. Piega a gradini come segnato in figura



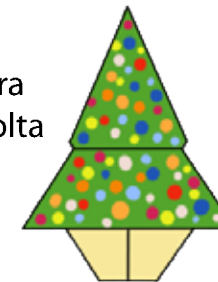
6. Ripiega in dentro seguendo le linee tratteggiate nel disegno



7. Ripeti il passaggio anche per la parte alta



8. Gira la figura un'ultima volta



9. Ecco, ora il tuo albero è pronto! (Fai un buco sulla punta e aggiungi un cordino così potrai anche appenderlo).



Decoralo come più ti piace!
Puoi usare tutti i colori e le decorazioni che preferisci.
Con il colore puoi addirittura trasformare il tuo albero in un piccolo Babbo Natale.

Divertiti usando la tua creatività!



DURANTE IL VOSTRO ANNO DI SERVIZIO CIVILE ALL'ESTERO, IN CHE MODO AVETE COSTRUITO PONTI DI PACE?

Lo abbiamo chiesto ad alcuni ragazzi che hanno appena concluso questa esperienza

Anna

Il mio servizio civile in India è stato intenso e arricchente. Credo che il ponte che si è creato sia la naturale evoluzione di rapporti umani basati sull'apertura verso l'altro, la curiosità e l'ascolto.

Sono necessarie pazienza e perseveranza perché non tutti sono disposti ad accettare l'altro nel profondo.

Ma è quando si comunica e si scopre di avere obiettivi comuni che ci si rende conto di non essere soli e con questa forza comune si può supportare chi è più debole o in difficoltà.



Giampaolo

Ho svolto il servizio civile in Brasile, in un progetto di educazione ed istruzione per bambini ed adolescenti. Tra la grande quantità di ragazzi e le classi numerose, ogni giorno capitava di dover affrontare qualche bisticcio e certe volte qualche litigio vero e proprio. Dopo qualche tempo si era delineata una strategia per affrontare questi momenti: prendere i ragazzi coinvolti, faccia a faccia, e cercare di far spiegare l'un l'altro le proprie ragioni, facendo da intermediario.



IL CILE DIVENTA IL PRIMO PAESE AL MONDO AD INSERIRE IL REATO DI ECOCIDIO NEL CODICE PENALE

1° settembre – Ministero della giustizia e dei diritti umani

L'EUROPA HA DIMEZZATO LA DIPENDENZA DAL GAS RUSSO

18 settembre – Centre for Research and Clean Air

TERMINA LA GUERRA TRENTENNALE IN NAGORNO-KARABAKH

20 settembre – Governo separatista del Nagorno-Karabakh

LE TRIBÙ INDIGENE BRASILIANE VINCONO LA CAUSA PER PROTEGGERE LE LORO TERRE ANCESTRALI

21 settembre – Marco Temporal

LA FRANCIA RITIRA LE TRUPPE MILITARI DAL NIGER

24 settembre – Presidenza della Repubblica Francese

L'UCRAINA CREA UN NUOVO CORRIDOIO PER IL GRANO CON LA ROMANIA

24 settembre – Ministro Oleksandr Kubrakov

L'ARMENIA ADERISCE ALLA CORTE PENALE INTERNAZIONALE

3 ottobre – Assemblea Nazionale Armena

L'EUROPA APPROVA LA NUOVA LEGGE PER RIDURRE I RISCHI DA AMIANTO

3 ottobre – Parlamento europeo

L'EUROPA COMPLETA IL PACCHETTO LEGISLATIVO FIT FOR 55 PER IL CLIMA

9 ottobre – Commissione europea

Sem

Credo che non serva la presenza di una guerra perché si possa contribuire alla costruzione della pace. Durante la mia esperienza in India ho potuto vivere in prima persona questo principio, scoprendo che anche semplicemente con lo stare insieme possiamo trasmettere attraverso la nostra presenza dei messaggi e delle pratiche positive, per far crescere la società in cui viviamo secondo logiche non violente ed inclusive.



Francesco

Ho provato a costruire ponti di pace portando con me e condividendo alcuni maestri della nonviolenza come Gandhi e Capitini. Ho provato a condividere apertura, inclusione, compresenza, persuasione, ed anche disobbedienza, Verità e amore. La sperimentazione e la messa in pratica di questi principi è stata la bussola dei miei gesti, dei tentativi di ponte. Insomma, la cooperazione è stata un tentativo, come nel quotidiano, di lavoro sulle mie e nostre azioni e reazioni, intime e condivise.

L'ITALIA ADOTTA LA GLOBAL MINIMUM TAX SULLE MULTINAZIONALI

9 ottobre – Commissione europea

IL BANGLADESH É IL PRIMO PAESE AL MONDO A DEBELLARE LA LEISHMANIOSI VISCERALE

31 ottobre – World Health Organization

L'EUROPA AVVIA IL MANDATO NEGOZIALE TRA STATI PER CONTRASTARE IL GREEN WASHING

2 novembre – Parlamento europeo



LA GUERRE CHE COMBATTIAMO OGNI GIORNO

Ci indigniamo profondamente davanti alle guerre e a chi le provoca, nei confronti della violenza e dei soprusi, condannando i conflitti e l'uso della prevaricazione. Il sentimento comune a favore della pace è largamente diffuso e condiviso, considerato da molti un valore universale. Spesso siamo talmente convinti dell'importanza di questo principio, da essere pronti anche a lottare per difenderlo come se fosse un diritto.

Chi fa la guerra è considerato un aggressore, a volte un terrorista, un eroe o quando si difende, magari attraverso gli stessi mezzi con cui è stato offeso, un paladino dei propri diritti. Quasi una catalogazione tra guerre giuste e guerre sbagliate. Come se il punto da cui si effettua l'osservazione cambiasse la responsabilità e gli effetti di un conflitto. In fondo, in una guerra, dopo i primi scambi, vendette e rivendicazioni, diventa difficile stabilire chi ha iniziato o chi è vittima, ragione e torto. È un dilemma che si trasforma velocemente in una trappola e alla fine può ingabbiare in un imbroglio ideologico da cui è difficilissimo uscire. Ogni volta che viene issata la bandiera della lotta, questo inganno monopolizza i pensieri e li carica di cecità.

Non capita solo nelle guerre tra Stati o gruppi opposti ma tutte le volte che si sceglie la battaglia per il raggiungimento di un obiettivo. Un atteggiamento frequente in cui si rischia di cadere ogni volta che si considera un valore come inviolabile. Rivendicare una propria posizione attraverso la sua imposizione, segue una logica di potere che è inversa a quella che manda avanti il mondo da sempre e che genera la vita. Ci sono due tipi di potere, quello dell'odio e quello dell'amore, uno che distrugge, uno che crea. Uno che fa la rivoluzione, l'altro che spinge l'evoluzione. Si potrebbe dire, semplificando, che uno va avanti e l'altro torna indietro.

Quante lotte intraprendiamo ogni giorno? In tutta la nostra vita? Quanto valore diamo alla capacità di raggiungere un obiettivo attraverso lo strumento della lotta? Non si tratta solo di quelle lotte intraprese per difesa o per vendetta ma soprattutto di quelle che consideriamo giuste e talvolta persino doverose. In fondo non c'è molta differenza tra lo spirito di una guerra scatenata da un dittatore e chi ti riga la macchina perché gli hai parcheggiato troppo vicino al portone di casa. È paradossale, ma si tratta soprattutto di una questione di

possibilità e di ruoli. Qualcuno ha in mano una chiave appuntita, altri i pulsanti della bomba atomica. Capire questo meccanismo significa prevenire le guerre nei nostri gesti quotidiani.

Se ci aspettiamo che la vita ci dia ciò che ci attendiamo o che ci sembra ci meritiamo, se la nostra realizzazione dipendesse da ciò che otteniamo dal mondo, allora sarebbe davvero un filo sottile pronto a spezzarsi sotto il peso di tutto ciò che invece non riusciamo ad avere o a comprendere. Ma la vita tesse pazientemente ed è giunta fino a noi perché non segue questa logica. Attaccarsi alla nostra idea di come dovrebbero essere il mondo, l'altro o addirittura noi stessi, ci porta prima o poi a scontrarci con le nostre stesse immagini, quando la vita va da un'altra parte. Rimanere attaccati è la prima fonte di violenza. Sembra un ossimoro ma anche in guerra si chiama attacco. L'alternativa costruttiva all'attacco è l'unione, amare qualcosa più grande di sé e che va oltre la nostra idea del mondo e delle cose, che nasce da Me più Te, per addizione, non per sottrazione. La differenza fra combattere e costruire.

La pace si fa in tempo di pace, ogni giorno, ogni volta che si sceglie di cercare di com-

prendere, di uscire da sé stessi per entrare nell'altro, ogni volta che si perdona, che si rinuncia ad usare la forza nei confronti di chi è più debole. Negli abbracci, nei silenzi dove c'è rumore, nell'innaffiare i semi che hanno seminato altri. Deponendo le armi, disarmandoci delle nostre convinzioni e dei pregiudizi, non costruendo arsenali fisici e mentali ma campi di erba su cui sdraiarsi insieme a contemplare il cielo.

Forse se Putin avesse sperimentato il potere dell'amore nella sua vita, non sarebbe diventato chi oggi è. E se noi saremo capaci di imparare a camminare a piedi nudi sul mondo, senza calpestarlo, permettendoci di sbagliare e di lasciarci lentamente plasmare dalla sua forma e dal suo ritmo, allora staremo costruendo la pace ogni giorno e non ci sarà più spazio per la guerra. In ogni passo e nella sofferenza del mondo c'è tutto il suo sforzo di evolversi e di unirsi ed è proprio lì che possiamo diventare candidi e capire che non si tratta di dove mettere la soglia tra il bene e il male, ma che la soglia siamo noi.

Luca Streri



Mezzopieno è possibile grazie al lavoro anche volontario di tante persone, alla condivisione gratuita e alle donazioni

per sostenere Mezzopieno
IBAN IT21R 03043 01000 CC001 00106 19
SEMI ONLUS C.F. 97684940014

SEGUICI SU:

Facebook - mezzopienonews

Twitter - Mezzopienonews

Instagram - movimento_mezzopieno



Mezzopieno News è stampata su carta realizzata con legno proveniente da fonti responsabili. Stampato con inchiostri e solventi a base vegetale. Utilizziamo stampe Carbon Balanced Printing e carta prodotta con processi eco sostenibili. Compensiamo interamente il CO₂ che produciamo. I dettagli su www.mezzopieno.org/compensazione-ecologica

MEZZOPIENO NEWS:

Iscrizione al n° 19 del 24/7/2015 del registro del Tribunale di Torino

PROPRIETARIO ED EDITORE:

Semi onlus, piazza Risorgimento 12, Torino

DIRETTRICE RESPONSABILE: Elisabetta Gatto

COMITATO EDITORIALE: Elisabetta Gatto, Diego Mariani, Luca Streri

HANNO COLLABORATO: Manuela Jana Pavia, Vanessa Vidano, Federica

De Angelis, Natalia Ceravolo, Carla Gai, Stefania Bozzalla Gros, Giulia Ribet, Caterina Pavan, Mauro Borgarello

PER COMUNICARE CON NOI, PER RICEVERE LA RIVISTA, PER ENTRARE NEL MOVIMENTO MEZZOPIENO info@mezzopieno.org
TUTTO IL RESTO www.mezzopieno.org

QUESTA COPIA È PER TE

Scrivi il nome della persona a cui vuoi donare Mezzopieno News