

LA GAZZETTA DEL SOLE

MENSILE GRATUITO DI SOLO BUONE NOTIZIE

Come posso aiutarti?

Quante volte ognuno di noi avrebbe voluto che gli venisse posta questa semplice domanda? Poi, se ci fosse stata posta, avremmo dato la risposta veritiera? In uno dei miei vari momenti di riflessione mi stavo giusto ponendo questa domanda. Nel mio percorso di crescita personale ho avuto la fortuna di svolgere la disciplina chiamata "yoga della risata" e aver avuto una formatrice che mi ha appassionata. Ho conosciuto varie persone grazie a questa pratica ma, da un po' di tempo e per vari motivi, non la stavo svolgendo. Un giorno una mia amica di questo gruppo mi informa della possibilità di partecipare ad una sessione speciale di yoga della risata organizzata dall'associazione Kimono Rosa della quale non avevo mai sentito parlare prima e la accol-

go con gioia. Kimono Rosa è composta da vari professionisti che si mettono in ascolto attivo verso donne in forte disagio e crisi emozionale. Attraverso uno staff preparato fatto di psicologi e counselor, si prendono cura della persona dopo eventi traumatici quali discriminazioni, attività persecutorie, abusi e violenze, dando strumenti in più alla stessa per comprendere più amorevolmente e rinascere. Il supporto che viene dato alle donne è inteso sia per eventi che sono successi da poco sia per traumi subiti in passato. È previsto un aiuto sia individuale che di gruppo. Purtroppo, molto spesso, gli abusi subiti sono ritenuti un fatto riservato e non divulgabili ma parlarne con personale formato ed in ascolto aiuta molto. Il lavoro che viene svolto da questa

associazione è rivolto a coloro che non hanno ancora avuto il coraggio o la forza di intraprendere un percorso di amorevole rinascita personale. I servizi e i percorsi alle donne che sono maltrattate sono sempre gratuiti. Le operatrici e gli operatori Kimono Rosa prestano servizio anche alle donne che non hanno subito abusi, in libera professione con consulenze mirate, aiutandole nel cammino di crescita. Gli incontri vengono fatti tramite la piattaforma Zoom e prevedono anche sessioni di discipline quali yoga della risata o meditazioni guidate. Tramite Yoga della risata ho potuto apprezzare che chi gestisce l'associazione è entrato in punta di piedi e si è creato da subito un clima amichevole che mi ha fatto sentire a mio agio. Ho avuto modo di conoscere uno



kimono rosa

risveglia consapevolezza e gioia

degli ideatori del progetto. Mi è sembrato un modello di uomo da valorizzare come persona per la delicatezza, l'attenzione e l'approccio che ha avuto verso di me. Ci sono delle buone abitudini che ognuno di noi può mettere in pratica nella vita di ogni giorno e delle risorse interne che, con il giusto sup-

porto emotivo, possono farci diventare delle persone più felici così da portar beneficio a tutta la comunità. Vi lascio il sito <https://www.kimonorosa.it/> e la pagina facebook Kimono Rosa così che possiate contattarli direttamente.

Katiuscia Salmaso

Komorebi



Komorebi è una parola giapponese che indica l'effetto della luce del sole quando filtra attraverso le foglie degli alberi. È un termine unico, in traducibile in italiano e, proprio per questo, meravigliosamente affascinante. Dietro ad esso si cela un significato magico, che rivela l'immensa potenza e bellezza della natura. Quando i raggi solari passano attraverso le foglie degli alberi non vengono ostacolati ma, anzi, vengono filtrati: penetrano l'anima di quelle verdi opere della natura, colmandole di luce. L'incontro tra i fasci luminosi e le sottili foglie connesse ai rami degli alberi genera un effetto talmente originale e raro,

che solo poche persone riescono a cogliere. Questo fenomeno può essere letto in chiave simbolica, portando a riflettere sulla perfetta armonia che si nasconde dietro la natura: le foglie, nonostante la loro fragilità, hanno la capacità di trattenere alcuni sprazzi di luce e, al contempo, rivelare quelli più potenti. Ciò che sembra debole, in realtà, ha una forza che agisce in simbiosi con altre, per generare ordine e dare forma al nostro mondo. Il termine Komorebi insegna quindi a non fermarsi alle apparenze e, soprattutto, a non sottovalutare ciò che ci sembra impotente.

Giulia Fasan

Lasciar andare, non dimenticare



Sono una persona più incline a pensare a dove voglio andare e cosa desidero per il mio domani, piuttosto che voltare a guardare da cosa allontanarmi e ciò che è stato nel mio ieri, nonostante per me sia molto importante. Questo differente modo di pensare genera un'energia diversa in ognuno di noi, più fluida e dinamica in un caso e più lenta e protettiva nell'altro (nella programmazione neuro linguistica questi diversi filtri che ci guidano li chiamiamo metaprogrammi). Quando pensiamo a cosa desideriamo per la nostra vita, che si tratti di

relazioni affettive, di rapporti familiari o del lavoro dei nostri sogni, proviamo nuovi stimoli e curiosità da un lato ma dall'altro, non conoscendo ancora come tutto questo si potrebbe realizzare, ci sentiamo insicuri e timorosi. Quante volte avremo sentito il detto "Chi lascia la via vecchia per la nuova, sa quel che lascia e non sa quel che trova!": una indiscutibile verità che almeno a me in passato, più di una volta ha intimorito e frenato dal prendere una decisione o dal fare una scelta! Un pensiero che a volte ci rende difficile staccarci

dalle cose, dalle persone o dalle situazioni e che cercando di "proteggerci", ci mantiene ancorati a quello che comunque già conosciamo. Eppure nel lasciare "la strada vecchia" o nel cambiare qualcosa del nostro passato, c'è anche l'opportunità di fare tesoro di quello che le nostre esperienze e i rapporti vissuti nel bene e nel male ci hanno donato aiutandoci a crescere: quando siamo pronti a valorizzarlo, ci prepariamo a fare un passo avanti con maggiore apertura e serenità. Lasciar andare non significa dimenticare o rinnegare e per forza rischiare, ma portare dentro al cuore tutto il bene che vi era racchiuso per noi, trasformandolo in nuova energia per il futuro che potrebbe riservarci anche belle sorprese! Tutto è passeggero, guardiamo ai nostri nuovi passi non dimenticando che per sapere in che direzione andare, è importante conoscere da dove si arriva!

Cristina Gnan

SOLO
PENSIERI
POSITIVI

SEI CURIOSO DI SAPERE CHI SIAMO? COSA FACCIAMO? PERCHÉ LO FACCIAMO? VIENI A TROVARCI SUL NOSTRO BLOG <http://lagazzettadelsole.home.blog> o scrivi una mail a lagazzettadelsole@gmail.com. SEGUICI SULLE PAGINE Facebook e Instagram: La Gazzetta del Sole. Progetto a cura di Quelledelbigliettinigialli Odv (www.quelledelbigliettinigialli.it)

Se non avessi paura



Riuscire ad affrontare il proprio "Ci sono due forze motrici fondamentali: la paura e l'amore. Quando abbiamo paura, ci ritraiamo indietro dalla vita, quando siamo innamorati, ci apriamo a tutto ciò che la vita ha da offrire con passione, entusiasmo, e l'accettazione." (John Lennon) La paura. Quante volte mi è capitato di chiedermi cosa farei se non avessi paura oppure, meglio ancora, cosa avrei fatto se non avessi avuto paura. La paura che nasce dalla mancanza di fiducia o dalla perdita di fiducia, dall'insicurezza, la paura del fallimento o del giudizio degli altri, la paura del futuro, del dolore, la paura di rimanere soli, la paura del buio, la paura di cadere e non riuscire a rialzarsi, la paura che spesso ci impedisce di vivere al meglio la nostra vita. Quella paura che non ha colori, non ha profumi, ha suoni sgraziati e distorti, ha artigli affilati, corde e catene, toglie il respiro, cancella i ricordi e calpesta i sogni, quella paura che ci fa immaginare mostri sempre più grandi di quelli che realmente incontriamo, quella paura che ti fa sedere sul ciglio della strada con la testa tra le mani e che ti riempie le scarpe di sassi aguzzi e taglienti, che rendono difficile ogni singolo passo fino a farti rimanere immobile. Leopardi diceva che chi ha il coraggio

di ridere è il padrone del mondo e, allora, io ho deciso che voglio ridere e non voglio avere paura. Voglio amare, voglio abbracciare, voglio correre scalzo in un campo di papaveri, arrampicarmi in cima ad una montagna e volare con un deltaplano libero come un'aquila. Voglio salpare per Itaca, ascoltare il canto delle sirene, sconfiggere Polifemo, cavalcare una nuvola e camminare su una stella, visitare Atlantide e sconfiggere mostri marini che custodiscono i tesori di mille naufragi, valicare le colonne d'Ercole e scoprire nuovi mondi, sconfiggere, assieme a Cavallo Pazzo, il generale Custer a Little Bighorn, stringere la mano a Verdi dopo la prima del Nabucco, cavalcare con Napoleone, conoscere Che Guevara e camminare con Neruda, scoprire un vaccino per vincere le malattie più orrende, dare da mangiare a tutti i bambini del mondo, ma soprattutto voglio fare tutte queste cose assieme alle persone importanti della mia vita e la mia voglia di vivere di colori, profumi, suoni. Se non avessi paura vorrei solo vivere e ricordarmi di aver vissuto ogni singolo giorno.

Andrea Spessotto

"Piccola Farmacia letteraria" che cura con i libri



Mi imbatto per caso sui social in una pagina che riporta il nome "Piccola Farmacia Letteraria". Il nome mi incuriosisce parecchio. Mi dico: "devo saperne di più!". Così inizio a leggere di cosa si tratta e ne rimango letteralmente estasiata. Si tratta di una particolare farmacia dove non si prescrivono farmaci, ma libri. Fantastico! La libreria si trova a Firenze e nasce dall'idea di Elena Molini e dalla consapevolezza che un buon libro può salvare l'anima... nel capire che sono proprio gli stati d'animo a muovere le scelte del lettore e che è necessario reinterpretare il concetto classico di libreria per dare più valore ai rapporti umani e ascoltare chi ci sta davanti. Chiedere: "Come stai oggi?" lasciando all'altro tutto il tempo di cui

ha bisogno per rispondere, percepire il non detto. Camminare in punta di piedi nella vita degli altri consigliando libri che diventano tonici, balsamo per le ferite, messaggi che smuovono montagne o sciolgono rigidità. Trovo quest'iniziativa pazzesca e perfettamente in linea con quello che penso. La cosa geniale è che i testi, alla "Piccola Farmacia Letteraria", sono catalogati in base alle emozioni, agli atteggiamenti, agli stati esistenziali in essi contenuti anziché in base alla trama. Inoltre i libri vengono accompagnati da un bugiardino da tenere presente; infatti vi viene indicata la posologia, con riferimento al quando, come e dove bisogna assumere una determinata cura letteraria. Tocco di classe sono gli effetti collaterali, ovviamente tutti positivi. Se vi trovate a Firenze, segnatevi di passare per via di Ripoli; lì Elena Molini, la proprietaria della "Piccola Farmacia Letteraria", vi aspetta per aiutare i vostri animi, prescrivendovi i libri più adatti. Io l'ho segnato tra i miei progetti di quest'anno e sicuramente organizzerò una gita tra amiche. Da anni ormai quando visito una città, anziché comprarmi un souvenir, acquisto un libro che rappresenta il ricordo di quel particolare viaggio. Con questo presupposto come posso non andare in questa magnifica e originale libreria. Da gennaio di quest'anno l'avventura di Elena Molini è diventata un libro dal titolo appunto "La piccola farmacia letteraria", edito da Mondadori. Eccovi il link del sito, dateci una sbirciatina, non ve ne pentirete!! www.piccolafarmacialeteraria.it "Credo che l'unico modo che abbiamo per andare avanti sia fare un passo indietro e osservare da lontano. Guardare chi abbiamo di fronte e ascoltare quello che ha da dirci."

Eleonora Brun

Che spreco! Eccezioni allo zerowaste



Lo spreco non è una buona cosa: zerowaste è l'obiettivo del terzo millennio. Nonostante questo ci sono almeno due occasioni in cui è neces-

sario, se non indispensabile spreca. Le stagioni si alternano sempre uguali con ricorrenze, feste, appuntamenti e rituali. I riti servono anche a

scandire il tempo: cambiare i fiori sul balcone è uno di questi. Ciotole, sottovasi, concime, terra da rinfrescare e tanti vasetti di piante fre-

sche di serra. L'appuntamento con gli attrezzi è già segnato nell'agenda: due volte l'anno il rituale si compie con precisi gesti. Comprare il necessario, ma soprattutto sradicare le piante stagionali parrebbe un vero spreco. Si tratta di un modo per salutare la nuova stagione, per accogliere gli ospiti di casa e, perché no, per rendere nostro l'ambiente che ospita le nostre cose più preziose: sentirsi a casa è anche piantare dei fiori sul balcone. Le feste e gli anniversari rappresentano il cuore di questa nostra storia. Tra le cose più preziose che una casa custodisce ci sono proprio le ricorrenze: un semplice ricordo, la memoria rituale oppure festeggiamenti solenni preparati da lungo tempo. Palloncini,

tovaglioli colorati, vino pregiato, cibi deliziosi in abbondanza, dolcetti e dessert tripudiano sulla tavola. La festa sembra non dover finire mai: è così che vogliamo avvolgere i nostri cari con l'affetto e la cura di ogni dettaglio. A ben guardare, sono tutte cose inutili (a parte i dolci, che però lievitano anche fuori dal forno...). Eppure impegnano tante delle nostre energie, del nostro tempo, delle nostre finanze. Fiori freschi di stagione, i migliori accorgimenti per una festa: modi per dirti quanto sei importante per me. Non importa chi sia questo tu, l'importante è che lo spreco sia regale: con garbo, ma solennemente affettuoso.

Elisa Parise

La regina della notte



Giorgia stava passeggiando nel bosco assorta nei suoi pensieri e nel silenzio di quel luogo. Tornava in quei posti ogni volta che poteva. Adorava assa-

porare i profumi e guardare la vita che pulsava di notte. La luna non si era presentata e dal cielo le piccole stelle illuminavano focamente il sentiero

che stava percorrendo. Nell'erba e tra gli alberi, un esercito di lucciole volava nelle direzioni più disparate, apparentemente senza una meta. Quello era il suo rifugio, il luogo dove andava quando il suo cuore e la sua mente cercavano pace, armonia, magia. Aveva conosciuto quel bosco da bambina, dove suo nonno la portava e le raccontava le storie delle creature magiche che popolavano la foresta. Alle volte si sedevano sui ceppi di alberi caduti, accendevano un fuoco e stavano in silenzio per ore a guardare le stelle. Giorgia non aveva i genitori, era cresciuta con i nonni che l'avevano accudita fin dall'infanzia. Entrambi le avevano trasmesso quella qualità innata che è la capacità di fantasticare, di creare mondi immaginari dove ogni pensiero diventava reale. Quando era diventata adolescente suo nonno l'aveva obbligata ad uscire con le sue amiche e frequentare le persone nella vita reale. "Li fuori c'è un mondo, bambina mia. Noi siamo vecchi e tu devi fare la tua vita e le tue esperienze" le disse. Ma Giorgia era testarda e se in un primo momento

aveva assecondato i nonni, dopo poco tempo tornò alla sua vita fatta di sogni e fantasia. Era talmente assorta nei suoi pensieri che quasi non si accorse di quel riflesso blu e bianco davanti a lei. Si avvicinò con passo svelto verso la luce e quando arrivò, un gran sorriso aveva preso il sopravvento sul suo volto. La Regina della Notte era lì davanti a lei, bella come sempre. Suo nonno amava raccontare storie su quel fiore, il suo preferito. Le diceva sempre: "sai Giorgia, questo fiore per me sei tu. Il più bel fiore che io abbia mai conosciuto." La ragazza si sedette a fianco della Regina della Notte e ripensò a quando aveva seppellito i suoi nonni, proprio in quel punto. Come allora, una lacrima cominciò a scenderle dal viso e nell'offuscamento della vista, le parve di vedere un fuoco fatuo danzare vicino a lei. Quasi ipnotizzata da quei movimenti, si addormentò e sognò i suoi nonni, che attorno al fiore notturno, le raccontavano le storie delle creature fatate.

Sandro Pezzella

Credi nell' impossibile



Quante volte vi siete sentiti dire "no, non si può fare, è impossibile" mentre nella vostra mente prendeva forma un'idea, un progetto ardito o un grande sogno? La parola impossibile, letteralmente, significa "che non può compiersi né attuarsi", ha il suono autoritario di una sentenza, qualcosa di definitivo e immutabile, un sapore amaro sospeso a metà tra la resa e la caparbia volontà di superare un confine invalicabile. Impossibile, fino a quando qualcuno che si rifiuta di accettare lo status quo decide di raccogliere la sfida, perché niente è impossibile se lo si vuole veramente. Questo deve aver pensato Francesca Jones, una ragazza inglese nata a Leeds, quando i medici le hanno detto che a causa di una malforma-

zione genetica che la affligge dalla nascita, il suo sogno di giocare a tennis non si sarebbe mai potuto realizzare. Francesca ha quattro dita per mano e un totale di sette dita nei piedi, tanta passione e una determinazione da gigante; a 20 anni è una tennista professionista, tra le 25 giocatrici più forti del suo paese, e a gennaio si è qualificata al tabellone principale degli Australian Open. Mentre leggevo la sua storia l'ho immaginata a fine match vittoriosa e sorridente, con lo sguardo fiero di chi ha saputo spostare un limite in modo che altri possano crederci. Ci sono molte persone che a dispetto di ogni pronostico riescono nelle imprese più impensabili e ogni volta mi chiedo quale sia la molla che scatta nelle loro menti nel momento in

cui gli viene posto di fronte un muro. Un sentimento di rivalsa nei confronti del destino? L'istinto di ribellione? La fatale attrazione nei confronti del proibito? Quale che sia la spinta interiore, in ognuno di noi risiede la capacità di raggiungere qualunque obiettivo desiderato, è la forza di volontà il potere più grande che gli esseri umani possiedono, una fiammella vitale che va preservata, nutrita e allenata costantemente, la freccia più potente al nostro arco sia nei momenti di difficoltà che nelle sfide di tutti i giorni. "La forza di volontà attraversa anche le rocce." Proverbio giapponese.

Monia Rossi
Foto: Freepik.com

V i s t a



"Ti piacerebbe partecipare ad una cena al buio?" Detta così si potrebbe fraintendere, ma quando Alessandro, un mio amico non vedente, me lo chiese ne restai lusingata e colsi la palla al balzo per incalzare scherzando: "Tu mi vuoi portare a cena? Ma se non mi hai mai vista!!!" Ridemmo e accettai di partecipare ad un'esperienza indimenticabile. La serata si teneva in un ristorante che conosco. Le regole erano chiare: niente cellulari e niente orologi con le lancette luminose o digitali. Mi preparai elegante, lo feci per me e per il mio accompagnatore, consapevole che nessuno a quella cena mi avrebbe vista, con uno spirito diverso. Entrammo in una stanza completamente

al buio, nessun minimo riflesso, nessuna ombra per orientarsi. A tentoni raggiungemmo il posto a tavola, come a tentoni capii come accomodarmi. Tutto era nuovo e divertente, ma poi arrivò la parte difficile. Come versare l'acqua nel bicchiere e quando fermarsi? Come farsi passare il vino bianco? Improvvisamente caddi nello sconforto, provando una sensazione di smarrimento nel non vedere ciò che mi circondava, cosa i camerieri mettevano nel piatto, come individuare o tagliare le pietanze e nel non vedere i volti dei commensali sorridere soddisfatti. Troppo spesso non capiamo la fortuna che abbiamo.

Marta Santin

Un tesoro fra noi | La sopraffina audacia del nero



Spesso ciò che è normale e quotidiano, ci sembra scontato e poco importante. C'è un ma... Per noi italiani, anche se abitiamo in un piccolo borgo o paese, è del tutto normale passeggiare tra caseggiati del '500 o '600. Tra questi, probabilmente, spicca una dimora di qualche famiglia benestante o un castello. È del tutto normale vedere pareti affrescate, preziosi marmi, legni intarsiati o decorati lungo le vie delle nostre città. Ecco, è normale per noi italiani, solo per noi. Sembra una riflessione scontata e paradossalmente lo è, perché spesso non ci accostiamo a questa bellezza senza i dovuti interesse e ammirazione. Vorrei però svelare uno dei magnifici tesori di questo paese. Se qualcuno vi chiedesse quale sia la raccolta di gioielli più ricca e di valore al mondo, la risposta sarebbe quasi banale: i gioielli della

regina d'Inghilterra, o la raccolta degli zar. Bene vi state sbagliando. Non è nemmeno il tesoro di Tutankamon o di qualche sceicco. Tutte cose inestimabili e favolose, intendiamoci, ma non raggiungono il valore di un tesoro italiano che ha anche un'altra particolarità. Non appartiene alla chiesa, né ad un privato, né a un comune o ente, ma è stato lasciato in custodia agli abitanti di una città. Il tesoro più ricco al mondo è quello di San Gennaro, che si trova all'interno del Museo del tesoro di Napoli. La sola mitra del santo è decorata con 3964 pietre preziose, 198 smeraldi, 168 rubini, 3.328 diamanti, il tutto per 18 kg di peso. Valore stimato della sola mitra 7 milioni di euro. Nulla da fare, Italia batte resto del mondo 3 a 2.

Michele Vida
"Baudasch"

Fonte: pagina Artenauta



La scienza ipotizza che il nero, dal punto di vista teorico, sia l'assenza di colore, la mancanza di luce. Ma se ad esempio mescoliamo su una tavolozza tutti i colori insieme, ci avviciniamo ad un colore molto scuro, prossimo al nero. Ecco perché descriverlo senza accettarne che sia l'implosione di mille colori è come parlare dell'amore pensando di poterlo descrivere disegnando un cuore. E' come parlare di Leonardo immaginando solo la Gioconda; è come descrivere l'Italia e gli Italiani etichettandoli miseramente con "pizza, mafia e mandolino". Riesco ad immaginare solo il nero come il colore utile a rappresentarmi. Il nero che contiene il verde acido dell'ipocrisia, il rosso cremisi della collera che pulsa, il giallo zafferano della pace che

respiro in casa, il viola ametista dei sogni che non riesco mai ad afferrare, il marrone noce americano degli occhi nei quali cerco approvazione, l'azzurro pervinca del cielo osservato sdraiato in giardino, il grigio basalto che respiro al lavoro, il rosso vermiglione delle bocche sorridenti dei miei rampolli. Il nero è la cassaforte di ciò che le persone non ammettono d'essere... a volte agli altri, più spesso a se stesse. Basterebbe accettare che anche la notte di San Lorenzo, mentre guardi per qualche decimo di secondo la stella cadente, sogni per ore di immergerti in quel cielo nero. Dentro al nero si rifugiano domande mai fatte e risposte mai date; si annidano le perplessità,

i desideri invalicabili, i sogni dimenticati ed i progetti accantonati. Ma frugando bene, rovistando con cautela, si trovano anche i ricordi verde arlecchino dell'adolescenza, i profili anatomici rosa corallo, gli odori bianco cocco delle estati al mare, gli abbracci blu zaffiro scambiati di nascosto sotto le coperte. Il nero da sempre rappresenta l'oblio, la paura, il vuoto, ma allo stesso tempo affascina per l'eleganza, la raffinatezza, l'eccitazione. E nessuno potrà mai negargli la dote che lo rende seducente agli occhi di tutti: l'audacia. Il nero è come un paio di culotte brasiliane in pizzo; qualsiasi cosa copra vale la pena di vedere cosa ci sta dentro.

Ruggero Vitali

Invincibili

"Se potessi presentarti dichiarando non la tua età attuale ma quella che vorresti avere e perché, cosa diresti?" "Direi che vorrei avere vent'anni. Vorrei tornare alle settimane precedenti la manifestazione della malattia, perché mi sentivo invincibile." Ci sono situazioni nella vita che ci mettono di fronte a tutte le nostre fragilità. Una malattia, la morte di qualcuno a cui volevamo bene, il fallimento di un progetto in cui avevamo investito tanto tempo, sono tutti eventi che ci costringono a fare i conti con noi stessi. Ci distruggono, ci spezzano il cuore, ci fanno piangere come mai prima, ci svuotano. Insomma, aprono una crepa e mettono in crisi gli equilibri faticosamente costruiti fino a quel momento. Quando ci troviamo in una di queste situazioni, le alternative possibili non sono molte: restare immobili o reagire. Lasciare che la crepa si estenda facendo crollare il muro o attraversare la crisi, magari

distruggere, ma solo per ricostruire. Scegliere la seconda opzione non è semplice, molto più facile sarebbe chiudere gli occhi, stringerli forte e sperare che, riaprendoli, tutto torni come prima. Einstein diceva che la crisi fosse la più grande benedizione per gli esseri umani, poiché è in essa che emerge il meglio di ognuno. È nel modo in cui decidiamo di rinascere che dimostriamo di essere invincibili. Invincibile, infatti, non è colui che ha collezionato solamente vittorie. Invinci-

bile è colui che non è mai stato sconfitto, perché in ogni caduta ha trovato il modo di rialzarsi e ricominciare, perché da ogni crepa ha lasciato entrare la luce e ha accolto il bene che gli veniva offerto. Invincibile è colui che ha scoperto che tutti possiamo essere invincibili, se solo impariamo a lottare per superare ciò che ci capita senza esserne sopraffatti. "Lo sei ancora, devi solo imparare a non dimenticarlo."

Francesca Tamai



Chi siamo

Siamo un gruppo di sostenitori dell'ottimismo che crede ancora nella capacità di creare bellezza e armonia e nella forza della positività e della collaborazione. Non siamo professionisti ma siamo convinti che i nostri personali talenti e la nostra profonda passione possano contribuire alla diffusione della cultura e della positività, con l'intento di contrastare la negatività che spesso ci circonda. Promuoviamo

l'incontro e la connessione tra persone e realtà sociali per costruire sinergie positive e per creare e mettere a disposizione strumenti che riescano a stimolare la parimente migliore, fornendo spunti di riflessione e raccontando storie vere che ci riguardano da vicino. La Gazzetta del Sole nasce così, una rivista cartacea che vorremo distribuire gratuitamente nelle sale d'aspetto degli ospedali per allietare la lunga attesa

di pazienti e familiari, rendendo più piacevole lo scorrere del tempo. Un luogo dove trovare storie raccontate da noi, ma non solo una rivista che si sfoglia per caso in cerca di niente e invece vi si trova un po' di tutto, arte, libri, poesie, nuovi punti di vista, nuove idee, spunti di sensibilizzazione e perfino ricette.

La Redazione

La redazione

Marta Santin,
Eleonora Brun,
Alberto Pagotto,
Elisa Parise,
Katiuscia Salmaso,
Michele Vida,
Martina Cappelletto,
Ruggero Vitali,
Sandro Pezzella,
Monia Rossi,
Andrea Spessotto,
Giulia Fasan,
Francesca Tamai.

Grafica

Martina Moret



**Qui trovi
il nostro
manifesto**