

MM

Quindicinale N. 10 - 16 MAGGIO 2025



AffittaMi l'aiuola

Le storie di adozione del verde pubblico

PIANO CITY

LA STRATEGIA CULTURALE
DEI FESTIVAL DIFFUSI

CELIACHIA

LA DIGITALIZZAZIONE
DEI SUSSIDI PER I FUORISEDE

SPADA LASER

NATA COME ARMA DI UN FILM
MILANO L'HA RESA UNO SPORT

Sommario

16 maggio 2025



In copertina: un dettaglio di un'aiuola autogestita dai cittadini della città.
Foto di Michela Cirillo

3 Città da rammendare.
Senza allarmismi
di Marco Pessina

4 Le vie della musica
sono infinite
di Linda Tropea

6 Gli spazi rinascono
con i festival diffusi
di Riccardo Stoppa

7 Chiamatele mestruazioni
di Arianna Salvatori

8 I dazi colpiscono Lambrate
Nel mirino i dolci artigianali
italiani

di Andrea Pauri

9 Vi presento la farinata
di Giovanni Santarelli

10 Musica oltre i generi
di Marco Pessina

11 A macchia d'olio
di Enrico Pascarella

12 Un fiore nel cemento
di Michela Cirillo

14 L'improvvisazione si impara
di Alan Arrigoni

15 Spettacoli in miniatura
di Filippo Di Biasi

16 Disagi a base di glutine
di Matteo Lefons

17 Banchi contro la dispersione
di Niccolò Poli

18 Vita da wrestler,
verso la Gran Finale
di Giovanni Cortesi

20 Il potere trasformativo
delle storie
di Mariarosa Maioli

al desk
Filippo Di Biasi
Matteo Lefons
Mariarosa Maioli
Giovanni Santarelli

In collaborazione
con
Cassa Depositi e Prestiti

cdp 

Quindicinale
del
Master in Giornalismo/Ifg

Scuola di giornalismo "Walter Tobagi"
Università degli Studi di Milano

Piazza Indro Montanelli, 14
20099, Sesto San Giovanni - Milano

Indirizzo e-mail
giornalismo@unimi.it

direttore responsabile
Venanzio Postiglione

vice direttore
Claudio Lindner

direttrice della Scuola
Nicoletta Vallorani

coordinamento di redazione
Valeria Valeriano

Segreteria del Master
Tel.+390250321731

E-mail: elisa.sgorbani@unimi.it

MIMI

(registrazione Tribunale di Milano
N°321 del 9 - 05 - 2006)

STAMPA-Loreto Print
via Andrea Costa, 7 - 20131
Milano



19 Professione jedi
di Nicolò Piemontesi

Città da rammendare. Senza allarmismi

di **MARCO PESSINA**
@marco_pessina92



Una camionetta della polizia locale in piazza Duomo (foto di Marco Pessina)

Con una certa frequenza Milano viene paragonata a Gotham City. Un'immagine suggestiva che si riverbera in una percezione sempre più diffusa di insicurezza. Ai criminali seriali si aggiungono i soffiatori sul fuoco seriali. Si grida alla vergogna e si chiede la testa di qualche assessore. Chi amministra la città cerca in rincorsa la cifra record di 500 agenti di polizia locale, salvo poi ammettere di non avere le risorse per assumerli. Getta allora la palla al governo, che non si dà pervenuto.

È giusto guardare con oggettività i dati e questi dicono che ci sono 21mila reati denunciati in meno rispetto a dieci anni fa. Milano è tuttavia al primo posto in Italia tra le città per furti e al secondo per rapine: reati predatori che colpiscono di più l'opinione pubblica. Militarizzare il capoluogo però non risolverebbe il problema. Potrebbe tranquillizzare qualcuno, che si sentirebbe più al sicuro, ma sarebbe un'operazione di facciata: un delinquente ripiegherebbe nel quartiere accanto a quello dove è appostata una pattuglia.

Serve interrogarsi allora sugli aspetti sociali all'origine del problema. Non per buonismo, ma per agire sulle cause e arginare le conseguenze. Rendere più vivibili i quartieri, assistere le famiglie con minori, monitorare la qualità dell'istruzione.

A Milano i bambini e i ragazzi che non vanno a scuola o che hanno una frequenza irregolare sono pochi: circa 300, lo 0,2 per cento del totale. I programmi del Comune contro la dispersione scolastica riescono a tenere basso questo numero.

La difficoltà arriva dopo, per quei giovani (uno su dieci) che non proseguono gli studi dopo la licenza media, e non fanno percorsi di formazione. La sicurezza è una questione seria, da affrontare senza fare di tuttata l'erba un fascio.

È imputato all'immigrazione l'aumento dei reati. Vengono addossate colpe generali ai gruppi di giovani di seconda generazione senza preoccuparsi dell'impatto che certe parole comportano. E si scorda che è compito di tutti rammendare una società sfilacciata.

Le vie della musica sono infinite

Con centinaia di concerti gratuiti, dal 23 al 25 maggio Piano City si diffonde per le strade. «E il gap tra pubblico e pianoforte si accorcia»

di LINDA TROPEA
@lindatropea

C'è un momento magico, ogni primavera, in cui Milano smette di correre e si mette in ascolto. Non il rombo dei tram, non i clacson: il suono che rimbalza nei cortili, nelle piazze, nei parchi e nei salotti privati è quello dei pianoforti. È Piano City Milano, il festival che da 15 anni trasforma la città in una partitura vivente, un viaggio musicale senza confini né palcoscenici centrali, dove ogni angolo può diventare concerto e ogni spettatore un viaggiatore curioso.

Dal 23 al 25 maggio 2025, il festival ritorna con una nuova edizione che promette di superare ogni aspettativa. Saranno tre giorni in cui Milano si trasfigura di nuovo: dal venerdì sera alla tarda domenica, centinaia di concerti gratuiti animeranno il tessuto urbano, abbracciando parchi, palazzi storici, piazze, gallerie d'arte e abitazioni private. Non esiste un unico centro: è la città stessa, in tutta la sua varietà, a farsi teatro diffuso di musica e incontri. Il cuore simbolico rimane la Galleria d'Arte Moderna

(Gam), in via Palestro, che dal venerdì sera accoglierà una serie di concerti nel verde dei suoi giardini, trasformati per l'occasione in una grande sala da concerto all'aperto.

Il programma ufficiale è stato presentato il 6 maggio a Palazzo Marino, alla presenza del sindaco Giuseppe Sala, ma già si respira l'attesa tra musicisti, appassionati e cittadini. Quest'anno l'inaugurazione sarà affidata al carismatico Chilly Gonzales, pianista e performer canadese noto per il suo stile ironico e virtuosistico, capace di contaminare musica classica, pop ed elettronica con straordinaria naturalezza.

Piano City Milano non è solo grande musica su grandi palchi. È soprattutto uno spazio libero e accessibile. Chiunque, infatti, può candidarsi per suonare, grazie a una call pubblica che ogni anno si apre a novembre: bastano un video, un curriculum e un'idea di programma. La direzione artistica seleziona poi progetti capaci di raccontare l'ampiezza espressiva del pianoforte, dalla classica al jazz, fino alle sperimentazioni più ardite.

Tra coloro che hanno vissuto in prima persona l'emozione di esibirsi c'è Alberto Forino, pianista e compositore italiano, che ricorda il suo debutto a Piano City Milano nel 2016 con grande affetto. «Venni contattato da "Steinway & Sons Italia", che allora organizzava uno spazio dedicato ai giovani pianisti emergenti. Credo che mi scelsero perché proponevo qualcosa di diverso dal repertorio classico tradizionale: una forma di improvvisazione libera che mescola echi della musica europea, jazz e avanguardie», racconta. L'accoglienza calorosa del pubblico milanese e l'atmosfera rilassata che si respira nel festival gli sono rimaste impresse: «Poco prima di salire sul palco, qualcuno dell'organizzazione



Un concerto privato ospitato a casa di Lura Galli durante la passata edizione (foto di Laura Galli)



L'esecuzione pubblica di Alberto Forino durante il festival nel 2024 (foto di Eleonora Pavesi). Sotto, i tasti di un pianoforte (foto di Linda Tropea)



mi disse: «Suona quello che vuoi, vedrai che andrà bene». Una libertà rara che ti fa sentire davvero a casa». Per Forino, suonare a Piano City non è solo un'occasione espositiva: è un'esperienza di condivisione profonda, un modo per mettere in discussione e rinnovare il proprio percorso artistico ogni volta che le mani toccano i tasti davanti a un pubblico così ricettivo.

Tra i protagonisti dell'edizione 2024 di Piano City Milano, torna anche Francesco Parrino, pianista e compositore noto a livello internazionale per i suoi arrangiamenti musicali creati "a orecchio" e per la sua intensa attività su YouTube, dove i suoi canali contano oltre 850mila iscritti e più di 200 milioni di visualizzazioni. Parrino ha raccontato che la sua avventura con il festival milanese è iniziata nel 2019, anno in cui ha presentato la sua prima candidatura. Da allora è salito sul palco di Piano City per tre edizioni, tra cui quella del 2025. Suonerà il 24 maggio alle 14.50 presso la Gam. Quello che Parrino apprezza maggiormente del festival è il suo spirito inclusivo: «Piano City Milano è diverso dagli altri festival perché avvicina le generazioni e riduce il gap tra pubblico e pianoforte. Spesso il pianoforte viene percepito come qualcosa di distante: richiede anni di studio, è costoso, ed è ancora troppo associato esclusivamente alla musica classica. Portarlo tra la gente, nella città, è bellissimo». Il concerto rappresenta per lui non solo

un momento di espressione artistica, ma anche un'occasione per mettersi alla prova e confrontarsi con altri musicisti. E aggiunge: «Sarei molto onorato se in futuro Piano City mi desse la possibilità di suonare anche i miei brani originali». A chi sogna di suonare a Piano City, Parrino lancia un messaggio di incoraggiamento: «Se non vieni preso, prova a cambiare repertorio. Magari in quel momento quella proposta non serve, ma potrà servire in futuro. Non demordere». Accanto ai grandi eventi ufficiali, uno degli aspetti più affascinanti del festival è rappresentato dagli *house concert*: concerti privati ospitati nelle case dei milanesi. Piccoli, raccolti, intimi. Non c'è pubblicità né indirizzi sbandierati sui social: solo chi si iscrive riceve la comunicazione precisa il giorno prima, garantendo quell'atmosfera di sorpresa e riservatezza che rende ogni evento unico.

Laura Galli, da più di cinque anni tra le padrone di casa più affezionate, racconta come l'esperienza degli *house concert* abbia cambiato anche il suo rapporto con la musica e con la città. «Ci siamo iscritti quasi per gioco», ricorda. «Una pianista che conoscevo ci aveva raccontato quanto fosse bello trasformare il salotto in un piccolo teatro, e abbiamo voluto provarci».

Da allora, ogni anno rinnovano la candidatura, inviando foto e referenze della casa, e ogni anno aprono il loro spazio a un artista selezionato. «Prepariamo tutto con

cura: spostiamo i mobili, facciamo accordare il pianoforte, anche grazie a convenzioni che il festival mette a disposizione, e a volte offriamo un aperitivo o una cena agli ospiti. Non è obbligatorio, ma ci piace rendere l'ambiente ancora più accogliente». Nel salotto si sono intrecciate storie, sono nate amicizie, si sono condivisi sogni e passioni. «È bellissimo vedere come la musica unisca persone diversissime tra loro, e come in quei momenti scompaiano le distanze».

Non tutti riescono a vivere l'emozione di un *house concert*: i posti sono limitati, massimo 25 partecipanti, e la prenotazione sulla piattaforma si esaurisce in pochissimo tempo. Ma proprio questa esclusività rende questi concerti dei piccoli gioielli nascosti nella trama viva della città.

Nel corso delle sue edizioni, Piano City Milano ha superato ogni record di partecipazione: oltre 65mila persone coinvolte in pochi giorni, con un entusiasmo che cresce anno dopo anno. In una città spesso percepita come veloce e frenetica, il festival regala un tempo lento e condiviso, una dimensione di ascolto che riscrive il rapporto tra spazio urbano e abitanti. E non importa se il palco è una piazza storica o il cortile di uno studio legale: ogni concerto ha il potere di aprire una finestra sulla bellezza.

Gli spazi rinascono coi festival diffusi



Un pianoforte in biblioteca (foto di Riccardo Stoppa)

Negli anni si sono moltiplicati, però quelli storici sono una decina
«Modello conveniente, ma no agli abusi. Si sta incartando»

di RICCARDO STOPPA
@rockystoppa

Ce n'è uno in biblioteca, uno in stazione, uno in cascina con un torchio a fianco e uno in un campo di grano alle porte della città. Ce ne sono a centinaia di pianoforti che suonano per Piano City, in giro per Milano. Ma la vera forza della rassegna sono i rapporti che li hanno portati lì. Nei festival diffusi ciò che conta sono le relazioni che si creano tra il territorio con i suoi attori e l'amministrazione, con meno fondi ma con un ruolo nuovo e una presenza maggiore.

«In mancanza di risorse il Comune fa un passo in più», spiega Andrea Minetto, che delle prime edizioni di Piano City è stato curatore e project manager e che l'anno scorso con Silvia Tarassi ha pubblicato il libro *I festival diffusi. Un nuovo formato organizzativo per le politiche culturali*. «La presenza è molto maggiore rispetto alla tradizionale erogazione di fondi e bandi», racconta Minetto, «perché in questo caso il Comune, l'organizzatore e gli sponsor si siedono a un tavolo insieme e la progettazione è condivisa». Vengono spesi meno soldi, in maniera più efficiente. Basta pensare al numero di concerti che

ne escono e all'impatto culturale che la rassegna porta di quartiere in quartiere: l'anno scorso a Piano City erano 270, ma ci sono state anche edizioni da 470 eventi e il Comune ha sempre versato un contributo totale dai 30 ai 100mila euro. «Un uso ottimizzato delle finanze», osserva Minetto.

Quello che era stato sperimentato con il Fuorisalone e che dopo il 2013 è diventato politica culturale è un modello di sostenibilità: «È basato sulla partecipazione delle persone, sulla varietà del pubblico, sul coinvolgimento diretto dei territori, dei quartieri, dei municipi e soprattutto su un uso degli spazi atipico, cioè diverso dalle funzioni per cui quegli spazi sono stati pensati», continua Minetto. In Italia nasce a Milano, importato dalla Germania, e oggi è in espansione anche in altre realtà italiane. Il capoluogo lombardo rimane il luogo dove il format ha preso più piede: «Ma anche dove si sta involuando. Ce ne sono troppi, ormai è un modello abusato e c'è una *week* per qualsiasi cosa. Il nucleo storico e autentico di festival diffusi ne conta una decina». Una bolla che

dimostra la convenienza del modello, ma che allo stesso tempo rischia di sovrastimolare il cittadino. «Eventi su eventi, spesso di bassa qualità, che non lasciano nessuna relazione con il territorio», denuncia Minetto: «Quello che conta è il lungo e faticoso lavoro di ascolto».

Il concerto diventa strumento di rigenerazione urbana e di inclusione, la musica raggiunge angoli della città inediti e inusuali. «L'evento non è un'astronave, che arriva una volta e illumina una casa popolare o una piazza abbandonata. Solo se a monte c'è un lavoro di coprogettazione e di costruzione di relazioni tra le persone ci sono quest'accoglienza e partecipazione incredibili». Come in uno dei ricordi migliori di Minetto: «Con "Prima Diffusa" avevamo organizzato la proiezione della prima della Scala al mercato rionale di Corvetto, pieno di bancarelle e persone indaffarate, con un proiettore e un piccolo telo improvvisato nel corridoio. Quando è partita tutto il mercato si è fermato. In quel momento, anche chi non si è mai percepito parte di quella festa si è sentito un pezzo della comunità cittadina».

Chiamatele mestruazioni

Al Rob de Matt incontri per connettersi con la propria ciclicità

di ARIANNA SALVATORI
@piffcrash

È il 2020. Siamo in pieno lockdown. Chiusa a casa, Valentina Lucia Fontana decide di approfittare del tempo libero per leggere, cosa quasi impossibile da fare nella sua vita frenetica da *fashion designer*. Online incappa in un libro di Elise Thiébaud, che le risveglia «una curiosità ancestrale»: *Questo è il mio sangue. Manifesto contro il tabù delle mestruazioni*. «È stata un'illuminazione», racconta, «mi sono resa conto che a 32 anni non sapevo nulla del mio ciclo».

Da quel momento, inizia a popolare la libreria di saggi che trattano del tema. E dal suo interesse, si sviluppa anche l'esigenza di divulgare quello che sta imparando alle altre persone. «Ho pensato che tutte dovessero essere connesse alla propria ciclicità, perché questo è un potere che per secoli ci è stato precluso», spiega. Da lì, insieme

alla formatrice Alessandra Giglio e alla psicologa Sonia Castelli nasce l'idea di creare il podcast *Evainrosso*, che darà poi il nome nel 2022 ad una vera e propria associazione. La stessa che quest'anno, dal 16 al 18 maggio al Rob de Matt, lancerà la quarta edizione del Festival del Ciclo mestruale, dal titolo "Si-cura". Auto trattamenti osteopatici per imparare a prendersi cura dell'utero, pratiche corporee per affrontare i sintomi della menopausa, talk sulla sicurezza degli assorbenti e sul dolore, ma anche cerchi per uomini che vogliono approfondire il tema, performance di *live painting*, stand-up comedy e dj set. Tutti eventi gratuiti pensati per portare il tema delle mestruazioni nella sfera pubblica.

«Crescendo ho sempre vissuto le mestruazioni come una scoccatura», racconta. «Il primo giorno prendevo un antidolorifico la mattina, a pranzo e a cena, perché non volevo impedimenti. Anche il minimo affaticamento o dolore cercavo di silenziarlo, per far finta che non esistesse». Un approccio che, spiega Fontana, è cambiato radicalmente dopo il 2020. «Ho preso la decisione di interrompere la pillola, che usavo come contraccettivo e che aveva eliminato del tutto il sanguinamento, oltre che la mia libido. Ricordo come

se fosse ieri la gioia nel rivedere il sangue, guardai lo slip e dissi "bentornate". L'esigenza di lanciare il primo festival a giugno 2022 è nata proprio dal voler costruire un ambiente sicuro dove potersi guardare negli occhi e uscire dalla dimensione della solitudine, che per secoli ha amplificato il disagio, la vergogna e il dolore legato alle mestruazioni.

E soprattutto, riuscire a dare vita e diffondere una nuova narrazione: «Il premenstruo e la mestruazione sono due fasi molto demonizzate. Il sistema capitalistico ci vorrebbe sempre in follicolare e ovulazione, cioè governate dall'estrogeno, performative e brillanti», spiega Fontana, «invece quelle sono le fasi dove siamo più sensibili, dove il nostro corpo ci chiede di rallentare permettendoci di indagare su quello che non ci fa stare bene nella nostra vita. È un potente processo di analisi sia di quello che è il nostro mondo interiore sia di quello che ci circonda esternamente».

Non è raro incontrare la resistenza delle persone, soprattutto sui social. «Siamo state criticate per utilizzare un linguaggio troppo esplicito», commenta Fontana, «ma chiamare una cosa con il suo vero nome le dà dignità di essere nominata. Il tabù produce invisibilità».



Un assorbente-manifesto (foto di Arianna Salvatori).
Sopra, Valentina Lucia Fontana, presidente di Evainrosso (foto di Chiara Marigliano)



I dazi colpiscono Lambrate Nel mirino i dolci artigianali italiani

La pasticceria Atelier: «Diversificheremo, non più solo Usa»

di ANDREA PAURI
@andrea_pauri

A Lambrate, in quell'Italia che ancora impasta a mano e impreca se il lievito non cresce, la guerra dei dazi è arrivata di soppiatto, come un topo nella farina. Alla pasticceria Atelier — laboratorio che dà lavoro a dieci persone, capaci di sfornare ogni giorno flantze valdostane e cassate siciliane — nessuno pensava di finire sotto il fuoco incrociato della geopolitica. Loro sognavano solo di continuare a vendere panettoni agli americani ricchi, e invece ora si ritrovano in trincea, armati di *sac à poche*.

«Metà del nostro fatturato viene dagli Stati Uniti. Se i dazi passano, esportare non ha più senso», confessa Giorgio Lucchini, il padrone di casa. In dieci anni, questo artigiano della dolcezza aveva messo su una piccola impresa eroica: spedire panettoni a 90 euro l'uno ai newyorkesi disposti a tutto pur di sentirsi un po' italiani sotto l'albero. L'America, che fino a ieri importava 6,6 miliardi di euro in cibo e bevande made in Italy (il 45% in più rispetto al 2019), adesso vuole alzare i dazi su tutto ciò che viene da fuori. E così il prezzo del panettone rischia di diventare astronomico.

«A queste cifre», fa di conto Lucchini, «ne venderemo uno, magari due. Al terzo, anche il cliente più affezionato storcerà il naso». E mentre si aspetta il colpo di grazia ufficiale, il danno causato dall'incertezza è già fatto: investimenti congelati, assunzioni rimandate. Nel 2023, infatti, era nata l'idea di proporre anche due dolci pasquali, la colomba e la pastiera, agli importatori americani. E già erano stati commissionati una prima campagna pubblicitaria e un catalogo con le personalizzazioni possibili su questi prodotti. Ma ora la cultura stessa dell'artigianato dolciario rischia di vedersi respinta. Quel che avevano cominciato a insegnare agli

americani — che un panettone o una colomba non sono semplici dolci ma riti — rischia di tornare a essere, per loro, un capriccio troppo caro. Che fare, allora? Semplice: si cambia. Lucchini e soci stanno già pensando a una linea nuova: croissant ipocalorici, lievitati biologici e monoporzioni meno stagionali. Una potenziale rivoluzione, certo. Ma necessaria. Perché se l'America chiude le porte, tanto vale bussare a quelle dei Paesi europei. E magari, chissà, scoprire che anche da noi c'è qualcuno che ancora sa distinguere un buon lievito da un prodotto di supermercato. Paradossalmente — e in questo l'Italia si supera sempre — la ritirata potrebbe trasformarsi in rinascita. I panettoni pensati per Manhattan, quelli con gli impasti invecchiati come Barolo e le glasse trattate come opere d'arte, magari finiranno nei negozi di Milano, di Torino, di Bologna. A prezzi, se non popolari, almeno umani.

«È curioso», commenta l'esperto Stanislao Porzio, inventore e gran

cerimoniere dei premi di pasticceria Regina Colomba e Re Panettone, «ma forse è anche un'opportunità: il pubblico italiano sta diventando esigente e competente. Vuole prodotti di qualità, soprattutto dopo i talent show culinari che hanno avuto successo in tv».

Detto in altri termini: i dolci di qualità potrebbero tornare a essere pane quotidiano, e non più souvenir per turisti. Nel frattempo, tra le mura del laboratorio di Lambrate, gli impastatori non si fermano. Qui nessuno aspetta miracoli: si studia il mercato, si cercano fornitori di farine integrali e di burro senza ogm, in linea con le tendenze salutistiche e attente alle materie prime dei consumatori del vecchio continente. E se il panettone nato per Manhattan finirà su una tavola milanese, sarà, come spesso accade da noi, una vittoria ottenuta per sbaglio, quasi contro voglia. Ma sarà comunque una vittoria. Perché persino un dazio può diventare lievito, se lo si impasta con visione.



Una colomba artigianale della pasticceria Atelier (foto di Andrea Pauri)

Vi presento la farinata



Riccardo Lazzari, il titolare. A destra, l'insegna del locale (foto di Giovanni Santarelli)

In via Savona il primo fast food ligure della città Pansoti, trofie, panissa: «Apriremo a fine maggio»

di GIOVANNI SANTARELLI
@gvnsnt_

Il gusto trova la sua strada. E non sarà un caso se è proprio in via Savona che arriverà la farinata. Anzi, Fainà, come la chiama chi la conosce bene. È questo il nome che Riccardo Lazzari ha scelto per il primo fast food di cucina ligure che aprirà a Milano a fine maggio. «La modalità è veloce, ma il cibo è pregiato», ci tiene a precisare. Lazzari, 27enne di Savona, dopo quattro anni di lavoro in uno stabilimento balneare di Albisola Marina e un'esperienza in un ristorante di alto livello a Milano, ha pensato di unire il servizio rapido da spiaggia con la buona cucina. «Piuttosto sarebbe meglio parlare di fast service restaurant. Un sistema veloce, economico e di qualità». Con protagonista la farinata: «È un prodotto semplice, che costa poco sia a chi produce sia a chi compra, ed è la riscoperta di una cucina povera», spiega Lazzari.

La farinata, in Liguria, è il più antico cibo da strada. È una torta salata molto sottile a base di farina di ceci, acqua, olio extravergine di oliva e sale, tradizionalmente cotta nel forno a legna. Il cece è un legume umile, antichissimo e dalle eccellenti proprietà nutritive grazie al ricco contenuto di fibre, proteine vegetali

e vitamine. Facile da coltivare e resistente anche ai terreni più difficili, affonda le sue radici nelle civiltà del Mediterraneo, probabilmente all'antico Egitto.

Secondo l'indagine Coldiretti/Censis *La guerra in tavola*, presentata al Forum internazionale dell'Agricoltura e dell'Alimentazione organizzato con la collaborazione di The European House – Ambrosetti a Villa Miani a Roma, il 73 per cento degli italiani sceglie sempre di più i piatti della tradizione contadina per mangiare bene senza pesare sulle spese.

Ed è su questa riscoperta che Lazzari ha deciso di puntare, scegliendo una cucina che di per sé è già in larga parte vegana e vegetariana. «A Milano ci sono ristoranti liguri, ma nessuno si concentra davvero su pochi prodotti, semplici e identitari», racconta Lazzari. Che quindi ha deciso di proporre la farinata, nel suo locale, come prodotto principale. «Anche se alcuni la vendono, nessuno è specializzato». L'idea iniziale era di fare un take away di solo farinata e panissa (che ha lo stesso impasto, ma senza olio). «Poi ho deciso di ampliare il menù con altri piatti della tradizione ligure: trofie e lasagne al pesto, pansoti al sugo di noci, acciughe



ripiene fritte e la tira di salsiccia...». E quello che non è prodotto in loco arriva da gastronomie, pasticcerie e laboratori artigiani fra Genova e Savona: «Per l'apertura farò arrivare 30 chili tra trofie e pesto, ma per le quantità precise capirò giorno per giorno».

La vera novità, però, sarà la farinata di grano, tipica di Savona, che a Milano ancora non si trova. Una porzione da 35 centimetri di diametro costerà circa 7 euro.

Per concretizzare il progetto ci sono voluti mesi, e le difficoltà per ottenere le autorizzazioni hanno fatto rimandare l'apertura di alcune settimane. Il design del locale è dello studio S2pm e ora a occuparsi di Fainà ci saranno Lazzari e il suo cuoco. Per la focaccia, però, bisognerà aspettare ancora. Il desiderio di Lazzari è di portare i veri sapori liguri a Milano: «Perché è qualcosa che si deve prendere sul serio, e serve la formula giusta. Ma l'acqua di qui non dà la giusta consistenza all'impasto». E allora, forse presto, anche questa arriverà direttamente dalla Liguria.

Musica oltre i generi

Le voci di Checcoro: armonia militante della comunità *queer*

di MARCO PESSINA
@marco_pessina92

Sulle assi di legno dei palchi. Nei saloni delle Rsa, tra i corridoi delle scuole fino all'università. E sull'asfalto delle strade. La musica di Checcoro, il primo complesso di voci Lgbt di Milano, si propaga ovunque, in città e hinterland. Nessuno strumento aggiuntivo, si canta a cappella. I coristi portano se stessi, la propria voce e le istanze civili. La prima formazione di una dozzina di persone ha cominciato a esibirsi nei canti natalizi 15 anni fa. Da quando il coro si è costituito come associazione, nel 2014, si è strutturato: oggi è composto da una settantina di elementi e programma 25 concerti all'anno. «Siamo nati», dichiara il presidente Gianluca Trezzi, «in un periodo in cui si parlava spesso di unioni civili e famiglie arcobaleno. Con i canti natalizi volevamo raccontare le nostre festività Lgbt e far capire che anche noi siamo delle famiglie, più variegate e aperte, ma esistiamo. Siamo un coro militante, partecipiamo alle manifestazioni sui diritti civili». Il 17 maggio, per la giornata contro l'omotransfobia, i coristi si divideranno tra le piazze di Milano e Roma. «Essere con noi può essere un primo passo per il coming out e

dichiarare così al mondo il proprio orientamento sessuale». Nel repertorio ci sono brani tradizionali americani di impegno civile, canzoni pop in linea con le istanze di inclusione e quelle portate al successo da icone affini alla comunità *queer*: da Elton John a Raffaella Carrà. Sono stati mantenuti i canti natalizi: hanno persino rivisitato un *Christmas carol* di Mendelssohn, ribattezzato *Di Natale la Vigilia*, un inno ironico che esorta a rivelare l'omosessualità durante le feste in famiglia. Il coro è armonizzato a quattro voci: soprani, contralti, tenori e bassi. Il genere, maschile o femminile, non è però un criterio che determina l'appartenenza a una sezione. «La scrittura coreutica classica è pensata, dal punto di vista del genere, in chiave binaria», precisa il presidente. «Per scelta, la nostra suddivisione è principalmente per estensione e tessitura vocale. In termini di arrangiamento è più complesso perché bisogna tenere conto anche del cambio di ottava, sopra o sotto, per rendere i brani nelle corde di tutti. I puristi storcerebbero il naso. Noi però preferiamo scardinare i canoni in linea con le istanze Lgbt. Le sfumature sono arricchenti».

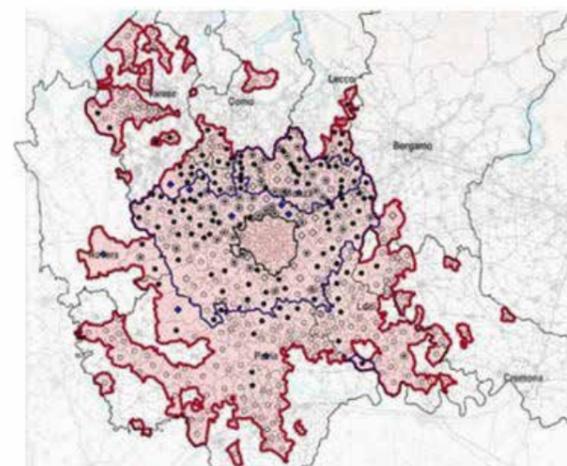
Checcoro è misto pure in termini generazionali. Si va dai 24 agli oltre 60 anni. Tra i nuovi entrati alle ultime audizioni, c'è Francesco Zaffarano: «Cercavo un'attività per svagarmi, ma che potesse anche valere per uno scopo più alto». Il 33enne masticava già di musica, mentre non ha un passato di militanza. «Sono gay e per fortuna a Milano non ho paura a camminare mano nella mano con un altro uomo. Il rischio è che ci si possa accontentare di questo. Non è sufficiente se poi senti il giudizio degli altri addosso». Checcoro sfrutta il linguaggio musicale per entrare in sintonia con il pubblico. «La gente è entusiasta, ci incoraggia ad andare avanti. In una Rsa gli anziani ci hanno accolto tra gli applausi con le bandiere arcobaleno», racconta la corista Grazia Porseo, madre di un ragazzo che ha fatto coming out. Faceva parte di Agedo, l'associazione di genitori di omosessuali. Checcoro accoglie anche gli «alleati» della comunità Lgbt. «Finché ce la cantiamo tra noi, potremmo pensare di stare in una bolla positiva ma isolata. Se però siamo in piazza Duomo e tutti si divertono, si capisce che la realtà è meno ostile di quanto si potrebbe credere».



Checcoro su un palco a Roma (foto di Gianluca Trezzi)

A macchia d'olio

L'espansione di Milano "ingloba" 467 comuni tra Lombardia e Piemonte. «Il problema è l'assenza di una pianificazione ordinata»



A sinistra, la regione urbana di Milano. In basso, l'ingresso del polo di Architettura del Politecnico (foto di Enrico Pascarella)



di ENRICO PASCARELLA
@_e.o.p._

Nel 1910, Umberto Boccioni realizzò *La città che sale*, un dipinto che descrive la moderna e caotica espansione di Milano. È passato più di un secolo ma le pennellate di Boccioni sono ancora attuali. A mettere nero su bianco questa città che si allarga è stato il Politecnico di Milano, nella ricerca *Metromosaic*. Milano si espande per 467 comuni oltre i suoi confini, in un'area denominata regione urbana di Milano caratterizzata dall'interdipendenza lavorativa dei residenti con la metropoli. La regione comprende parti di Lombardia e Piemonte, dall'alto Varesotto fino all'Oltrepò Pavese, da Mantova fino a Como. Un'area frastagliata che restituisce la reale dimensione della metropoli. La configurazione dell'allargamento rimane, come quella di Boccioni, "disordinata". A cavallo tra gli anni 90 e l'inizio millennio, la popolazione è aumentata soprattutto nella fascia sud e nord-est (+25%), mentre negli ultimi 15 anni si è verificato un cambio di rotta. A confermarlo è lo stesso professore responsabile del progetto, Alessandro Coppola:

«La crescita delle abitazioni è disomogenea e decisa arbitrariamente da ogni singolo comune, con una significativa crescita di Milano e della sua corona nord, così come di alcune aree nel nord-ovest». Per Coppola il singolo decide in base all'offerta: «Le scelte non vengono fatte autonomamente dagli individui, ma dipendono sempre dalla disponibilità abitativa. Il problema è però l'assenza di una pianificazione armonica dell'abitare. I comuni si sono spesso fatti concorrenza tra loro, costruendo di più o di meno in base alle decisioni delle giunte, dimenticando il livello più alto dell'area metropolitana di Milano». La stessa Milano, negli anni Dieci del 2000 ha aumentato (+25% di nuove costruzioni, tra il 2011 e il 2019) la sua capacità abitativa, facendo concorrenza ai comuni dell'hinterland. La conversione della provincia di Milano in Città Metropolitana, avvenuta nel 2015, non ha risolto il problema: visto che ha lasciato, nei fatti, autonomia urbanistica in capo alle amministrazioni comunali. Questo disordine immobiliare si inserisce in una fase di crescita dei

prezzi: «Questo apre per il futuro un periodo di ripensamento urbanistico per la città», suggerisce Alessandro Coppola. Per ora, quello che si osserva è una crescita della corona nord, capace però solo in parte di assorbire la domanda dei milanesi in uscita dalla città. Non è però una soluzione definitiva, visto che le abitazioni in affitto restano poche. Infatti, intorno a Milano, il tasso di abitazioni in locazione disponibile si attesta tra il 10 e il 20 per cento sul totale, con la sola eccezione Rozzano al 33 per cento. L'ipotesi di allargare la città oltre i suoi confini inglobando i grandi comuni a nord è, per il professore, solo un palliativo: «Un allargamento amministrativo non avviene dai tempi del fascismo. Questa soluzione non risolverebbe il problema, perché sposterebbe solo artificialmente l'area della città. Quello che manca è proprio una pianificazione ordinata della costruzione di case». Un'armonizzazione che, alla luce della ricerca fatta, dovrebbe tenere conto non solo della Città Metropolitana, ma anche dei 467 comuni della regione urbana di Milano.



Un fiore nel cemento

Con l'iniziativa «Cura e adotta il verde pubblico», le aiuole coltivate dai cittadini aumentano: 268mila i metri quadri autogestiti

di MICHELA CIRILLO
@_michelacirillo_

«È un modo per abbellire la città e le sue vie», racconta Massimo Natoli. Da cinque anni si prende ogni giorno cura dell'aiuola del condominio di cui è custode in via Ruggiero Settimio. L'edificio in cui lavora, come molti altri della zona, aderisce all'iniziativa «Cura e adotta il verde pubblico» promossa dal Comune di Milano, che dà la possibilità ai cittadini di prendere in gestione aiuole, aree cani, gioco, sport, e tutti gli spazi destinati al verde pubblico nei pressi di negozi, condomini e locali pubblici. «Gli spazi esistevano già, ma erano trascurati. È stato su richiesta dei condomini che si è deciso di valorizzarli aderendo al progetto, e il Comune ha selezionato le piante più adatte. In questa via siamo noi custodi a tagliare, potare e mantenere in ordine l'erba e gli alberi. A volte serve più di qualche ora al giorno, ma questi spazi migliorano l'estetica della strada e servono anche a evitare che auto e animali invadano le aiuole recintate».

Da quando la proposta ha preso il via nel 2012, si sono moltiplicate

le adesioni di cittadini, enti, associazioni, società, condomini, comitati, e oggi sono 268mila i metri quadrati di verde pubblico autogestiti. Chi desidera "adottare" un'area verde può candidarsi in uno dei sei momenti dell'anno, con scadenze fisse in calendario per il 28 febbraio, il 30 aprile, il 30 giugno, il 31 agosto, il 31 ottobre e il 31 dicembre. Gli accordi stipulati con l'Amministrazione possono durare da uno a cinque anni, con possibilità di rinnovo nel caso di una gestione efficace e soddisfacente. Non sono solo le aiuole a essere interessate dall'iniziativa: tra i 555 contratti attivi nel 2025 figurano anche 310 parterre alberati, 12 aree fitness, sei rotonde stradali, oltre a spazi dedicati ai giochi per bambini e alle aree cani. Il progetto dà spazio anche al moltiplicarsi di aree dedicate allo sport e al benessere fisico: dal 2012 a oggi sono stati realizzati o riqualificati 21 campi da basket, sette aree fitness, otto campi da bocce e sei aree sportive.

«Adottare uno spazio verde significa prendersi cura della città e quindi del

bene comune, un gesto che racchiude in sé un messaggio importante: ogni metro quadrato di città è una risorsa da custodire, preservare e valorizzare insieme, perché appartiene a tutti e a tutte», spiega Elena Grandi, assessora all'Ambiente e al verde pubblico.

Via Ruggiero Settimio è solo una delle vie nelle quali è possibile trovare delle aiuole gestite da condomini. Anche intorno a corso Sempione negli anni si sono moltiplicati esempi virtuosi di milanesi che si impegnano per rendere meno grigia la città, colorandola con piante e fiori. Passeggiando per via Giovanni da Procida e via Melzi d'Eril sembra quasi di assistere a una competizione tra i cittadini, che sfruttano gli spazi pubblici per mettere in mostra il proprio estro, costruendo casette per scoiattoli e uccelli e giardini di diverse forme e dimensioni.

A sottoscrivere le collaborazioni con il Comune non sono solo i 254 condomini come quello di via Settimio, ma anche 163 società, 43 associazioni e 6 tra scuole e università. È facile imbattersi in zone gestite

Massimo Natoli, custode del condominio di via Ruggiero Settimio 2. In basso, un albero in via Giovanni da Procida. Nella pagina a fianco, un'aiuola in via Washington (foto di Michela Cirillo)



da aziende che hanno sede in città e deciso di adottarne un pezzo, per abbellirla a proprio nome. Tra queste ci sono Luxottica, che si prende cura dell'aiuola di piazza Cadorna, e studio BLV - Belvedere & Partners, che in piazza Eleonora Duse, zona Porta Venezia, ha messo a dimora un Ginkgo Biloba alto 10 metri.

Ci sono poi delle linee guida da seguire nella scelta delle piante: il progetto «Effetto Farfalla», ad esempio, promuove la creazione di habitat favorevoli agli insetti impollinatori attraverso la piantumazione di specie come lavanda, salvia, menta, calendula e viola. Adottare uno spazio verde significa anche assumersene gli oneri, e chi decide di farlo si fa carico di tutti i costi per l'acquisto di piante, terriccio, recinzioni e attrezzi e per la manutenzione. La stipulazione è infatti gratuita, a carico dei cittadini



sono solo le spese di gestione delle aree.

Facendo una somma dei costi medi per il mantenimento di un'aiuola semplice possono variare dalle poche decine alle centinaia di euro. Acquistando prodotti di alta gamma, lo scontrino di una spesa di terriccio, concime, diserbanti e antiparassitari, che vanno riacquistati periodicamente, può aggirarsi intorno ai 60 euro. Ci sono poi gli attrezzi, per i quali la spesa è il più delle volte una tantum, ma può rivelarsi ingente: per guanti, zappa, forbici, rastrello e annaffiatoio la spesa può arrivare ai 130 euro. Per l'assessora Grandi il valore dell'iniziativa va oltre l'aspetto pecuniario: «Pensare che si tratti di una semplice operazione economica o di risparmio è miope: invece rafforza il legame tra i cittadini e il territorio che abitano, dimostrando che una città migliore e più bella è frutto della collaborazione e dalla cura collettiva». Tuttavia, il peso sul portafoglio può diventare un ostacolo, soprattutto per i cittadini che si occupano delle aree pubbliche senza il supporto dei vicini. Lungo i marciapiedi di via Washington non è difficile scorgere aiuole piene di primule, viole e alberi di diversi tipi. Molte sono curate da alcuni tra gli 89 privati che aderiscono all'iniziativa.

Tra questi c'è Antonietta Wiget, che per anni ha coltivato come proprio il giardino urbano sotto il condominio in cui abita, ma da poche settimane ha deciso di cederlo a una vicina: «Sono stata per anni completamente responsabile dell'aiuola. Quando ho iniziato, il terreno era abbandonato e

disseminato di detriti di marciapiede. Ho dovuto ripulirlo, arricchirlo di terra nuova e seminare due volte l'anno. Ho sempre sostenuto tutte le spese da sola: oltre ai bulbi, teli, materiali per la protezione dal freddo. Ma ora, con l'età che avanza e senza il sostegno del condominio, è arrivato il momento di rinunciare. L'area dovrebbe essere recintata per rimanere in regola, e i costi per me sarebbero troppo elevati». Una recinzione può infatti avere un costo che si aggira intorno ai 40 euro per dieci metri, e va sostituita se ammalorata.

La scelta di Wiget è stata anche dettata dalla volontà di mantenere il "suo" giardino a un alto livello di attenzione, come in tutti questi anni. Al momento, infatti, le erbacce stanno prendendo il sopravvento sui fiori che ha piantato con dedizione nel corso del tempo, mettendo a rischio il delicato equilibrio di colori e profumi che aveva saputo creare in mezzo allo smog cittadino. La scarsa attenzione e la mancanza di risorse rischiano di vanificare gli sforzi personali ed economici che Wiget ha messo in pratica per rendere via Washington una sorta di oasi all'interno del contesto urbano.

Aldilà dei costi, non è infatti tutto nelle mani dei cittadini. Se è vero che i milanesi sono liberi di sbizzarrirsi e riempire le aiuole di alberi, piante e fiori, il Comune non solo indica quali sono le sementi ottimali per l'ecosistema cittadino, ma effettua controlli regolari per assicurarsi che le aree affidate siano mantenute in buono stato, riservandosi di revocare la convenzione in caso di negligenza.

L'improvvisazione si impara

Vent'anni fa nasceva il Teatro del Vigentino, il primo in Italia a dedicarsi solo ad aspiranti attori senza copione: oggi ha 130 allievi



di ALAN ARRIGONI

Da tre a 130 allievi in 20 anni. Sono aumentati sempre di più gli iscritti ai corsi di improvvisazione al Teatro del Vigentino, fondato nella periferia sud di Milano nel 2005 dall'attrice Isabella Cremonesi. Alla base del successo, l'interesse verso la recitazione senza copione. «In molti si avvicinano all'improvvisazione perché è una forma di teatro più leggera, che si esprime al meglio tramite la comicità. Non significa però che richieda meno esercitazione», spiega Cremonesi. «Noi andiamo ad allenare la prontezza di pensiero, la creatività, l'elasticità e l'ascolto». Ingredienti che risultano necessari in particolar modo in assenza di una sceneggiatura. E il gioco di squadra diventa fattore decisivo, con una regola di base: nulla di quello che si porta in scena deve essere ripetuto in esibizioni successive. Rispetto ai modelli di recitazione tradizionale, la narrazione viene infatti composta sul momento, a partire dalla spontanea interazione tra gli attori. «Per questo motivo si tratta dell'arte di gruppo per eccellenza. Come sosteneva il

regista Keith Johnstone, «il bravo improvvisatore è colui che fa brillare l'altro». Bisogna avere tanta voglia di creare assieme». Da un lato si impara dunque a socializzare, dall'altro si ha l'opportunità di conoscere meglio se stessi, interpretando ruoli sempre diversi. La passione di Isabella Cremonesi per questo genere teatrale, che aveva iniziato a sperimentare alla fine degli anni Novanta, l'ha spinto poco dopo l'apertura del Teatro a organizzare esclusivamente lezioni di messinscena senza copione. «Soltanto agli inizi insegnavo teatro di testo e ospitavo dentro la struttura corsi esterni, tenuti da maestri di yoga e danza del ventre. Il Teatro del Vigentino è stato il primo in Italia a essere dedicato alla sola improvvisazione». Da allora è via via diventato un punto di riferimento. Dopo i primi anni con un numero limitato di allievi, la svolta è arrivata nel 2010. «Agli esordi gli aspiranti attori avevano tra i 30 e i 40 anni, in grande maggioranza uomini. Il genere comico è stato a lungo, purtroppo, prerogativa quasi del tutto maschile». La platea di interessati si è poi rapidamente allargata. «Ora abbiamo iscritti di ogni età, dai 20 in su, che praticano mestieri differenti.

E il numero di maschi e femmine si equivale». Anche i componenti dello staff del Teatro sono gradualmente aumentati. Oggi sono otto i professionisti che insieme a Cremonesi si occupano delle lezioni d'improvvisazione, con corsi distribuiti su due turni giornalieri dal lunedì al giovedì. Sono loro a organizzare inoltre gli spettacoli aperti al pubblico che i gruppi di allievi mettono in scena, generalmente tre weekend al mese, nella sala teatrale. Si tratta di esibizioni che hanno un nome preciso. Nati nel 1977 in Canada e sbarcati in Italia 12 anni dopo, i Match d'improvvisazione coniugano tecniche della recitazione senza copione con le regole di un incontro sportivo. Vere e proprie competizioni in cui le squadre d'attori contrapposte, formate da tre o quattro giocatori ciascuna, devono seguire le indicazioni dell'arbitro, che stabilisce insieme agli spettatori il tema su cui si dovrà improvvisare. E sta al pubblico stesso, alla fine di ogni sketch, decretare il team vincitore. «Dal 2006 il Teatro del Vigentino è l'unico ad avere in concessione su Milano e Monza i diritti d'autore di questo particolare format».

Spettacoli in miniatura

Spiare le esibizioni dalla fessura di una scatola: ecco il "lambe lambe"

di FILIPPO DI BIASI
@filippodibiasi

Marionette, scenografie, cambi di scena, luci (e ombre). Ma tutto in miniatura e all'interno di teatrini poco più grandi di una scatola da scarpe. È il teatro "lambe lambe": un solo spettatore alla volta, cuffie alle orecchie, gli occhi che guardano da una fessura quello che l'artista-artigiano fa succedere all'interno. «Ogni spettacolo di "lambe lambe" nasce nel suo contenitore, sono di fatto una cosa sola. Non si possono cambiare le storie e mantenere la stessa scatola, a ogni esibizione nuova si affianca la costruzione da zero di un teatro». Lorena Vitali è un'attrice e performer di "lambe lambe". Fa parte dell'unico collettivo in Italia che raggruppa vari artisti di questa disciplina e che sarà alla quarta edizione del Bam Circus: festival di teatro figurativo alla Biblioteca degli alberi di Milano. «Lo spettacolo che porteremo (il 18 maggio nell'area meli del parco, ndr) si chiama *Nautilus. Coro di teatri in miniatura*. È il nome che abbiamo scelto per l'intera iniziativa, a richiamare le profondità marine come simbolo della dimensione intima di queste esperienze», spiega Vitali. Un

momento personale, quasi segreto. È ciò che il teatro "lambe lambe" rappresenta dalla sua nascita. Il primo spettacolo in Brasile, nel 1989, si chiamava *La danza del parto*. Nel Paese c'era un problema di gravidanze precoci e due artiste pensarono di fare educazione sessuale attraverso il teatro di figura, creando anche una marionetta partoriente. Ma farlo in pubblico era un problema. Usarono allora la camera oscura di una vecchia macchina fotografica, di quelle con il telo. Da qui il nome: "lambe lambe" vuol dire «lecca lecca» in portoghese, era il soprannome dei fotografi di strada che sviluppavano le pellicole passandole con la spugna. «Saremo disposti in cerchio con i nostri "lambe" a disposizione del pubblico», continua Vitali, «le persone potranno scegliere di vedere tutti o solo alcuni degli spettacoli al loro interno. Il mio ad esempio si chiama *Riparo sogni infranti* e il teatro è fatto di carta e cartone, ho i personaggi e una traccia audio con le loro voci. Parla di un re che si sente inutile e parte per un viaggio alla ricerca del suo senso». Alessandro Guglielmi – che a Milano porterà *Starboy*, uno spettacolo di micro marionette sul



sogno e l'amore tra un ragazzo e una stella – fa parte del collettivo fin dal suo inizio: «Ufficialmente è nato nel 2020. Eravamo una decina di artisti, non ci conoscevamo, unendoci siamo riusciti a essere più presenti nelle rassegne e nei festival, facendo conoscere questa tecnica». Tra gli altri ci sarà anche un teatrino particolare, a forma di luna e con marionette *bunraku*. Mosse cioè con bastoni e non a filo. «La luna rappresenta il mio sogno, irraggiungibile, di vivere al mare», spiega Sandra Pagliarani, scenografa che l'ha realizzato. È la sua prima esperienza da artista "lambe lambe". «Lo spettacolo all'interno parla proprio del mare, che c'è e si muove con un meccanismo a batteria. Ci sono cambi di illuminazione con piccoli led e altri sistemi che fanno spuntare i personaggi tra le onde», racconta. Il sonoro, che nel caso di questo spettacolo è una musica originale fatta comporre appositamente, è fondamentale. Le battute dei personaggi, il rumore di fondo o gli effetti servono a far immergere ancora di più lo spettatore nel racconto. «Spesso le persone si commuovono, e in questi casi l'artista "lambe" ha anche il ruolo di accompagnarle prima e dopo l'esibizione nei loro sentimenti. I teatranti devono far vivere l'emozione a chi guarda, come parte integrante dell'esperienza performativa».



Uno scorcio del Bam, parco della biblioteca degli alberi (foto di Filippo Di Biasi).
In alto, una performance di teatro Lambe Lambe (foto di Sandra Pagliarani)

Disagi a base di glutine

Niente sussidi fuori regione, i celiaci si arrangiano col “pacco da giù”
Ma la digitalizzazione dei buoni sta cambiando le cose

di **MATTEO LEFONS**
@_matteolefo_

Nel secolo scorso la celiachia doveva essere un incubo oltre che un disturbo alimentare cronico e autoimmune. Oggi la situazione può dirsi migliorata, anche grazie al ruolo dell'Associazione italiana celiachia (Aic), che dal 1982 si occupa di sensibilizzare le istituzioni e l'opinione pubblica, ma anche di sostenere la ricerca scientifica per contrastare la malattia. Caterina Pilo, la direttrice generale, afferma: «Si sa da tempo che l'1 per cento della popolazione ne è affetta. I medici la chiamano “camaleonte” per la sua capacità di nascondersi. La crescita della sua individuazione è dovuta alla maggiore capacità diagnostica, non a un aumento dei malati».

Nonostante i grandi passi avanti, non sono ancora stati eliminati tutti i disagi di chi ne soffre. Soprattutto se il celiaco vive lontano dalla propria regione di residenza, cioè gli studenti o i lavoratori fuorisede. Infatti, l'erogazione gratuita dei cibi senza glutine, resa possibile attraverso dei buoni che variano da paziente a paziente in base al sesso e all'età, è su base regionale. Quindi se si studia a Milano, ma si è originari di Lecce con residenza in Puglia, il cibo può essere ritirato solo dalla provincia di Foggia in giù.

Margherita Roveri, studentessa del master di Editoria in Cattolica, è di Faenza, comune della provincia di



Ravenna: «Ci pensa mia mamma a fare la spesa oppure io stessa quando vado a trovare la mia famiglia, poi vengo a Milano con la valigia piena di prodotti. In casi di emergenza mi è capitato di recarmi in un supermercato di Piacenza. Due ore di strada per ritirare il cibo senza glutine».

Tutti i fuorisede che non hanno la fortuna di provenire da una città vicina al loro domicilio si devono affidare alla posta. Ed ecco che la bellissima abitudine del “pacco da giù” diventa fonte di sostentamento. «L'unica soluzione possibile è farmi spedire il cibo dalla Sardegna», rivela Ludovica Argiolas, neolaureata in Editoria all'Università degli Studi di Milano, «e questo implica che non posso ritirare alcuni tipi di prodotti come ad esempio i surgelati». Negli ultimi tempi le condizioni sono migliorate grazie alla digitalizzazione dei buoni: la tessera sanitaria si trasforma in bancomat e consente l'erogazione del cibo senza glutine. Permane il problema della distanza, ma come spiega lo studente Luca Marino: «A noi fuorisede è concessa una delega. Oltre alla propria tessera sanitaria, si può abilitare quella di una seconda persona, in modo da permettere a mia madre di ritirare il mio cibo. Poi me lo spedisce per posta».

I buoni digitali hanno in gran parte sostituito quelli cartacei, ma non tutti

i cittadini celiaci possono usufruire del nuovo servizio. Ludovica Argiolas è ancora costretta a ritirare il cibo con il metodo tradizionale: «Dall'Asl si ritira un fascicolo con dodici fogli A4. Ogni mese si va in farmacia con uno dei fogli e nel momento dell'acquisto il farmacista attacca uno per uno tutti i codici a barre dei prodotti comprati fino al raggiungimento del valore del buono». È solo questione di tempo, per la direttrice dell'Aic Pilo quello della digitalizzazione non è più un problema: «L'importante è che le amministrazioni regionali adottino un sistema informatico. Poi le Regioni hanno diverse velocità nell'applicare le cose, ma siamo abbastanza fiduciosi che tutto possa concludersi in tempi brevi».

La digitalizzazione si muove in direzione di una circolarità, cioè la possibilità di ritirare i prodotti al di fuori della propria regione di residenza, ma la soluzione non è così semplice. «La compensazione tra le Regioni deve essere supportata da documenti, accordi», spiega Pilo, «in questo momento stiamo puntando a un obiettivo intermedio: un test pilota di domiciliazione virtuale tra le nove Regioni che condividono lo stesso sistema informatico. Se poi funzionerà, le altre potranno essere invogliate a uniformarsi per facilitare il processo di circolarità».

Banchi contro la dispersione

Percorsi per ragazzi che avevano lasciato la scuola: «Promosso il 90%»

di **NICCOLÒ POLI**

Rimotivare i giovani a rischio dispersione scolastica attraverso un metodo educativo *ad hoc*. Con l'obiettivo di ottenere la licenza media. È questa la strada scelta da Fondazione Sicomoro per l'istruzione Ets, che attraverso percorsi scolastici mirati offre una seconda opportunità a ragazzi e ragazze tra i 13 e i 16 anni che hanno abbandonato gli studi a causa di condizioni generali di disagio.

A livello nazionale, lo scorso anno, secondo il Report Invalsi 2024, la dispersione scolastica in questa fascia di età si attestava intorno al 6,6 per cento. La percentuale cresce però nelle periferie delle grandi città, luoghi nei quali spesso i giovani non hanno le stesse opportunità dei loro coetanei che abitano in centro. E le scuole medie che aderiscono al progetto Scuola Sicomoro I Care, una ventina in totale, sono infatti tutte situate nei quartieri periferici nord e sud di Milano (Barona, Gratosoglio, Quarto Oggiaro, San Siro e Vigentino).

Nelle aule delle scuole gli studenti

vengono inseriti in un graduale percorso di riavvicinamento all'istruzione scolastica. Padre Eugenio Brambilla, fondatore della Scuola Sicomoro I Care, spiega come: «Si basa su un'importante interazione tra docenti ed educatori, che stabiliscono determinati percorsi scolastici da seguire in vista dell'esame di terza media. I ragazzi che lasciano gli studi, ma anche quelli che vanno a scuola senza però raggiungere gli obiettivi minimi di apprendimento, vanno rimotivati e aiutati a riscoprire le loro potenzialità».

Nella crescita personale dell'adolescente una grande importanza l'assume questa fruttuosa collaborazione tra educatori e insegnanti: «C'è una grande armonia di lavoro. I docenti da soli non sarebbero magari in grado di comprendere a fondo la situazione di ogni ragazzo. Ed ecco allora che, grazie al lavoro degli educatori, si costruisce un percorso didattico personalizzato per lo studente. Sono delle presenze fisse, che creano le giuste condizioni affinché i ragazzi si atteggiino in un giusto modo verso

gli insegnanti. Anche solo leggendo un libro o svolgendo un compito sul proprio quaderno».

Sono tante le cause che portano al fenomeno della dispersione scolastica: contesti familiari fragili, difficoltà economiche, ripetuti insuccessi scolastici. Alla scuola arrivano anche studenti i cui genitori non hanno gli strumenti culturali ed economici per accompagnare il loro figlio in percorsi professionali. «Sono spesso ragazzi ai margini, non sufficientemente coinvolti», continua. «Lasciati negli ultimi banchi. Noi invece li mettiamo al centro del nostro progetto, responsabilizzandoli. Ci prendiamo cura di una cinquantina di giovani. Le aule sono piccole, con non più di dieci alunni per volta. L'intento è proprio quello di renderli protagonisti. Le famiglie sono centrali nella vita dei ragazzi. E proprio per questo il nostro percorso coinvolge anche loro».

Il cammino si conclude con l'esame di terza media. E i numeri sembrano dar ragione alla Scuola Sicomoro I Care: «Il 90 per cento dei ragazzi viene promosso. Poi il 70 per cento di loro prosegue con gli studi o con percorsi di tipo professionale. Tanti ragazzi che sono passati qui da noi gli scorsi anni», conclude padre Eugenio Brambilla, «oggi hanno un lavoro e una famiglia con figli».



Vita da wrestler, verso la Gran Finale

Mariosoft sfida The Entertainer: il vincitore è scritto ma lo show resta



Una scena del match tra i due finalisti. A sinistra, Alfredo Nicolardi, in arte The Entertainer. A destra, Mario Goltara, alias Mariosoft (foto di Giuseppe Cuzzo)



di GIOVANNI CORTESI
@_iovan

«Hey, li senti? È questo il mio mondo», dice Mickey Rourke alla compagna dallo sguardo preoccupato in una delle ultime scene del film *The wrestler*, mentre la folla lo acclama. È pronto a salire sul ring, nonostante i problemi cardiaci rendano il match un'autentica roulette russa: è la passione a spingerlo ancora una volta sotto le luci della ribalta. Fino alla fine.

È la stessa passione, quella che si respira nel palazzetto dello sport di Pero, alla periferia nord-ovest di Milano: Gaetano Durante, presidente della Mwf, la Milano Wrestling Federation, è alla porta, appoggiato allo stipite, mentre gli atleti poco più in là stanno montando lo spazio per gli allenamenti serali. Varcata quella soglia, si entra in un vero e proprio microcosmo: un mondo con le sue regole, il suo gergo, la sua estetica. «La Milano Wrestling è fatta da ragazzi molto appassionati che dedicano gran parte del loro tempo alla cura del fisico e alla preparazione del proprio personaggio, in modo da dare il massimo nello show», sintetizza Durante, mentre gli ultimi lottatori entrano in palestra.

Fra questi c'è anche Mario Goltara,

21 anni, in arte Mariosoft, un hacker dal casco al neon in stile Daft Punk. Il 24 maggio sarà per lui un grande giorno: lotterà nella Gran Finale contro The Entertainer — al secolo Alfredo Nicolardi — e, se riuscirà a strappargli il cinturone, diverrà il nuovo campione italiano. «Il vincitore è prestabilito, perché è uno show, è sport-spettacolo», chiarisce Goltara: «Ci sono degli scrittori che fanno parte della Federazione, e che decidono le storie, l'andamento dei match. Se il finale è già scritto, tuttavia, nell'arena spesso si improvvisa: li conta molto l'affiatamento con l'avversario».

Nel frattempo, il presidente si è seduto a un tavolo e ripercorre al pc le immagini di incontri passati: «Il tema del wrestling non è soltanto il combattimento, il far finta di prendersi a botte. Si crea una storyline: è quella, insieme al carisma dei personaggi, a creare empatia nel pubblico, a far sì che ci segua. Prima sul web, attraverso i canali social, e poi dal vivo, agli incontri».

La Gran Finale, infatti, sarà il quarto e ultimo evento della stagione, e costituirà al tempo stesso il nuovo capitolo di diverse trame che si intrecciano, in modo non dissimile dagli episodi di una serie i cui protagonisti sono i lottatori stessi.

Mariosoft, intanto, si è vestito per l'allenamento: «Sono al terzo anno

di Giurisprudenza», dice dirigendosi verso il ring. «In Italia non si può vivere di wrestling. Anche il mio avversario, che oggi è a casa con l'influenza, fa un altro lavoro, è un personal trainer. Le multinazionali come la Wwe, invece, stipulano contratti milionari. Ma non credo vivrei quella vita: sempre in viaggio senza poter vedere la tua famiglia, dolorante. E poi devi essere bello, alto, forte — insomma, quello che vogliono loro. Per ora è una passione, in continuità con la mia cintura nera di judo». In quel momento passa Matteo Durante, il figlio di Gaetano, da dieci anni wrestler col nome di Matt Disaster alias Mister Pink, nonché cofondatore della Federazione: «Il 19 aprile 2019, sei anni fa, il primo match. Ora sono allenatore delle nuove leve. Il wrestling mi riempie la vita e mi dà grandi soddisfazioni. Spingo tantissimo sul mio personaggio», dice mostrando un suo video su TikTok da 17,5 milioni di visualizzazioni. «Mi alleno tre volte a settimana, gli altri due giorni vado a correre. E con l'alimentazione non bisogna sgarrire», aggiunge. Poi presenta gli altri: Brutus, Chuck Burton, Sigma, e altri ancora, dai nomi tutti degni di Mortal Kombat.

Ora però è tempo di allenarsi. A tirare cazzotti, ma che non lascino lividi. In vista della Gran Finale.

Professione Jedi

Da Milano alle Hawaii, 4mila atleti duellano con le spade laser

di NICOLÒ PIEMONTESE
@piedmontes

Nel 1977 nei cinema degli Stati Uniti è apparso per la prima volta un nuovo oggetto, tanto strano quanto affascinante: la spada laser. Ma solo grazie all'associazione LudoSport di Milano l'arma dei film di *Star Wars* ha trovato la sua concretizzazione e dal capoluogo lombardo si è espansa in tutto il mondo, fino a raggiungere le Hawaii e il Madagascar. Gli iscritti totali sono passati dai pochissimi che si allenavano in una piccola palestra, a un totale di circa 4mila. Secondo le loro stime la sede più numerosa è quella di Madrid, che supera anche i 40 allievi di Milano.

Con l'evolversi dello sport sono nati anche i tornei, che hanno dato lustro e reso competitiva la disciplina. Proprio nel capoluogo lombardo si sono tenuti gli ultimi Mondiali del 2024, un ritorno nella sede originale dopo l'edizione del 2018.

«Chi si avvicina a questa disciplina non è per forza di cose un patito della saga», racconta Lorenzo Todaro, primo allievo e ora rettore di LudoSport Alpha. «Molti lo fanno per poter combattere con una spada



Alessandro Ambrosio e Fabio Bonomelli si allenano per i campionati nazionali. Sotto, l'allenamento con l'istruttore (foto di Nicolò Piemontesi)

laser, tanti altri invece solo perché gli piace gareggiare e fare attività fisica. Si sono incuriositi dopo aver visto una nostra performance a una fiera e hanno deciso di provarci, può sembrare strano, ma è la storia di molti».

A confermarlo sono gli iscritti stessi: Alessandro Ambrosio e Fabio Bonomelli ne incarnano l'esempio. Il primo, da sempre affascinato dalle armi bianche, cercava uno sport dove potesse maneggiarne una. A un evento videoludico ha scoperto questo mondo e ora a 22 anni è qualificato per i prossimi tornei nazionali di Modena. «Grazie a questa società ho trovato un ambiente competitivo, ma molto sano. Che tu sia in palestra o a un torneo, che tu vinca o perda non senti troppe pressioni. Rientro nella categoria dei non fan di *Star Wars*, però ammetto che ho sempre sognato di poter possedere un'arma simile, solo non volevo che fosse un semplice giocattolo», racconta Ambrosio.

La storia di Bonomelli, 44 anni, è ancora più particolare. Prima di passare al Light Saber Combat, infatti, è stato un campione di kendo (arte marziale giapponese con spade di bambù): «Campione si fa per dire, ho iniziato così in Italia, poi mi sono trasferito negli Stati Uniti e sono entrato a far parte del team ufficiale della California. Il livello era molto

alto e questo andava di pari passo con lo stress. Un giorno mia moglie ha deciso di iscriversi a LudoSport, per poi scoprire di non poter partecipare attivamente. Ormai l'iscrizione era fatta e serviva qualcuno che la sostituisse. Qui ho trovato tutto quello che cercavo: serenità, tornei e agonismo sano. Mi sento veramente a mio agio e l'ansia è scomparsa». Per Bonomelli il rapporto con la saga è di lunga data, sui suoi canali social non mancano, infatti, le foto con la sua fedele spada laser.

Il denominatore comune delle loro testimonianze e delle altre raccolte in palestra è che essere Jedi non si limita solo a fare attività fisica, ma permette di entrare in contatto e rapportarsi con persone di età e, quindi, caratteristiche sociali diverse. Nonostante questo, si sono sentiti subito accolti in un grande gruppo che ruota attorno alla stessa cosa: la spada laser. Nel caso di Todaro la passione e lo sport si sono trasformati in un lavoro: «Ho iniziato che avevo 17 anni e sono stato tra i primi allievi. Da dieci anni questa è diventata la mia professione, mi ha permesso di crescere dal punto di vista comportamentale e di fare tantissime esperienze che mai avrei immaginato. Ho potuto girare il mondo e spero di continuare a farlo. Prossima tappa il Giappone, sarò a Osaka per visitare una delle nostre nuove sedi».



Il potere trasformativo delle storie

Newsletter, book club, recensioni e passeggiate letterarie

Nel mondo *flâneuse* di Marta Perego la cultura è compagna di strada

di MARIAROSA MAIOLI

@mariarosamaioli

Non tutti quelli che vagano si sono persi. Alcuni di loro passeggiano sui Navigli rileggendo le poesie di Alda Merini. Altri ricercano le vie che aprono a una Milano nascosta, come raccontava Dino Buzzati. Un tempo erano i *flâneur*, come Baudelaire e gli intellettuali che girovagavano per la città senza una meta. Oggi sono le *flâneuse* di Marta Perego, ideatrice di camminate letterarie sui passi degli autori e delle loro opere. Non solo passeggiate, il suo mondo *flâneuse* è molto di più: podcast, newsletter, bookclub, eventi con autori e tutto ciò che abbia al centro la cultura. «Credo nel potere delle storie come antidoto a questa contemporaneità distratta», racconta Perego, giornalista culturale. «Leggere impone concentrazione, infatti diversi studi hanno dimostrato che la lettura è al pari della meditazione».

Quarant'anni e una carriera in Rai e Mediaset, durante la pandemia Perego si è reinventata: «Sono stata mossa da incoscienza e necessità. Ho provato a far qualcosa che mi facesse star bene a livello mentale e così ho fatto della divulgazione culturale la mia "missione personale"», ha spiegato.

«Promuovo libri, film, serie tv e anche pillole di filosofia sia attraverso i social sia tramite le attività in presenza, pur essendo ancora giornalista in modo canonico. Questo mi permette di fare ciò che mi piace e di inventare sempre qualcosa di nuovo».

Il tutto senza aderire ai trend del momento ma seguendo un'autenticità che la community apprezza e ritrova in ogni evento, dove si crea uno spazio di condivisione che va oltre la lettura. «Come nel mio nuovo libro, *Colazione al parco con Virginia Woolf*, uscito il 9 maggio, ciò che racconto

è il potere trasformativo dei libri. Il loro impatto è diverso per ognuno ma lo scambio crea empatia e spinge chi ascolta a provare a immergersi in quella storia». E così durante gli appuntamenti di *flâneuse* nascono conoscenze e perché no, anche amicizie.

Circondati dalla cornice di Milano, che con la letteratura ha un legame unico: «La sua potenzialità è immensa. Già nelle pagine di Alda Merini e Dino Buzzati si respirano le problematiche, come la frenesia e l'esclusività, che ancora oggi la città



Marta Perego
(foto di Marta Perego)

porta con sé. Anche oggi ha una carica che a volte si dimentica perché troppo proiettata in avanti. È la città che sale, come aveva immaginato il futurismo, e che non si ferma mai». Ma che affascina chi ne capisce i suoi lati più nascosti: «Sono innamorata di Milano, perché mi ha dato tanto», racconta la giornalista, «ma mette anche alla prova. Ed è dalle sfide che nasce la letteratura, che qui ha trovato terreno fertile. Nonostante questo, dovrebbe dare più voce anche ai grandi talenti che ha ospitato, come nel passato Antonia Pozzi».

Chi segue *flâneuse* sui suoi canali conosce anche i lati più personali di Marta Perego: «Ogni tanto mi piace condividere la mia famiglia o pensieri più intimi che lascio nelle newsletter per lanciare un messaggio. Abbiamo il preconcetto che una madre non legge perché facendolo toglie del tempo ad altro, ma non è così», racconta Perego che è a sua volta mamma di un bambino di 3 anni.

«I libri, i film, le serie ci migliorano e ci accompagnano ogni giorno perché parlano delle nostre vite». La sfida è mantenere l'attenzione alta nel tempo. «Ma noto che, se prima avevo un seguito più giovane di donne single, ora chi mi segue è spesso una mamma impegnata e di corsa come me».

La proposta è mirata al target ma al centro rimane la forza di ogni storia: «Ogni autore ci dice qualcosa. Cambiano le condizioni ma i dubbi esistenziali sono sempre gli stessi». Rileggere Jane Austen significa trovare dentro di sé cassette inimmaginabili; Emily Brönte avverte il lettore che l'amore può anche essere tossico e per tanti *Cime tempestose* è diventata una guida, un faro.

Ognuno ha un libro che l'ha cambiato e riprenderlo in mano significa ogni volta riaprire ferite, confrontarsi con ciò che si era e con ciò che si è diventati. «Tutte le volte che rileggo *Mrs. Dalloway* di Virginia Woolf sono ancora quella ragazza di 17 anni, con il walkman, tanti sogni e tante fragilità», conclude Perego. «Goliarda Sapienza disse che "Ogni dieci anni bisogna rileggere i libri che ci hanno formato se si vuol venire a capo di qualcosa" perché, quando li rileggi vedi qualcosa che non avevi ancora visto, capisci altro sulle tue scelte. Ci dicono tutto, ma noi spesso lo capiamo tardi».