



**ilBacchiglione**  
Rivista on-line

**LUGLIO - AGOSTO**

**2021**



## INDICE:

COPERTINA .....	pag.1
<b>EDITORIALE</b>	
- L'adolescenza, a cura di <i>Lucio Babolin</i> .....	pag.3
<b>TERRITORIO</b>	
- Cartoline di fine estate. Esperienze ed impegno di una #EstateReteMaranathà, a cura dell' <i>Equipe Progetti ReteMaranathà</i> .....	pag.9
<b>RECENSIONI</b>	
- Film: <i>"Bianca come il latte, rossa come il sangue"</i> , a cura di <i>Angelo G.</i> .....	pag.12
<b>APPROFONDIMENTI SCIENTIFICI</b>	
- Esperienza di comunità, a cura di <i>Catia Fincato</i> .....	pag.13
SOMMARIO .....	pag.15

E-mail: [comunicazione@retemaranatha.it](mailto:comunicazione@retemaranatha.it)

In copertina immagine di Here and now, unfortunately, ends my journey on Pixabay



Photo by Dim Hou from Pixabay

## L'ADOLESCENZA

L'adolescenza (dal latino *adolescencia*, derivato dal verbo *adolescere*, crescere, da *alere*, 'nutrire') è quel tratto dell'età evolutiva nel secondo decennio della vita caratterizzato dalla transizione dallo stato infantile a quello dell'individuo adulto. Quando si parla di adolescenza, è importante ricordarsi che essa è un tema di carattere prettamente psicologico, e darle limiti fissi è un'impresa ardua. Bisogna considerare che:

- lo sviluppo psicologico-emozionale non procede sempre di pari passo con lo sviluppo fisico;
- le società occidentalizzate stanno provocando un ritardo sempre maggiore dello sviluppo psicologico, mentre in altre zone del mondo pare verificarsi l'opposto;
- i limiti di età sono diversi fra persone; più tardi si verificherà lo sviluppo puberale, più tardi finirà l'adolescenza;
- certi tratti psicologici considerati tipici dell'adolescenza permangono oltre la prima giovinezza.

I cambiamenti fisici + la pubertà è il risultato di notevoli variazioni ormonali che iniziano con una secrezione ipotalamica, la quale provoca una reazione ipofisaria che, a sua volta, provoca una stimolazione ormonale delle gonadi maschili e femminili. L'inizio della pubertà viene fissata convenzionalmente a dodici anni e mezzo - tredici anni per i maschi e a 10-11 anni per le femmine. La sua fine dovrebbe avvenire verso i 15 anni. Dopo quest'età inizia l'adolescenza vera e propria che dovrebbe cessare verso i 18-20 anni con la fine dell'accrescimento somatico. Tuttavia oggi l'adolescenza si è dilatata per cui può anticipare a 11-12 anni e prolungarsi fino ai 19-20 anni. Mentre la pubertà sta ad indicare l'età in cui il soggetto diventa capace di riprodursi, l'adolescenza pone l'accento sull'accrescimento

somatico e sui cambiamenti intellettivi, affettivi e relazionali con i quali viene il passaggio dall'età infantile a quella adulta.

Come si vede nell'inizio della pubertà vi è uno scarto di uno - due anni tra il maschio e la femmina. Si dice, infatti, che le femmine tendono a maturare prima dei maschi. Queste età possono fluttuare ampiamente in base a caratteristiche individuali, razziali e alla latitudine. La maturazione avviene prima nei paesi più vicini all'equatore, rispetto ai paesi nordici. Per tale motivo non vi dovrebbe essere alcun allarme se queste tappe non sono raggiunte nei termini indicati.

Quando inizia la pubertà si avvertono già alcuni cambiamenti nell'atteggiamento, nel comportamento e nel carattere del ragazzo e della ragazza. Anche a livello fisico si notano i segni esteriori delle modificazioni dell'assetto ormonale. Nelle femmine vi è l'aumento delle dimensioni dell'areola e del volume del seno, per ipertrofia del tessuto ghiandolare e connettivo. Si modifica la vulva e si sviluppano e colorano le piccole labbra. Compare la peluria che interessa inizialmente il pube e poi si diffonde nella zona inguinale e ascellare.

Le rapide modificazioni ormonali portano, tra gli altri, cambiamenti nello sviluppo corporeo: il cosiddetto "scatto di crescita", per cui le bambine ed i ragazzi nel giro di qualche mese si allungano notevolmente. Si chiama "scatto di crescita" per le caratteristiche d'impetuosità. L'aumento della statura e del peso non avviene in modo graduale come avveniva nell'infanzia, ma si manifesta in modo rapido e massiccio. Lo scatto di crescita nelle femmine è di 7,5 cm il primo anno e di 5,5 cm il secondo anno. Nei maschi lo scatto di crescita è in media di 8,5 cm il primo anno e di 6,5

cm il secondo anno dello sviluppo puberale. Nella ragazza avvengono le prime mestruazioni (il menarca), e nel maschio le prime eiaculazioni. Questi eventi dovrebbero essere preparati ed accompagnati da un dialogo in cui i genitori o gli educatori pongano l'accento non solo sugli aspetti igienici o fisiologici legati alla maturazione sessuale, ma anche sugli aspetti sociali, morali ed etici, poiché le mestruazioni nelle ragazze e l'eiaculazione nei maschi sono indici dell'attività fisiologica delle ovaie, dell'utero e dei testicoli e stanno ad indicare la presenza della fertilità e quindi della possibilità di diventare madre se si è stata fecondata o padre se si feconda.

### **Il rapporto con il proprio corpo**

Il corpo ha nell'adolescenza un ruolo centrale. L'adolescente ha difficoltà ad accettare le modificazioni del proprio corpo, in quanto queste avvengono in maniera troppo rapida. Dice Antoniotti (2009): "La velocità con cui l'adolescente consegue una maturità corporea non è equilibrato dal tempo necessario per raggiungere una maturità psichica". Il bambino ha una crescita lenta, graduale, armoniosa, quindi è più facile accettare il proprio corpo che, progressivamente, cambia. È più agevole farlo proprio, interiorizzarlo, abituarsi a questo lo diverso, a questo Sé che cresce, si espande e si modifica. Nell'adolescente, a causa dell'improvviso, notevole aumento della massa muscolare e ossea e dello sviluppo considerevole degli organi sessuali primari e secondari, il processo d'accettazione e d'interiorizzazione è più difficile.

"I cambiamenti fisici, corporei e sessuali comportano inoltre l'acquisizione di un'identità di genere che spesso è origine di profonde lacerazioni e ambivalenze difficili da risolvere". Pertanto, a causa dell'interesse sessuale dei maschi, alcune ragazzine, imbarazzate, cercano, in tutti i modi, di coprire il seno ed i fianchi, segni evidenti di maturazione sessuale. I maschi, invece, assumono il caratteristico aspetto impacciato di chi non sa ben armonizzare i movimenti e di chi non è felice di quella crescita disarmonica. È difficile per loro vivere il proprio corpo in maniera serena, anche perché, a causa della pelle grassa, dei brufoli e del caratteristico odore pesante, questo è visto spesso come brutto e sgraziato. L'adolescente spesso si interroga per sapere se è normale o no e cosa pensano gli altri di lui. Soprattutto nella seconda e terza fase dell'adolescenza, crea scontento e disagio lo sviluppo non adeguato. Un seno troppo piccolo o troppo grande per le ragazze, dei genitali e dei

muscoli non ben sviluppati per i maschi, possono far nascere, nel confronto con gli altri, sentimenti d'inferiorità.

È l'età in cui, a causa dei problemi legati all'immagine corporea, sono più facili le malattie come l'anoressia e la bulimia o vi può essere un'accentuazione della timidezza, con sentimenti di chiusura ed isolamento. Il disagio interiore spesso si focalizza anche su qualche elemento non perfetto del corpo o del viso: nelle femmine un naso non perfettamente in linea, nei maschi l'acne che deturpa il viso, creano complessi d'inferiorità che, a volte, rendono difficile la normale socializzazione.

Per quanto riguarda la cura del corpo, sia le ragazze che i ragazzi sono attenti a migliorare il proprio aspetto con le diete o con la palestra. Soprattutto i maschi cercano impegni sportivi, al fine di esaltare le proprie prestazioni, le capacità e qualità del corpo, mentre le femmine sono più impegnate a migliorare gli elementi estetici. Nella pulizia personale vi è un atteggiamento ambivalente ed altalenante, specie nel maschio.

L'adolescenza è la fase nella quale l'individuo comincia a subire le modifiche somatiche e psicologiche e a perdere le caratteristiche dell'infanzia. La sessualità ha raggiunto la forma alloerotica (cioè bisogno del partner); il pensiero ha maturato le forme logiche, l'egocentrismo infantile è superato. Queste nuove strutture sono però appena abbozzate; ora hanno bisogno di essere consolidate. Ciò avviene nell'arco di tempo che va dai 12 ai 20 anni.

La fragilità somatica e psicologica del soggetto, in questa fase, è evidente e facilmente spiegabile se si tiene conto del lavoro per il consolidamento delle sue strutture fisico-psichiche che in lui si va compiendo. I ragazzi all'età di circa 12-13 anni possono presentare cambiamenti in gusto, aspetto e carattere.

### **Evoluzione dei processi cognitivi**

Altro aspetto dell'adolescenza è dato dall'esperienza che ora il soggetto va facendo degli schemi mentali di tipo logico-formale. Il tipo operatorio-concreto del pensiero del fanciullo (5-11 anni) non consente al soggetto di immaginare il possibile fuori degli schemi della realtà, così come egli la vive e la sperimenta. Per il fanciullo il possibile è solo ciò che non è ancora avvenuto ma può avvenire. Il pensiero logico-formale consente, invece di concepire il possibile come ciò che non è contraddittorio. Mentre il fanciullo lavora di fantasia, ma il suo mondo fantastico è legato alla realtà delle cose concrete, si tratti pure

di eroi spaziali o di mostri metà animali e metà uomini, il mondo fantastico dell'adolescente è costituito da ipotesi sociali, etiche, politiche, ecc., non reali, ma logicamente realizzabili.

Vi è un egocentrismo tipico dell'adolescente dato dalla tendenza a rinchiudersi in questo mondo fantastico, che lo può portare a grandi mete, ma anche ad aspre delusioni. Cronologicamente questa fase si colloca nella tarda adolescenza e nella prima giovinezza, tra i 14/15 anni e i 18/19 anni per le ragazze e tra i 15/16 e i 19/20 per i ragazzi. Connesso con lo sviluppo del pensiero logico-formale vi è pure la maturazione degli schemi sociali.[senza fonte]

Lo sviluppo della socialità comincia con il superamento dell'egocentrismo infantile verso i 12/13 anni, ma solo verso i 14 anni il sentimento della socialità orienta il soggetto verso rapporti di parità con gli altri e verso forme ideali di amicizia che non devono più rispondere alla necessità di avere compagni con cui giocare e divertirsi ma amici con cui coltivare ideali o condividere idee.

Un fenomeno caratteristico della socialità adolescenziale è quello della solidarietà con i coetanei, sia nelle circostanze in cui uno ha bisogno dell'altro fino a portare a vere e proprie complicità delittuose, sia ad una solidarietà di classe che spesso porta a contestazioni di maniera nei riguardi degli adulti. Questa solidarietà di classe, mista a contestazione, si manifesta spesso in quella che viene chiamata crisi di originalità. L'adolescente sceglie per il suo comportamento condotte che lo distinguano da tutti gli altri, ma la sua attenzione è a tutto ciò che può distinguerlo dagli adulti.

Gli schemi della personalità di un individuo sono la risultante di fattori naturali e altresì di fattori culturali. Nei primi mesi di vita i fattori culturali tendono appena a condizionare il comportamento dell'individuo, per cui la condotta di un bambino di pochi mesi non differisce granché da quella di tutti gli altri bambini, ma più si avvanza negli anni e più questi fattori contribuiscono a differenziare la condotta degli individui.

Le linee di comportamento qui descritte riguardo alle caratteristiche dell'adolescenza sono solo orientative per capire i soggetti in questa età, perché nella realtà molto forte sarà la differenza tra soggetto e soggetto a seconda dell'ambiente e dei fattori culturali che avranno concorso a condizionare lo sviluppo di ciascuno. Un'altra evidente caratteristica dell'adolescenza è la voglia di indipendenza associata al bisogno di avere una figura di riferimento.

Questa particolarità determina i conflitti tra genitori e adolescenti, ma anche una maturazione che - a livello culturale - è descritta nel genere letterario del Bildungsroman. Molti adolescenti inoltre cercano attenzioni non mangiando e ciò potrebbe creare molti problemi.

### **I cambiamenti psichici**

Gli adolescenti, soprattutto a causa della "doccia ormonale" alla quale sono sottoposti i loro corpi e le loro menti, appaiono spesso irritabili, scontrosi, aggressivi, irrequieti, intrattabili, ipersensibili. Il loro umore è altalenante: passano in pochi minuti dal riso al pianto, dalla gioia al dolore, dall'entusiasmo all'apatia, dall'indolente, dolce far niente, alla frenesia di voler fare tutto e subito. Spesso si sviluppano in loro sentimenti d'angoscia e d'abbandono.

Vi è un continuo, e a volte repentino spostamento d'atteggiamenti: in casa sono aggressivi, fuori no; con un genitore sono gentili, con l'altro sono aggressivi; con la madre sono disubbidienti, con il padre no; con un fratello sono sottomessi, con un altro sono prepotenti.

Negli adolescenti vi è la ricerca di maggiore libertà, autonomia ed indipendenza, nonostante in un rapporto più approfondito emerga l'insicurezza caratteristica della loro età, per cui cercano anche appoggio, guida e aiuto.

Essi avvertono il bisogno di muoversi e di lasciare la casa per conquistare nuovi spazi fisici e psicologici. Questa conquista, che nel bambino era graduale, adesso diventa frenetica. Spesso gli adolescenti si impegnano in avventure rischiose, per confrontarsi con gli altri e con se stessi. A volte si fanno trascinare dai compagni, altre volte da adulti che conoscono e approfittano della loro immaturità e fragilità.

### **Lo sviluppo logico e cognitivo**

Lo sviluppo del pensiero dell'adolescente vede emergere notevoli capacità di astrazione logica[15] le quali, a quest'età, raggiungono il massimo livello del pensiero astratto. Tale sviluppo rende il ragazzino o la ragazzina sempre più simile agli adulti. Ne deriva che essi mettono in discussione gli insegnamenti dei genitori e le loro regole.[16] Purtroppo la resa scolastica non sempre è adeguata alle grandi capacità del pensiero a causa della instabilità emotiva. I docenti notano una gran variabilità nel rendimento in base alle attività richieste e all'umore del giorno. In alcuni giorni o periodi la resa è massima, in altri è minima. Se un'attività viene ritenuta interessante l'impegno è grande mentre,

per un'altra che non si ama, l'interesse e l'impegno si riducono al lumicino.

### **Affettività e sessualità**

Durante l'adolescenza aumenta notevolmente il senso del pudore, sia nei confronti del proprio corpo, che dei sentimenti, i quali vengono rivelati solo agli amici intimi. Se lo sviluppo psicologico non è stato armonico, vi potranno essere difficoltà relazionali nei confronti del proprio sesso o, più facilmente, nei confronti dell'altro sesso. Nei maschi è frequente la paura dell'omosessualità, dell'incapacità sessuale o di una scarsa virilità. Nelle femmine sono più frequenti i timori che il proprio corpo non abbia buone capacità d'attrazione.

Il desiderio sessuale diventa esuberante specie nei maschi, i quali l'avvertono come irrefrenabile e coinvolgente. Per tale motivo sono molto frequenti sia la masturbazione sia il ricorso a sesso a pagamento. Sempre nei maschi adolescenti si assiste spesso alla scissione della sessualità in affettività e genitalità e la sessualità viene percepita come distinta dalla generatività. Questo legame tra affettività e sessualità è invece, più frequente e solido nelle ragazze. Durante l'adolescenza sono possibili giochi e contatti sessuali con ragazzi e ragazze dello stesso sesso, senza che vi sia una vera omosessualità, la quale invece, presuppone, un costante e forte sentimento emotivo e affettivo nonché una continua interazione e attrazione verso una persona dello stesso sesso.

Per quanto riguarda i comportamenti concreti vi è nella nostra società, rispetto al passato, una precocità delle relazioni sessuali (l'età media del primo rapporto sessuale è di 17, 16 anni per i maschi e di 18, 14 per le femmine), inoltre, rispetto a qualche decennio fa le esperienze sentimentali e sessuali sono più numerose e con un numero maggiore di partner. Viene accettata l'uso della sessualità tra i giovani, anche perché il divario tra l'età della maturità sessuale e quella del matrimonio si è allungato notevolmente. Infatti, mentre la pubertà avviene più precocemente che in passato, l'età di un possibile matrimonio si allontana sempre di più: per motivi scolastici, per la sistemazione economica e lavorativa, per immaturità affettiva, per scarso desiderio di assumersi adeguate responsabilità. La nostra società tende quindi a trattenere, come fossero adolescenti, ragazze di vent'anni e oltre che, in altre culture e in altri periodi storici, sarebbero state considerate adulte.

I rapporti affettivi tra maschi e femmine, iniziano a

scuola e durante il tempo libero. Di solito si passa da un'attrazione generica e misteriosa per tutti i compagni di sesso diverso, a una relazione con qualcuno che suscita emozioni particolari.

Secondo i dati della Fondazione Cariplo le adolescenti che restano incinte in Italia ogni anno sono circa 100.000. Ma oltre la metà di queste gravidanze viene interrotta mediante l'aborto volontario.

Le adolescenti che incorrono in una gravidanza spesso già presentano qualche difficoltà personale e relazionale, con storie di conflitti familiari, trascuratezza affettiva, relazioni instabili con il partner e con gli amici, insuccessi scolastici e problematiche psicologiche comportamentali.

La maternità, quando viene accettata, segna una brusca entrata nel mondo degli adulti. Nelle ragazze adolescenti il legame con il figlio è contemporaneamente la ragione dello sconvolgimento della loro vita, ma anche un punto fermo della loro esistenza. Non sempre si tratta di gravidanze occasionali, a volte si tratta di una scelta deliberata, allo scopo di appagare, attraverso la relazione con il bambino e la formazione di una famiglia propria, dei bisogni rimasti insoddisfatti. Tuttavia la giovane età delle madri rende più complessa la costruzione di una relazione adeguata con il bambino, mentre rischiano l'isolamento sociale e la depressione poiché vanno in crisi il rapporto con i coetanei e quello con le famiglie d'origine. Le madri adolescenti si sentono adulte ma hanno difficoltà a cambiare il loro stile di vita, a seguire i consigli medici e fare delle rinunce. Il rapporto con i coetanei diventa difficile e spesso i padri dei bambini non si assumono alcuna responsabilità. Pertanto devono essere aiutate e supportate dai genitori nel creare un legame positivo con il bambino. In molti casi, specie in Italia, sono i genitori della ragazza ad occuparsi del bambino, mentre la figlia continua a fare la ragazzina.

Il costituirsi di un legame affettivo implica una ridefinizione del proprio essere nel gruppo degli amici. A volte il gruppo può ostacolare la ricerca di spazi di intimità e quindi può vivere la relazione di uno dei suoi membri come un tradimento o un abbandono. In altri casi la coppia che si è formata rimane inglobata nel gruppo e non modifica le relazioni preesistenti, per cui la relazione che si verrà a creare tra i genitori adolescenti e il loro figlio sarà incompleta. È frequente nella giovane madre la depressione post-partum, con diminuzione dell'autostima. Molte ragazze faticano a far fronte alle sfide della genitorialità, poiché possiedono una scarsa e irrealistica

conoscenza delle pratiche di accudimento. Tuttavia un terzo delle madri, se ben supportate, hanno uno sviluppo normativo e mantengono buone capacità di accudimento.

## I rapporti sociali

### Il rapporto con gli adulti e familiari

L'adolescente reclama con vigore la propria autonomia e individualità, ma resta profondamente dipendente dal contesto familiare nel quale vive. Di conseguenza, tende ad isolarsi dai genitori, svilendo il loro ruolo e il loro potere pur non riuscendo a fare a meno di loro.

I genitori che prima venivano considerati come la fonte basilare e principale d'ogni idea, concetto e valore, improvvisamente non sono più idoli, punti di riferimento, immagini ideali. Non sono più persone da imitare, con cui identificarsi, ma assumono l'aspetto di nemici da contestare, da abbattere, da limitare, di cui sminuire il potere. Diventa frequente la contestazione delle idee e dei valori che riguarda non solo loro, ma tutti gli adulti. Bisognosi d'affetto, in alcuni momenti cercano ancora l'abbraccio dei genitori, mentre in altre occasioni, specialmente davanti agli amici, li ignorano totalmente. Inoltre gli adolescenti, per la prima volta, vedono la possibilità di prendere decisioni sul proprio destino, pertanto costringono gli adulti a una revisione di ciò che nel recente passato scandiva le regole educative. Da ciò derivano i frequenti conflitti familiari.

Per Lidz è normale e naturale che l'adolescente e la sua famiglia siano in conflitto, poiché ciò permetterà loro di staccarsi dai suoi genitori per intraprendere una vita autonoma.[32] Questo ribollire di sentimenti, d'idee, d'emozioni, può far nascere dei sensi di colpa. Avere nuovi interessi, pensieri nuovi, diversi da quelli dei genitori, in contrasto con i loro, vivere nuovi amori, non amare più come prima la propria madre, il proprio padre, i fratelli, le sorelle, ma qualcuno al di fuori della famiglia, qualcun estraneo alla famiglia può far nascere inquietudine. Nonostante ciò, se ben gestiti con sintonia da entrambi i genitori, questi conflitti non ledono profondamente la stima che gli adolescenti hanno nei confronti dei propri genitori e familiari, i quali, quando i giovani saranno adulti, rimarranno sempre degli importanti e fondamentali punti di riferimento.

### Il rapporto con i coetanei

L'amicizia è uno dei sentimenti più importanti e più vissuti dall'adolescente. Vi è una ricerca intensa d'amicizia con lo stesso sesso, prima che con

l'altro sesso, soprattutto nella prima adolescenza. Le qualità e le caratteristiche dei coetanei vengono il più delle volte esaltate e assumono delle valenze straordinarie, per cui l'adolescente sente il bisogno di vivere spesso ed intensamente con questi. Pertanto mentre le regole dei genitori sono contestate o rifiutate le regole dei coetanei sono accettate senza molta difficoltà (Bonino).

Dicono Giorgio e Calandra: "Il gruppo degli adolescenti funziona come un traghetto che aiuta il ragazzo o la ragazza ad affrontare la transizione fra il territorio originale dell'infanzia, dove ha vissuto fino ad allora, e dove ha lasciato le proprie certezze, e il mare aperto dell'adolescenza".

Per quanto riguarda i rapporti con lo stesso sesso, i maschi amano vivere nel gruppo, nel clan, le femmine preferiscono un rapporto a due, un'amica del cuore. Nella sua evoluzione positiva ed emancipante, il gruppo dei pari aiuta a crescere, a maturare, a diventare grandi. Il gruppo crea coesione, alleanze, condivisione, garantisce protezione e riconoscimenti.

Nella sua evoluzione negativa invece il gruppo può potenziare il malessere del ragazzo e spingerlo ad effettuare atteggiamenti violenti, aggressivi, distruttivi.

### Uso del tempo libero

Da parte dell'adolescente l'interazione con la tecnologia è notevole e riguarda sia la dimensione relazionale che quella comunicativa. L'attuale generazione viene definita "generazione digitale" proprio per quest'uso massiccio e frequente di molti strumenti tecnologici: un adolescente su due controlla ossessivamente i social media sul proprio smartphone anche di notte; uno su dieci lo fa almeno dieci volte per notte, senza che i genitori se ne accorgano. Inoltre gli adolescenti e i preadolescenti sono tra i maggiori fruitori dei video-giochi.[38] Il consumo di musica, sia da soli sia nel gruppo, aumenta notevolmente, tanto che non è difficile trovare i propri figli adolescenti, chiusi nella stanza ad ascoltare per ore la musica e le canzoni più in voga. Né è difficile che si scoprano musicisti creando nuovi complessi.

A causa di quest'uso eccessivo, il luogo digitale diventa più importante del luogo reale. Gli spazi e i tempi dedicati al riposo diminuiscono molto. Ciò comporta un'attenzione molto scarsa alla lettura, alla riflessione e alle attività didattiche, nel mentre aumentano i sintomi del disagio giovanile, la malinconia, i sintomi ansiosi e la chiusura.

Per fortuna vi sono anche tanti adolescenti che, aggregandosi in gruppo, utilizzano il loro tempo libero per cause che hanno pienamente sposato.

Questi adolescenti diventano portatori e propugnatori di nuovi interessi culturali, filosofici, sociali e religiosi, o fanno proprie le idee e gli ideali, spesso estremi, di qualche leader politico o religioso. In questi casi essi diventano una fucina di cambiamento, di pensieri e d'interessi. Quando le aggregazioni giovanili, grazie anche all'apporto di qualche adulto disponibile all'ascolto, autorevole e saggio, sono finalizzate ad una strutturazione sana del tempo libero, diventano una risorsa preziosa per la società e per gli stessi giovani.

## La conoscenza dell'adolescenza

### Adolescenti

La figura dell'adolescente, come persona in una prolungata fase di transizione problematica, non viene considerata dalla maggior parte delle società tradizionali. In esse spesso il passaggio dalla fase della vita "bambino" alla fase "adulto" viene (veniva) gestito da appositi riti di passaggio, che rappresentano in chiave simbolica l'allontanamento dallo stato precedente, l'attraversamento di una soglia liminale, e la reintegrazione nella società con un diverso stato.

Anche nelle società "occidentali" fino all'Ottocento si veniva considerati bambini fino all'età in cui non ci si poteva dedicare alle attività che la propria classe sociale prevedeva. Le rappresentazioni artistiche, letterarie o figurative, di "giovani uomini o donne", anche di 10 o 12 anni, mostrano come venissero caratterizzati come "piccoli adulti", vestiti come i genitori, intenti nelle stesse attività. Questo sia negli strati sociali più poveri, dove l'inizio del lavoro poteva essere anche a 6-7 anni, così come tra le élite, dove si poteva essere re o professori universitari anche a 12-14 anni.

Verso la fine del XIX secolo, nelle società europee, in particolare in Germania, Inghilterra e Francia, i profondi mutamenti sociali ed economici fecero sì che un grande numero di ragazzi giungessero a trovarsi in una condizione di vita fino ad allora non presente sociologicamente. In particolare, nel mondo borghese l'aumentata importanza dell'istruzione fino ad avanzata età, la proliferazione di college e scuole superiori, i lunghi periodi di apprendistato non produttivi necessari alla formazione nelle scienze più avanzate, crearono l'adolescenza come etichetta sociale prima non necessaria. Parallelamente, la diffusione di istituzioni e associazioni giovanili, come lo scautismo, le società segrete giovanili o il movimento giovanile tedesco (Wandervogel), così come il fiorire della letteratura sulla e per l'adolescenza, risposero alla necessità di

creazione d'identità in questa nuova fase della vita.

### Adolescenza al giorno d'oggi: il rischio di depressione

L'aumento numerico dei casi di depressione negli ultimi anni non ha risparmiato gli adolescenti. Questa di solito porta il ragazzo a cadere in un vero e proprio abisso in cui si sente inutile, impotente, talvolta tormentato da sensi di colpa, vergogna o disperazione.

È uno stato che prende il posto di un normale processo di crescita e può arrivare ad ostacolare seriamente il futuro del giovane soggetto. Spesso si trascurano i problemi di umore dei ragazzi che vengono identificati con impertinenza, maleducazione e insolenza e quindi non presi in considerazione in maniera adeguata. Essi potrebbero essere all'origine di insuccessi scolastici, dipendenza di droga o alcol, disturbi del carattere fino ad arrivare a estreme condotte suicide.

Ragazze e ragazzi non esprimono allo stesso modo la loro depressione: le prime esprimono questo malessere spesso attraverso l'errata percezione del loro corpo mentre i ragazzi mostrano i loro disagi con aggressività mascherando tensione e sofferenza.

Le origini di queste depressioni si trovano nella famiglia dove a volte le interazioni tra genitori e figli risultano problematiche. Non bisogna però trascurare la pressione socio-culturale che nel rapporto con i pari e con gli educatori gioca un ruolo fondamentale.

**Lucio Babolin,**

Direttore responsabile



## CARTOLINE DI FINE ESTATE

### Esperienze ed impegno di una #EstateReteMaranathà

L'estate 2021, tempo tanto desiderato da adulti e ragazzi, ci ha visti impegnati in esperienze di gioco, divertimento e apprendimento. Settimane ricche di proposte e di qualità educativa che come in tutti i nostri progetti mettono al centro i bambini e i ragazzi perché possano arricchire il loro bagaglio di abilità e caricarsi di nuove energie.

**#EstateAttraversamenti**, inserita all'interno del progetto Attraversamenti, si è svolta dal 4 al 30 luglio presso la Scuola Primaria "Duca d'Aosta" ed è nata grazie alla collaborazione con l'Amministrazione Comunale e l'Istituto Comprensivo di **San Martino di Lupari**. Non un semplice centro estivo ma un presidio educativo all'interno del quale sono messi in primo piano i bisogni dei bambini/e, dove ogni attività è proposta e realizzata valorizzando le loro attitudini. Nel meraviglioso giardino di #EstateAttraversamenti le famiglie hanno avuto la possibilità di scegliere tra tre formule di frequenza del servizio: attività del mattino (7.45-12.15), attività del pomeriggio (14-18) e giornata intera (7.45-18 con pranzo al sacco). I bambini sono stati divisi in gruppi omogenei, api (1-2 elementare) - bruchi (3-4 elementare) - gufi (4-5 elementare) e orsi (bambini del pomeriggio), permettendo così di diversificare i vari laboratori e tenendo conto delle risorse che spontaneamente portano nell'agire quotidiano. Molte e diversificate le attività proposte: i laboratori *Extra Time* svolti in collaborazione con l'Associazione *Maga Camaja* e con *Arci Padova* che attraverso i loro esperti hanno accompagnato i bambini a sperimentare varie forme artistico-espressive; in particolare *Gioco e Voce* con l'obiettivo di portare consapevolezza

dello spazio, ascolto reciproco e controllo del corpo attraverso i giochi e le improvvisazioni proprie del teatro; *Circo*, un laboratorio che ha permesso, attraverso un lavoro individuale, di far capire ai ragazzi le proprie difficoltà e necessità, per poi raggiungere dei piccoli obiettivi anche mettendosi alla prova in qualche fatica. I *laboratori di arte e riciclo creativo*, tramite l'utilizzo di varie tecniche e materiali, aveva come obiettivi principali la pazienza, la manualità, la precisione, l'attenzione al riciclo di materiali apparentemente poveri, l'allenamento della propria creatività e della percezione visiva. Il laboratorio *Ti lascio un'emozione* ha permesso di lavorare sull'alfabetizzazione emotiva e relazionale, l'apprendimento e lo sviluppo delle competenze sociali con particolare riferimento alle "Life Skills"; i *Giochi Cooperativi* avevano lo scopo di creare un senso comunitario favorendo l'affiatamento del gruppo, creando un clima di fiducia e rispetto reciproco nel quale può crescere l'autostima di ognuno. I laboratori di *Musica e Propedeutica musicale* hanno condotto i ragazzi in un viaggio nella musica e le sue varie forme: il ritmo, la corporeità, la parola scritta, la lettura del pentagramma, la conoscenza delle note e l'utilizzo di strumenti e, attraverso alcune attività specifiche, ogni ragazzo ha potuto sperimentare il suo lato artistico musicale. *Creiamo una fiaba*: le fiabe, al di là della magia di cui sono cariche, sono utili allo sviluppo della capacità di elaborare ipotesi e risolvere i problemi, e favorire il processo etico-valoriale; danno la traccia delle rappresentazioni di sé nel mondo, ma anche dei rischi che ognuno dovrà affrontare.

È stata un'estate densa di occasioni speciali nel nostro giardino: le apette, i bruchi, i gufi e gli orsi hanno riassunto tutto questo in tre parole: novità, colore e sorrisi.

### #EstateGianburrasca a Santa Giustina in Colle

dal 14 giugno al 30 luglio, ha accolto bambini del territorio dai 6 agli 11 anni e bambini e ragazzi di Galliera Veneta, grazie al progetto "Attraversamenti"; uno splendido gruppo che, per sette settimane, ha avuto la possibilità di sperimentare e mettersi in gioco.

Il tema del centro estivo è stata la Cooperazione: tramite lo strumento del gioco cooperativo, si sensibilizzano i ragazzi ai bisogni propri e dell'altro, affinando l'affiatamento e la conoscenza reciproca, alimentando fiducia, rispetto ed autostima. Collaborando positivamente all'interno di un gruppo, si individuano le diversità/caratteristiche che ci rendono unici ed importanti. Inoltre, considerando ed accettando punti di vista diversi, si crea un clima accogliente in cui tutti possono sentirsi a proprio agio.

Durante la settimana si sono alternati a rotazione diversi laboratori che hanno permesso ai bambini di cimentarsi in attività ludico-ricreative acquisendo così abilità di cura degli animali e degli spazi in cui abitano; sperimentando attraverso i laboratori "verdi" la coltivazione delle piante e la raccolta degli ortaggi; lavorando le materie prime tramite semplici ricette ed acquisendo autonomie all'interno dello spazio cucina; potenziando le abilità pratico manuali, valorizzando la creatività e l'utilizzo di materiali di riciclo.

I bambini hanno portato a casa giornalmente i piccoli manufatti creati durante i laboratori creativi e di bricolage e, grazie alla lavorazione dei prodotti, anche piccole leccornie. È stato importante attivare dei laboratori che sensibilizzassero i ragazzi ai temi dell'eco-sostenibilità e del Km zero: tutti i lavori, infatti, sono stati realizzati con materiali di riciclo come tavolette di legno, bottiglie di plastica, carta riciclata, vasetti di vetro, gomitolini di lana e con elementi naturali come conchiglie, ramoscelli, foglie e fiori. Grande spazio alla creatività attraverso nuove modalità di disegno e pittura con la tecnica giapponese "Hirameki" e alla collaborazione con gli amici dell'Associazione Maga Camaja attraverso laboratori di "Green Revolution". Sono stati individuati inoltre dei momenti ad hoc, in cui i bambini hanno avuto la possibilità di essere aiutati nell'esecuzione dei compiti per le vacanze estive.

I grandi spazi esterni hanno garantito ai bambini un ampio spazio di gioco avendo a disposizione il campetto da calcio, da pallavolo e un'ampia piscina fuori terra.

Le #GiornateAttraversamenti, realizzate presso i Centri Estivi di **Santa Giustina in Colle e Fratte** nel periodo tra il 21 giugno e il 6 agosto, ci hanno dato la possibilità di concretizzare uno dei punti cardine della nostra visione del lavoro ovvero il fare Rete con i territori e con altre realtà del terzo settore; in questo caso con grande soddisfazione con l'Amministrazione Comunale di Santa Giustina in Colle, l'Associazione Dinamika di Villa del Conte ente gestore dei Centri Estivi e i nostri consolidati partner di Attraversamenti *l'Associazione Accatagliato, L'Associazione Maga Camaja e Arci Padova.*

Durante il periodo di centro estivo per uno/due giorni a settimana i vari esperti, educatori scienziati ed artisti, hanno contribuito con attività educative finalizzate ad accrescere le risorse e le capacità di bambini e ragazzi in modo divertente e proficuo. Proposte differenziate attraverso le azioni di "Extra Time" e "Buon Vicinato": il laboratorio di teatro, il laboratorio di arte e natura "Green Revolution", i laboratori di "Professione scienza" e il meraviglioso spettacolo teatrale "L'elefante delicato" a cura della compagnia teatrale del Circolo Carichi Sospesi di Padova. Un'esperienza da ripetere a conferma del proverbio "l'unione fa la forza" e, aggiungiamo, pure la qualità!

### "CI STO? AFFARE FATICA!" Estate 2021

"Ci sto? Affare fatica!" è un progetto che intende recuperare il prezioso contributo educativo e formativo dell'impegno, in particolare di quello manuale. Ha l'intenzione di stimolare pre-adolescenti e adolescenti a valorizzare al meglio il tempo estivo, un tempo spesso critico perchè vuoto di esperienze e perciò di significato, attraverso attività concrete di volontariato, cittadinanza attiva e cura dei beni comuni, affiancati e accompagnati dalla comunità adulta locale.

Il progetto prevede la costituzione di gruppi, le cosiddette "squadre", composti ciascuno da una decina di ragazzi/e dai 14 ai 19 anni. Ciascun gruppo è accompagnato da un giovane

volontario, "tutor", con il ruolo di guida e coordinamento e alcuni volontari adulti, "handymen", che trasmettono le competenze tecniche e artigianali del lavoro sul campo.

Le attività si svolgono le mattine, dal lunedì al venerdì dalle 8:30 alle 12:30, nei luoghi del territorio di residenza dei ragazzi che decidono di partecipare al progetto. I luoghi da valorizzare e i lavori da realizzare sono concordati con la realtà locale.

Il territorio è chiamato a sostenere e accompagnare in modi diversi le attività dei ragazzi: fondamentale diventa la rete con l'Amministrazione Comunale, le scuole, le famiglie, i servizi del territorio, le attività commerciali e le aziende, per creare un welfare che partendo dal basso coinvolga realmente a diversi livelli tutta la comunità e con il tempo possa diventare auto sostenibile.

Il lavoro dei ragazzi viene ricompensato con "buoni fatica" settimanali del valore di € 50,00, spendibile negli esercizi commerciali del territorio aderenti all'iniziativa: abbigliamento, spese alimentari, libri scolastici, cartoleria, libri di lettura, sport e tempo libero.

Durante l'estate 2021 il progetto è stato promosso e realizzato in 26 comuni dell'Alta Padovana, grazie al finanziamento derivante dai Piani Intervento in materia di Politiche Giovanili della Regione Veneto. È stato organizzato e gestito dalle Cooperative Carovana, Jonathan ed Impronte.

La Cooperativa Impronte afferente a Rete Maranathà, in particolare, ha gestito il progetto nei comuni di Borgoricco, Cittadella, Fontaniva, Villa del Conte, San Giorgio delle Pertiche e Santa Giustina in Colle. Le attività hanno avuto inizio il 28 giugno e si sono concluse il 23 luglio: le squadre attivate sono state in totale 20, per un numero complessivo di 200 ragazzi/e, 20 tutor e 20 handymen impegnati in svariate attività di cura del bene comune. Sono stati realizzati piccoli lavori di cura del verde; raccolta rifiuti; pulizia di parchi, strade, marciapiedi e sentieri; tinteggiatura di panchine, staccionate e altre strutture di legno; sistemazione e tinteggiatura di elementi in ferro e ringhiere nei parchi comunali; sistemazione e pulizia impianti sportivi (campo da calcio, spogliatoi); progettazione, costruzione e decorazione di cestini per la raccolta rifiuti; abbellimento urbano in zone degradate con murali.

Gli esercizi commerciali che hanno aderito all'iniziativa sono stati in totale 46, permettendo così ai ragazzi di poter scegliere dove spendere il loro "buono fatica" all'interno di una vasta gamma di possibilità.

Il progetto ha riscosso un grande successo: un'idea progettuale che nella sua semplicità è riuscita ad attivare il territorio a più livelli: amministrazioni comunali, ragazzi, giovani, anziani, commercianti, nell'ottica di promuovere la dimensione intergenerazionale, il valore della fatica e la bellezza del prendersi cura e del "fare insieme".

Per info: [www.cistoaffarefatica.it](http://www.cistoaffarefatica.it) ; pagina FB "ci sto? affare fatica"; pagina instagram "cistoaffarefatica"

*"Il miglior riconoscimento per la fatica fatta non è ciò che se ne ricava, ma ciò che si diventa grazie ad essa"* J. Ruskin

È possibile scoprire tutte le immagini delle attività dei centri estivi #estategianburrasca, #estateattraversamenti e dell'attività "Ci sto? Affare fatica!" seguendo le pagine FB e Instagram di Retemaranathà... noi nel frattempo ci stiamo preparando per un intero anno scolastico ricco di attività e sorprese!

### Equipe Progetti ReteMaranathà



## I NOSTRI CONSIGLI

### Libro:

**“BIANCA COME IL LATTE, ROSSA COME IL SANGUE” di D’Avenia Alessandro**

Rosso e bianco, il resto non conta, una fissazione o paura forse di affrontare quello che si nasconde dietro? Leo ha un sogno di nome Beatrice che rincorre come se fosse l’unico spiraglio di felicità. La sua vita gira solo attorno a lei e ai due colori che tanto si susseguono in questo libro. Beatrice è la rappresentazione perfetta dell’unione per Leo della sua più grande paura e di ciò che più lo tranquillizza, il rosso e il bianco. Lei infatti è rossa: i capelli, la forza di vita, la voglia di sapere, di amare e il sangue che le scorre nelle vene; peccato che quello si stia trasformando in bianco.

“Leukos: bianco. Da questa deriva la parola italiana *luce*. Aima: sangue. Da questa deriva la parola italiana *ematoma* (grumo di sangue). Se metti insieme quelle due parole paurose, ne viene fuori una ancora più terribile: *leucemia*. Così si chiama il tumore che colpisce il sangue. Un nome che deriva dal greco (tutti i nomi delle malattie vengono dal greco) e significa *sangue bianco*.” Così Leo descrive la malattia di Beatrice. Lei che è perfetta agli occhi del giovane se non fosse per quel maledetto bianco che tanto lui odia.

“Bianca come il latte rossa come il sangue” è un noto romanzo di Alessandro D’Avenia che ha come protagonista il sedicenne Leonardo alle prese con l’adolescenza e i sogni da rincorrere. Una grande ispirazione per Leo è il professore di filosofia, chiamato “il sognatore”. Ogni giorno sprona i propri studenti a vivere intensamente e a cercare il proprio sogno. Un altro personaggio principale di questo libro è Silvia, quasi un angelo custode per Leo, che lo aiuta sempre quando è in difficoltà con la scuola o semplicemente ha bisogno di essere ascoltato. Sarà un’amica a tutto tondo, con difetti e pregi che porterà dispiaceri e avventure nella storia del sedicenne.

L’autore ci accompagna lungo i sentimenti del protagonista svelando i suoi desideri più nascosti descrivendo con arguzia la vita di questo adolescente e gli ostacoli che incontra; capendo da vicino l’impotenza che ha di fronte alla vita altrui e le loro idee. Leonardo paragona spesso il suo “amore” per Beatrice a quello di Dante per la donna angelo, l’ideale armonico di una perfezione irraggiungibile. In questo libro il sogno è il promotore e il propulsore per il movimento e il

cambiamento del protagonista che seguiamo nel suo cammino verso l’amore ideale notando quanto a volte sia più importante il percorso piuttosto che la meta. La speranza accompagnerà il lettore lungo tutta la narrazione con spicchi di forti emozioni e sentimenti alla scoperta del piccolo mondo di Leonardo e dei suoi due colori. Ne appariranno altri forse?

**Angelo G.**





## ESPERIENZA DI COMUNITÀ

Una casa accogliente, circondata da un ampio e verde giardino, dove vivono insieme ragazzi ed educatori. Questo è stato il mio primo incontro con la Comunità Zefiro, dove ho scelto di svolgere il Tirocinio previsto dalla Scuola di specializzazione in Psicoterapia dell'adolescente e del giovane adulto che sto frequentando. Volevo fare un'esperienza non solo di formazione ma anche di vita, insieme a ragazzi che hanno incontrato precocemente degli ostacoli nel loro percorso, ciascuno con la propria storia, la propria individualità ed una profonda bellezza. Degli adolescenti in generale mi appassiona l'idea che hanno "il futuro" davanti a loro, che hanno risorse inesprese e non ancora conosciute a loro stessi ed ai tanti "altri" che ruotano intorno alla loro vita: i genitori, gli amici, gli insegnanti, gli educatori.

Per questi ragazzi è chiaro come non sia possibile tornare indietro e cambiare l'inizio, ma la Comunità è un punto per partire, là dove sono e cambiare il finale. Ho potuto sperimentare come l'obiettivo del loro stare in Comunità venga raggiunto attraverso l'attuazione di interventi educativi, che favoriscono la maturazione e la crescita del minore attraverso il ripristino di una funzione genitoriale assente o carente, la pacificazione ed il reinserimento nella vita familiare e sociale fin dove possibile, offrendo opportunità di autonomia nella costruzione del proprio futuro.

Occuparsi di Adolescenti significa entrare in un periodo evolutivo che ha una propria specificità, caratterizzato da profonde ed ampie trasformazioni che coinvolgono l'ambito biologico, intrapsichico, cognitivo, relazionale, sociale e che, proprio per questo, porta con sé una potenzialità creativa che non si presenta in altri periodi evolutivi.

Fare esperienza in Comunità è stato per me entrare nella quotidianità della vita di questi ragazzi e dei loro educatori, come se il lavoro da svolgere fosse un lavoro da fare insieme: gli educatori focalizzati a dare il meglio per l'educazione dei ragazzi ed i ragazzi impegnati con la loro vitalità ed un certo mistero a fornire stimoli di miglioramento all'operato degli educatori. Come in una danza a due, le cose non sono mai solo di uno o dell'altro ma dello scambio, dell'intreccio.

In questa Comunità, che mi piace chiamare "Casa dei ragazzi", ho respirato l'amore domestico fatto di attenzioni quotidiane rivolte alle specifiche necessità di ciascuno: la preparazione del cibo preferito, l'uscita insieme per l'acquisto e la scelta di un profumo o di un abito che ti fa sentire speciale, la vicinanza di qualcuno che ti sa ascoltare quando ti scende una lacrima, la fermezza di un adulto quando le emozioni "scappano di mano", la condivisione di una gioia quando arriva il tuo compleanno, il sostegno nella fatica quando la voglia di studiare non c'è.

Mi sono sentita parte di questa comunità educante che affianca questi ragazzi e le loro famiglie di origine senza giudizio, con l'obiettivo di fornire loro le migliori risorse per riprendere quel filo della crescita che si è interrotto e poter dare loro speranza nel futuro. Ho fatto esperienza del lavoro in équipe, un cerchio di educatori ed esperti attorno a ciascun ragazzo, dove l'autentica comprensione delle sue difficoltà è data dalla messa in prospettiva di più sguardi, di più professionalità dalle competenze specifiche, svolgendo così un lavoro di squadra basato sulla comunicazione e il confronto costante. Settimanalmente l'équipe si incontra per programmare la settimana successiva e per

riflettere sul vissuto, i progressi o i blocchi di ciascun ragazzo. Attenzioni e competenze messe in campo dagli adulti per interrogarsi sul percorso di crescita di ciascuno. Questo mi ha fatto sperimentare quanto lavoro “mentale” è presente in una Comunità, come se ciascun ragazzo si sentisse pensato ed amato e non solo accudito nelle necessità concrete e quotidiane. Credo che questo aspetto vada sottolineato e portato all’attenzione dei genitori odierni, a volte troppo impegnati nel fornire ai propri figli beni materiali dimenticando l’importanza ed il valore che per un figlio ha l’essere amato così com’è, l’essere pensato come persona diversa dai propri genitori, ancor più nell’età adolescenziale dove l’identità è in definizione. È lo sguardo degli altri che ci fa esistere. In tal senso, tutto lo spazio comunitario, così come tutte le persone che lo animano, rappresenta uno “spazio altro” in cui è possibile per il ragazzo sperimentarsi in un modo nuovo.

Le strategie operative della Comunità privilegiano l’organizzazione nella giornata di laboratori strutturati a partire dagli interessi e/o dalle abilità di ciascun ragazzo privilegiando diverse dimensioni: dimensione terapeutica (gruppo di parola, colloqui psicologici individuali), dimensione espressiva (musica, arte), dimensione occupazionale ( falegnameria, orto e giardinaggio), dimensione corporea (cura di sé), dimensione sociale (attività esterne).

In tutte queste attività, la presenza degli educatori è fondamentale non solo per le competenze messe in atto ma soprattutto per la particolare sensibilità umana che richiede l’“Essere” Educatore, che significa non solo svolgere un lavoro ma è qualcosa che ha a che fare con la vocazione, nel senso che è un lavoro che ha scopi superiori, dove il proprio operato darà dei frutti alla società anche se non nell’immediato. Il cuore pulsante risiede nel lavoro paziente e quotidiano di un’équipe che si mette in ascolto di ogni ragazzo e sa stare accanto a lui.

Tornando al mio primo incontro con quella casa ed il suo verde giardino, i mesi sono trascorsi osservando il lavoro dei ragazzi e degli educatori dove l’osservazione non si è configurata come uno “stare a guardare” ma come un “vivere con” prevedendo la necessità di mettersi dal punto di vista dell’altro, diventando così un momento di relazione e di comunicazione. Ho concluso così il mio tirocinio, con una tavolozza di colori, scoprendo come sono le sfumature che danno un senso alle esperienze della vita.

**Catia Fincato,**

Psicologa - Tirocinante Scuola di Specializzazione

**Il Bacchiglione è un periodico bimestrale di**



Luglio - Agosto 2021

numero 28 - Anno 2021

Autorizzazione Tribunale di Padova n. 513 16/2/1976  
Direttore Responsabile Lucio Babolin

INFO:

Sede di Cittadella (PD) - Località S. Maria, Via Case Bianche n. 16  
Tel. 049.9401846

E-mail: [comunicazione@retemaranatha.it](mailto:comunicazione@retemaranatha.it)