

ADESSO

ASTROLOGIA

Gli italiani, le stelle
e i consigli per il 2025

L'ITALIA A TAVOLA

Bologna per buongustai:
gli indirizzi top

AMALFIKÜSTE

Mit unseren Tipps wird Ihre Reise unvergesslich schön!

Deutschland € 9,90
CH sfr 15,90
A € F+L+SK € 11,20

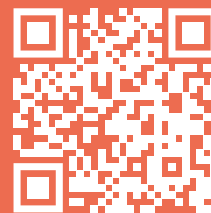


Jetzt die letzten Schätze holen!

Sie kriegen nicht genug von ADESSO? Vervollständigen Sie jetzt Ihre Sammlung mit unseren limitierten Jahrgängen von Magazin, Audiotrainer und Übungsheft!

Exklusiv im ZEIT SPRACHEN Shop die letzten Exemplare aus den vergangenen Jahren sichern und Ihre Lieblingssprache komplett erleben.

Jetzt bestellen:
adesso-online.de/jahrgaenge



über 25 % sparen!*

*Nur solange der Vorrat reicht.

tirarsela

L'ITALIANO PER
FARE BELLA FIGURAParole per stupire chi
ascolta.

Care lettrici, cari lettori,

*l'inizio dell'anno è sempre il momento dei **BUONI PROPOSITI**. Il primo, nella maggior parte dei casi, è rimettersi in forma, che consiste in un' alimentazione più sana, nell' abbandono della poltrona e nella conseguente attività fisica fatta con regolarità. Ci si affida ai personal trainer e agli influencer che danno consigli su come vivere più a lungo alimentandosi correttamente e adottando uno stile di vita atto a prevenire le malattie (vedi pag. 20).*

*A proposito di alimentazione – in questo caso, decisamente più calorica, ma non per questo meno genuina –, a pagina 60 Isabella Bernardin vi racconta la **CUCINA BOLOGNESE**. Non farà bene al colesterolo e alla pancetta, ma di sicuro regalerà alle vostre papille gustative un piacere difficile da dimenticare e a voi un momento di autentica felicità. Un aspetto da non sottovalutare, perché fondamentale per vivere più a lungo! Giusto alimentarsi in modo consapevole, ma di fronte a tigelle, tagliatelle e tortellini fatti a mano, mortadella, squacquerone, polpette e zuppa inglese... difficile resistere!*



L'ITALIA IN DIRETTA

Come si tengono in forma gli italiani? Dieta mediterranea, poco alcol e i consigli degli "influencer della salute".

L'ITALIA A TAVOLA

La cucina di Bologna e gli indirizzi giusti per provarla!

*Per affrontare il nuovo anno, c'è anche chi si affida all'**ASTROLOGIA**. Nove italiani su dieci dichiarano di consultare quotidianamente l'oroscopo e così in Italia si parla di una vera e propria "astromania" (vedi pag. 24). Marina Collaci ha intervistato Marco Pesatori, l'astrologo che dichiara che gli oroscopi non predicono il futuro, ma servono per capire il passato e il presente. Segno per segno ci dà, però, alcuni consigli per il 2025.*

Buon anno nuovo a tutt voi... sotto una buona stella 😊!

Rossella Dimola

ROSSELLA DIMOLA
DIRETTRICE



i buoni propositi pl. ▶ gute Vorsätze

rimettersi
in forma ▶ wieder fit werden

l'alimentazione f. ▶ Ernährung

l'abbandono ▶ Verlassen

affidarsi a ▶ vertrauen auf

prevenire ▶ vorbeugen

calorico ▶ kalorienreich

genuino ▶ authentisch

il colesterolo ▶ Cholesterin

la pancetta ▶ hier: Bauchansatz

le papille (pl.)
gustative ▶ Geschmacks-
papillen

sottovalutare ▶ unterschätzen

consapevole ▶ bewusst

la tigella: kleiner, runder Fladen

lo squacquerone: milder
Kuhmilch-Weichkäse

resistere ▶ widerstehen

affrontare il
nuovo anno ▶ ins neue Jahr
starten

consultare ▶ befragen

predire ▶ vorhersagen

il segno (zodiacale) ▶ Sternzeichen

sotto una
buona stella ▶ mit viel Glück

II

TERRAZZA CON VISTA

Ausblick ... auf ein besseres Italien. Diesmal: Zivilcourage statt Social-Media-Content



55

L'ITALIA IN DIRETTA

Langes Leben trotz schlechtem Gesundheitssystem? An Gesundheitsexperten mangelt es Italien jedenfalls nicht

24

GLI ITALIANI E L'ASTROLOGIA

Die Macht des Irrationalen



60

BOLOGNA A TAVOLA

Tortellini, Tigelle, Tagliatelle ... zum Reinlegen gut!

SERVIZI

12 VIAGGI

LA COSTIERA AMALFITANA  
Die Juwelen am Golf von Salerno

24 STILE LIBERO

MA TU QUANDO SEI NATO?   
Die ungebrochene Faszination der Sternzeichen

27 L'INTERVISTA MARCO PESATORI

Warum Horoskope nicht die Zukunft vorhersagen + Neujahrstipps für jedes Sternzeichen

32 INDICE 2024

Die ADESSO-Themen im Überblick

54 LE GUIDE DI ADESSO

PILA  
Ein sonniger Bergbalkon über dem Aostatal

60 L'ITALIA A TAVOLA

BOLOGNA DA LECCARSI I BAFFI  
Eine Hommage an die Küche Bolognas

RUBRICHE

03 EDITORIALE

Von Rossella Dimola

06 NOTIZIE DALL'ITALIA

Neues aus Italien

10 POSTA PRIORITARIA

Leserbriefe

22 SCALA B INTERNO 5

Abendbrot oder cenetta?

23 SCHERZI A PARTE

Lachen mit Lucrezia

36 LIBRI E LETTERATURA

Büchertipps und Leseprobe

64 IN POCHE PAROLE

Ausgewählte Artikel leicht verständlich (A2)

66 TEST

ADESSO lesen und gewinnen

68 #INSTAVIAGGO

Leben auf dem Vulkan

OPINIONI

20 L'ITALIA IN DIRETTA

Die Italiener: gesund, langlebig und unspornlich?
von Michael Braun

54 PASSAPAROLA

Authentisch sein zum richtigen Zeitpunkt,
von Renata Beltrami

58 TRA LE RIGHE

Marina Berlusconi,
von Stefano Vastano



34

UNA STRADA, UNA STORIA

Via delle Sedie volanti,
Palermo



12

VIAGGI

Wanderparadies
Amalfiküste: Zitronen,
Kunsthandwerk und
traumhafte Ausblicke

LINGUA

- 40 **PAGINE FACILI** F
Italienisch leicht gemacht
- 43 **LE SCHEDE DI ADESSO**
Grammatik-Sammelkarten
- 46 **UN MONDO DI PAROLE** M
Wörter, um Ihr Italienisch zu verbessern
- 47 **1 MINUTO DI ITALIANO** M
Besser sprechen: Italienisch kurz und knapp
- 50 **I VOSTRI DUBBI** M D
Sie fragen, wir antworten: *la particella ci*
- 48 **DIALOGANDO** F M
Italienisch für knifflige Situationen: *a teatro*
- 52 **LINGUA VIVA** M
Wörter auf dem Vormarsch
- 53 **DOPPIO GIOCO** M D
Eine Seite Rätselspaß. Machen Sie mit!



38

COSE M

Le lenticchie:
die kleinen
Glücksbringer der
Silvesternacht



IN COPERTINA

Positano, Costiera Amalfitana
© iacolino FRIMAGES/
Shutterstock



ADESSO AUDIO

Ausgewählte Artikel,
Kurz-Interviews,
Audio-Reportage,
Übungen zu Grammatik
und Aussprache

ADESSO ÜBUNGSHEFT

Nützlich und unterhaltsam:
das Begleitheft zu ADESSO
mit Zusatzübungen



ADESSO

IN CLASSE – Ideen und Konzepte für den Italienischunterricht

Für Lehrkräfte: Jetzt anmelden unter

www.zeit-sprachen.de/unterricht

ZEICHENERKLÄRUNG UND LESER-SERVICE

FACILE

A2-B1 Grundstufe

MEDIO

B1-B2

DIFFICILE

C1-C2

lettera

Unterstreichungen
unregelmäßige Betonung

AUDIO

ADESSO AUDIO
Texte zum Anhören

ÜBUNGSHEFT

ADESSO Übungsheft
Thematische
Sprachübungen



www.facebook.com/ adesso.magazin



[adesso.magazin_official](https://www.instagram.com/ adesso.magazin_official)

www.adesso-online.de

Unsere Homepage: aktuelle Meldungen,
Übungen, Rezensionen...

Abonnenten-Service

Tel. (0049) 89-12140710
fax (0049) 89-12140711
e-mail: abo@zeit-sprachen.de



Giorgia Meloni, presidente del Consiglio, e lo scrittore Roberto Saviano.

LA PAROLA DEL MESE

DIRITTO DI CRITICA

FACILE La Costituzione italiana garantisce la libertà di espressione, quindi anche il “diritto di critica”. Ma è davvero così? Se si legge il post pubblicato il 9 novembre su X dall’account di Fratelli d’Italia, il partito della presidente del Consiglio Giorgia Meloni, sembra proprio di no. Il post insulta lo scrittore Roberto Saviano perché ha criticato il cosiddetto “decreto Caivano”. Questo decreto è un insieme di leggi del governo per punire più duramente i reati di minori e baby-gang. Il nome viene da una località vicino a Napoli che è diventata il simbolo della delinquenza giovanile. Ma andiamo con ordine. A Napoli tre ragazzi sono stati uccisi, a pochi mesi di distanza l’uno dall’altro. Il 9 novembre Saviano ha scritto un articolo sul *Corriere della Sera* per dire che questo è un fenomeno di criminalità giovanile preoccupante. Poi ha aggiunto: “Il modello Caivano proposto dal governo ha peggiorato la situazione”. Infatti ha mandato tanti minorenni in

carcere, “di fatto ‘professionalizzandoli’ al crimine”. Fratelli d’Italia ha reagito subito. Nel suo post si legge: “I ragazzi che emulano i criminali di *Gomorra* sono figli del tuo cinismo. In nome del denaro, hai trasformato dei criminali in eroi. Sei uno dei peggiori scrittori che l’Italia abbia mai conosciuto”. Saviano, nel momento in cui scriviamo, ha scelto di non rispondere. Sa bene che il governo Meloni non ama le critiche. Nel 2023 il tribunale di Roma lo ha condannato a pagare 1.000 euro di multa perché nel 2020 ha definito Meloni “bastarda” per le sue posizioni sull’immigrazione. Ricordiamo che nel 2020 Meloni non era ancora presidente del Consiglio, ma la leader dell’opposizione. “Perdere oggi è un esempio di ciò che accadrà domani”, ha commentato Saviano. Ci fa “capire in che situazione stiamo vivendo, con un potere esecutivo che cerca continuamente di intimidire chiunque racconti le sue bugie”. Viene da dire lo stesso anche oggi.

la Costituzione	• Verfassung
la libertà di espressione	• Recht auf freie Meinungsäußerung
il diritto di critica	• Recht auf Kritik
il partito	• Partei
insultare	• beleidigen
la legge	• Gesetz
il governo	• Regierung
punire	• bestrafen
il minore	• Minderjähriger
la baby-gang	• Kinderbande
la delinquenza giovanile	• Jugendkriminalität
uccidere	• umbringen
preoccupante	• besorgniserregend
il carcere	• Gefängnis
emulare	• nacheifern
il tribunale	• Gericht
condannare	• verurteilen
la multa	• Geldstrafe
accadere	• passieren
il potere esecutivo	• Exekutivgewalt
intimidire	• einschüchtern



LAVORO

Donne al lavoro: come va?

FACILE Quali sono le aziende che rispettano di più il lavoro delle donne? La rivista statunitense *Forbes* ha pubblicato la decima edizione del *Women in the Workplace Report*. La ricerca ha analizzato le risposte di 100.000 donne che lavorano in aziende multinazionali in 37 paesi. I criteri principali sono stati: lo stesso guadagno per lo stesso lavoro e pari opportunità di carriera. La ricerca ha considerato anche le risposte dei manager sulla discriminazione femminile. La classifica finale comprende 400 aziende. Le aziende italiane sono sette: il Gruppo assicurativo Generali (9^a), Enel (123^a), Eni (196^a), Ferrero (224^a), Amplifon (286^a), Menarini (318^a), Edizione (365^a). Siamo ancora lontani dalla parità sul posto di lavoro, ma la ricerca indica che per le donne molte cose sono migliorate, negli ultimi anni. Per esempio, oggi le donne dirigenti sono il 25%, mentre nel 2021 erano il 23%.

l'azienda - Unternehmen

la ricerca - Studie, Recherche

il guadagno - Lohn, Einkommen

pari - gleich

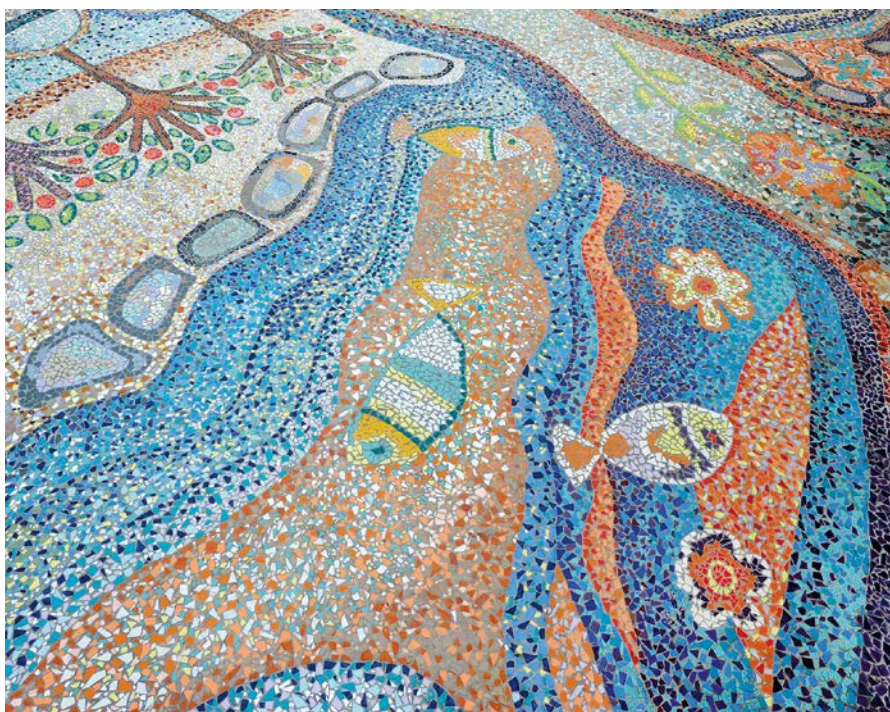
l'opportunità di carriera - Karrierechance

considerare - berücksichtigen

la classifica - Rangliste

la parità - Gleichstellung

dirigente - hier: in Führungsposition



Una parte del gigantesco "mosaico di Andreina" nella chiesa dello Spirito Santo, a Indicatore (Arezzo, Toscana).

ARTE

Il mosaico di tutti

FACILE "Il mosaico di Andreina" si trova a Indicatore (una frazione di Arezzo, in Toscana), nella chiesa dello Spirito Santo. Da 27 anni, l'artista Andreina Giorgia Carpenito lavora per ricoprire con un mosaico le pareti e la pavimentazione interna ed esterna della chiesa: un grande progetto artistico che misura in tutto 3.000 metri quadrati. Il mosaico si ispira al libro di Ezechiele e rappresenta la sorgente del Tempio e la lotta tra il Bene e il Male. Il lavoro è a metà, ma Andreina non ha fatto tutto da sola. In questi anni tanti artisti, studenti

e tirocinanti sono venuti a Indicatore per contribuire all'opera. Tra loro ci sono alcuni membri della Domo (Deutsche Organisation für Mosaikkunst). Il progetto è nato per abbellire la chiesa dello Spirito Santo, costruita nel 1965. Per la comunità di Indicatore è diventato anche una fonte di ricchezza sociale. Oggi questa piccola località ospita un'associazione culturale che, oltre a sostenere i lavori del grande mosaico, organizza attività artistiche per le scuole, laboratori di arte e musica per disabili, detenuti e migranti. Per info: www.ilmosaicodiandreina.org

la frazione - Ortsteil

ricoprire - bedecken

la parete - Wand

la pavimentazione - Boden

misurare - hier: betragen

la sorgente - Quelle

la lotta - Kampf

il tirocinante - Praktikant, Lehrling

contribuire - mitarbeiten, beitragen

abbellire - verschönern

costruire - erbauen

la fonte - Quelle

ospitare - beherbergen

sostenere - unterstützen

il laboratorio - Workshop

il disabile - Behinderter

il detenuto - Häftling

SOCIETÀ

1.179.525

FACILE 1.179.525 sono gli italiani che si sono iscritti all'Aire (Anagrafe italiana residenti all'estero) negli ultimi 10 anni. Sono soprattutto giovani fra i 18 e i 34 anni (circa 471.000) e adulti fra i 35 e i 49 anni (290.000). Oltre 228.000 sono minorenni. Il Rapporto italiani nel mondo 2024 è curato dalla Fondazione Migrantes. Per molti giovani italiani andare all'estero è l'unico "ascensore sociale" possibile. La ricerca sottolinea che l'espatrio è un fenomeno in crescita. Nel 2023 sono andate via dall'Italia ufficialmente 89.462 persone, il 9,1% in più rispetto al 2022, e l'11,8% in più del 2020. Oggi gli italiani residenti all'estero sono 6.134.000. Sono di più gli uomini (il 54,8%) e oltre due terzi degli italiani che si sono iscritti all'Aire sono celibi o nubili. Come già in passato, il Sud è la principale terra di partenza: il 45,8% degli iscritti all'Aire è meridionale (oltre 2,8 milioni) e la Sicilia è la regione con più iscritti all'Aire (826.000) nel 2024. Seconda è la Lombardia (641.000) e la terza il Veneto (563.000).



l'Anagrafe italiana residenti all'estero

► Melderegister der Auslandsitaliener

minorenne ► minderjährig

l'ascensore m. ► Aufzug, hier: Aufstieg

la ricerca ► Studie

l'espatrio ► Auswanderung

in crescita ► wachsend

rispetto a ► im Vergleich zu

celibe ► ledig (Mann)

nubile ► ledig (Frau)

meridionale ► aus dem Süden



PIACE A...

... **ELIANA GIURATRABOCCHETTI**

Redakteurin und Autorin bei ADESSO.

Poetica, Cesare Cremonini

FACILE AUDIO Questa sera sei bellissima, sì lo sai, che non è finita, grazie a me... No, non è una canzone d'amore. O meglio, lo è, ma non celebra l'amore fra un uomo e una donna. Poetica di Cesare Cremonini parla dei problemi che si incontrano lungo il cammino della vita, della quotidianità, degli alti e bassi, delle scelte che si fanno, a volte giuste e a volte no. L'amore è quello per la vita, insomma. Uscita nel novembre del 2017 come primo singolo dell'album Possibili scenari, Poetica è stata scelta dai tifosi del Bologna – la squadra di calcio di cui Cremonini, bolognese doc, è un grande tifoso – come inno da cantare allo stadio prima delle partite.

La canzone mi piace per il suo messaggio finale ben chiaro: "mai mollare", perché dentro di noi troveremo sempre il modo per superare gli ostacoli che la vita ci mette davanti.



Usa il QR Code per
ascoltare la canzone
Poetica di Cesare
Cremonini

la canzone d'amore

► Liebeslied

celebrare ► feiern

incontrare ► begegnen

gli alti (pl.) e bassi (pl.) ► Höhen und Tiefen

la scelta ► Entscheidung

il tifoso ► Fußballfan

la squadra ► Mannschaft

doc ► waschecht

mai mollare (non mollare mai) ► nie aufgeben

superare ► überwinden, bewältigen

l'ostacolo ► Hindernis, Schwierigkeit



GO GREEN

Reggio Emilia è la più “verde” d'Italia

FACILE Reggio Emilia, in Emilia-Romagna [vedi ADESSO 2/2023, pag. 55], è la città più verde d'Italia. Questo è il risultato del Rapporto Ecosistema urbano 2024, realizzato dall'associazione Legambiente e dall'azienda di consulenza Ambiente Italia. La ricerca ha riguardato 106 città capoluogo italiane. Per valutare l'impatto ambientale ha preso in considerazione 20 parametri in cinque macroaree: aria, acqua, rifiuti, mobilità e ambiente. Reggio Emilia, con un punteggio di 80,66%, è prima in classifica: per

le piste ciclabili (ben 48,1 metri ogni 100 abitanti), per l'ottima raccolta differenziata (83,8% di rifiuti differenziati sul totale prodotto), per il numero di alberi nelle aree pubbliche (60 ogni 100.000 abitanti). La classifica ha anche evidenziato che c'è grande differenza fra Nord e Sud: ai primi 12 posti ci sono solo città del Nord Italia, quelle del Sud sono in fondo. Napoli e Palermo, per esempio, sono rispettivamente quartultima e quintultima. All'ultimo posto in classifica c'è la bella Catania, in Sicilia.



l'associazione (f.) Legambiente ➔ ital. Umweltschutzorganisation

l'azienda di consulenza ➔ Beratungsunternehmen

la ricerca ➔ Studie, Untersuchung

valutare ➔ bewerten

l'impatto ambientale ➔ Umweltauswirkungen

i rifiuti pl. ➔ Abfall

la classifica ➔ Rangliste

la pista ciclabile ➔ Radweg

la raccolta differenziata ➔ Mülltrennung

pubblico ➔ öffentlich

evidenziare ➔ hervorheben

la differenza ➔ Unterschied

il fondo ➔ Boden, hier: Ende

rispettivamente ➔ jeweils



IL PERCHÉ

PERCHÉ UNA PERSONA PUÒ ESSERE DEFINITA UNA “GATTAMORTA”?

PAUL SCHMIED

Risponde Anna Bordoni, collaboratrice dell'Enciclopedia Italiana.

MEDIO AUDIO È una gattamorta (o gatta morta) una persona che sembra tranquilla e ingenua, ma in realtà è furba e calcolatrice. Il termine indica spesso una donna che, per sedurre un uomo, gli dà sempre ragione e fa finta di avere bisogno di molta protezione. Ma perché il riferimento è proprio al gatto? Per capirlo bisogna risalire alla Grecia antica e a Esopo (VI secolo a.C.), il più antico autore di favole sugli animali. Un gatto – racconta Esopo – si lasciava penzolare dall'alto e faceva finta di essere morto per riuscire a prendere meglio i topi. Questa storia è ripresa dallo scrittore romano Fedro nel I secolo d.C. (*Favole*, IV, 2), poi nel Seicento da Jean de La Fontaine (*Fables*, III, 18). L'espressione è molto usata e si può riferire a uomini e a donne, senza differenza. Nell'Ottocento Manzoni fa dire al conte Attilio (un personaggio del famoso romanzo *I promessi sposi*) a proposito di fra' Cristoforo: “Quel frate, [...] con quel suo fare di gatta morta, e con quelle sue proposizioni sciocche, io l'ho per un dirittone, e per un impiccione”.

la gattamorta ➔ Scheinheilige, -r

ingenuo ➔ naiv

furbo ➔ schlau

calcolatrice ➔ berechnend

dare ragione ➔ recht geben

fare finta ➔ so tun als ob

risalire ➔ zurückgehen

la favola sugli animali ➔ Tierfabel

penzolare ➔ baumeln

il Seicento ➔ 17. Jahrhundert

riferire ➔ beziehen

il conte ➔ Graf

il fra', il frate ➔ Mönch, Bruder

la proposizione ➔ Satz

averlo per qc. ➔ hier: jdn. für etw. halten

il dirittone (drittone) coll. ➔ Schlauberger

l'impiccione m. coll. ➔ Wichtigtuer

LA VOCE DEI LETTORI

Grazie Torino, ritornerò!

TESTO E FOTO KATHRIN STRIEBL

Da febbraio a giugno 2024 sono stata a Torino per il mio semestre universitario all'estero. Prima di partire non sapevo nulla né di Torino né di italiano, ma ero comunque pronta per la mia avventura! "Brutta città delle macchine": sono le parole che mio zio mi ha detto di Torino, prima di partire. Però a mio avviso non è per niente vero. Con una popolazione di 850.000 abitanti, Torino è la quarta città più grande d'Italia e attira persone da tutta Italia e dall'estero grazie alle sue eccellenti università e alla sua economia. Eh sì, è vero che la Fiat viene da Torino, ma sapevate che Torino una volta era la capitale d'Italia? Dal 1563 Torino era la capitale del Ducato di Savoia e dal 1861 al 1865 la prima capitale dell'Italia unita. Per questo ci sono molti palazzi eleganti, piazze e giardini. Ma l'emblema della città è la Mole Antonelliana, la torre più grande della città. Però il mio luogo preferito è il Monte dei Cappuccini, da cui si ha un panorama meraviglioso su tutta la città con le Alpi sullo sfondo. Ho frequentato la facoltà di Economia all'Università di Torino e, per fortuna, ho avuto solo poche lezioni, per cui ho potuto frequentare un corso intensivo d'italiano. La conoscenza della lingua era particolarmente necessaria, visto che abitavo con trenta coinquilini italiani in un collegio. Grazie a loro, ho conosciuto ancora meglio la cultura italiana. In febbraio abbiamo guardato insieme Sanremo, il Festival della canzone italiana molto popolare in Italia. Abbiamo passeggiato al Carnevale di Ivrea, che è molto famoso per la sua "Battaglia delle arance", dove i "tiranni" vengono fatti sfilare per la città a cavallo



e bersagliati con le arance da gruppi a piedi. Abbiamo anche festeggiato la laurea dei miei coinquilini, che come da tradizione hanno ricevuto una corona d'alloro. Il collegio era come una piccola famiglia e la cucina era il punto d'incontro per tutti: qui si mangiava insieme, si discuteva o si celebravano gli eventi importanti. In breve, lì non c'è mai stato un momento tranquillo!

In città c'erano molti eventi per gli studenti Erasmus, dove

era molto facile conoscere persone nuove. In un bar molto popolare di Torino, che si chiama Le Panche, ho trovato lo Spritz di Aperol più economico di tutta Italia. Lo Spritz costava solo € 1,50 e gli studenti venivano qui e ordinavano 20 bevande in uno scatolone in una volta sola. Con le mie amiche provenienti dal Sudamerica e dall'Asia ho visitato le città vicine, come Bardonecchia, Susa e Aosta. Anche il mio ragazzo è venuto a trovarmi due volte e in entrambe le occasioni sono stata molto felice che mi avesse portato il nuovo numero di ADESSO. A marzo siamo andati in Toscana e nelle Cinque Terre. A maggio abbiamo fatto un viaggio in auto dalla Puglia alla Sicilia, passando per la Basilicata e la Calabria. Mi è piaciuto moltissimo! Però se ora inizio a raccontarvi nel dettaglio delle nostre vacanze, ho bisogno dello spazio di un'altra Posta prioritaria! Per riassumere, posso dire che a Torino ho trascorso un periodo indimenticabile. Ho conosciuto di nuovo la bellezza e la cultura dell'Italia. Ho incontrato anche molte persone da tutto il mondo. E infine ho imparato una lingua nuova, che mi piace molto e che voglio continuare a coltivare. Grazie Torino, ritornerò!

il semestre all'estero ➔ Auslandssemester
comunque ➔ trotzdem
l'avventura ➔ Abenteuer
a mio avviso ➔ meiner Meinung nach
la popolazione ➔ Bevölkerung
la capitale ➔ Hauptstadt
il ducato ➔ Herzogtum
unito ➔ geeint
l'emblema m. ➔ Wahrzeichen

lo sfondo ➔ Hintergrund
frequentare ➔ besuchen
necessario ➔ notwendig
il coinquilino ➔ Mitbewohner
il collegio ➔ Studentenwohnheim
la canzone ➔ Lied, Schlager
popolare ➔ beliebt
la battaglia ➔ Schlacht
il tiranno ➔ Tyrann

sfilare ➔ aufmarschieren
bersagliare ➔ bewerfen
la laurea ➔ Studienabschluss
la corona d'alloro ➔ Lorbeerkrone
il punto d'incontro ➔ Treffpunkt
celebrare ➔ feiern
economico ➔ günstig
ordinare ➔ bestellen
lo scatolone ➔ große Kartonschachtel

proveniente da ➔ von, aus
entrambe ➔ beide
l'occasione f. ➔ Anlass
passando per ➔ über
lo spazio ➔ Platz
riassumere ➔ zusammenfassen
trascorrere ➔ verbringen
indimenticabile ➔ unvergesslich
coltivare ➔ pflegen

Wir wünschen
uns ein Italien, in
dem Zivilcourage
Vorrang vor
einem Social-
Media-Video hat.

L'ITALIA CHE VORREMMO...



valere	➤ Wert sein
lo schermo	➤ Display, Bildschirm
colpire	➤ treffen, hier: heimsuchen
il nubifragio	➤ Wolkenbruch
invadere	➤ hier: überfluten
il torrente	➤ Fluss
che scorreva violento	➤ hier: reißend
travolgere	➤ mitreißen
lo scooter elettrico	➤ Elektroroller
assistere	➤ miterleben, hier: zuschauen
uscire di corsa	➤ hinauslaufen
affrontare	➤ hier: sich stellen
portare in salvo	➤ in Sicherheit bringen
il contenuto	➤ Inhalt

...è quella in cui la vita umana valesse più di un reel, in cui la gente, soprattutto i giovani, tornassero a guardare la realtà con i loro occhi e non attraverso lo schermo di uno smartphone. Catania, in Sicilia, qualche settimana fa è stata colpita da un forte nubifragio e si è ritrovata con le strade del centro invase dall'acqua. Via Etnea, una delle principali strade cittadine, si è trasformata in un torrente che scorreva violento, travolgendo cose e persone. Tra loro, un uomo anziano e lo scooter elettrico su cui viaggiava. Molte persone hanno assistito alla scena. Lo sappiamo perché sono molti i video dell'incidente, ripresi con lo smartphone e postati sui social. Solo una persona, invece di filmare, è uscita di corsa dal bar in cui lavora e ha affrontato la corrente, portando in salvo l'uomo. Si chiama **Angela Isaac**, ha 28 anni ed è di origine nigeriana. Angela ha scelto la solidarietà e con il suo gesto ci ricorda che la realtà non è importante solo quando diventa un contenuto per i social media.

DI SALVATORE VIOLA

MEDIO AUDIO

BUONGIORNO, COSTIERA!



Von den Gipfeln der Monti Lattari bis zu den charmanten Juwelen am Tyrrhenischen Meer entfaltet sich eine Welt aus malerischen Landschaften, kulinarischen Genüssen und verborgenen Pfaden. Entdecken Sie den Zauber der Amalfiküste aus einer ganz neuen Perspektive.

MEDIO ÜBUNGSHEFT

TESTO NATALINO RUSSO



Qui e nella pagina
accanto: due suggestive
vedute di Positano.

Buongiorno, Costiera! Da quassù è davvero un gran bel giorno. L'aria tersa del mattino regala ampie vedute sul mare e lo sguardo si spinge fino ai monti del Cilento, oltre il golfo di Salerno. Sono ad **Agerola**, un paesino a 600 metri di altitudine sui Monti Lattari. Si chiamano così le montagne che, allungandosi nel Mar Tirreno, formano la penisola che separa il golfo di Napoli da quello di Salerno. Sembrerà strano, ma questa lingua di terra ha due nomi: la parte settentrionale, cioè quella intorno a Sorrento, è conosciuta come Penisola Sorrentina; quella meridionale, nel tratto compreso tra Vietri sul Mare e Positano, è chiamata **Costiera Amalfitana**. Un nome che solo a pronunciarlo evoca piccoli borghi marinari aggrappati alle scogliere, porticcioli e vecchi gozzi in legno, rade casette colorate tra vigne e limoneti. Qui il mare convive con la montagna. Si intrecciano le storie e i destini di persone che si sono forgiate navigando, senza mai perdere il contatto con la terra. Io amo queste montagne e ci torno ogni volta che ho bisogno di ritrovare la "sintonia mediterranea", uno stato d'animo così piacevole che vorrei riuscire a farvelo provare. Condivido quindi alcuni itinerari che vi porteranno, alla scoperta della Costiera Amalfitana, in posti quasi sconosciuti e in qualche angolino meno noto di luoghi molto famosi. Ci muoveremo a piedi su alcuni sentieri e anche in automobile, approfittando magari della bassa stagione, quando c'è meno traffico.

UN BALCONE SUL MARE

Agerola ha una posizione strategica: è vicina ai luoghi celebri, ma abbastanza lontana dal caos turistico. Secondo il geomorfologo Aldo Cinque, il suo nome deriva dal

Übung zum Thema in
ADESSO Übungsheft
1/2025 oder digital.
Hier erhältlich:
[adesso-online.de/
einzelausgaben](https://adesso-online.de/einzelausgaben)

termine medievale jerula, a sua volta derivato dal tardo latino gerŭla, cioè "gerla, cesta". Agerola infatti è adagiata su un altopiano a forma di conca, con un magnifico affaccio sulla Costiera. Oggi mi sono svegliato di buon'ora per andare a trovare un amico. Si chiama Antonio Milo e fa il pastore. Se ne sta con le sue capre in un posto raggiungibile solo a piedi, sull'antica mulattiera che un tempo collegava **Agerola** al borgo di **Nocelle**, sopra Positano. Oggi questo percorso coincide con il **sentiero Cai n. 327**, conosciuto come **Sentiero degli dèi**, ed è frequentato da camminatori che giungono da tutto il mondo. L'escursione richiede circa due ore di cammino e regala panorami eccezionali. Una volta giunti a Nocelle, si può tornare indietro per la stessa via oppure scendere i 1.700 gradini (itinerario Cai n. 331, circa un'ora) fino a Positano, e da qui rientrare ad Agerola con i bus pubblici della compagnia Sita.

Proprio sul Sentiero degli dèi, a metà strada tra Agerola e Nocelle, in località Li Cannati, c'è Antonio con il suo gregge. In un ovile ricavato in una piccola grotta, alleva capre di razza nera napoletana che danno un ottimo latte. La tradizione vuole che proprio al latte sia legata l'etimologia del termine Lattari, il nome di queste montagne: lactarius significa infatti "del latte". Sarà una teoria fantasiosa, ma Agerola è conosciuta anche oggi per i suoi latticini, come il fior di latte e il provolone del monaco, un eccellente formaggio stagionato che ha anche ricevuto la certificazione Dop. I formaggi caprini del mio amico Antonio non

quassù ➔ hier oben

terso ➔ klar

l'altitudine f. ➔ Höhe

allungarsi ➔ sich erstrecken

la penisola ➔ Halbinsel

separare ➔ trennen

settentrionale ➔ Nord-

meridionale ➔ Süd-

il tratto ➔ Abschnitt

evocare qc. ➔ an etw. erinnern

aggrappato ➔ hängend

la scogliera ➔ Klippe

il porticciolo ➔ kleiner Hafen

il gozzo in legno ➔ kleines Holz(se-
gel)boot

rado ➔ hier: verstreut

la vigna ➔ Weinberg

intrecciarsi ➔ sich vermischen

il destino ➔ Schicksal

forgiarsi ➔ hier: entstehen

lo stato d'animo ➔ Gemütszustand

condividere ➔ mit jdm. teilen

l'itinerario ➔ Tour

il traffico ➔ Verkehr

derivare ➔ sich ableiten

medievale ➔ mittelalterlich

la gerla, la cesta ➔ Korb

l'altopiano ➔ Hochplateau

l'affaccio ➔ Ausblick

di buon'ora ➔ frühmorgens

il pastore ➔ Hirte

la mulattiera ➔ Saumpfad

coincidere ➔ sich decken

il Cai, Club Alpino

Italiano ➔ ital. Alpenverein

il camminatore ➔ Wanderer

la compagnia ➔ Unternehmen

il gregge ➔ Herde

l'ovile m. ➔ Schafstall

allevare ➔ züchten, halten

il latticino ➔ Milchprodukt

il fior di latte: Kuhmilch-Mozzarella

il provolone: halbharter Käse mit mildem
bis kräftigem Geschmack

stagionato ➔ gereift



Dall'alto: un tratto della Strada Statale 163 Amalfitana; Piazza del Duomo e la cattedrale di Amalfi; un mulattiere al lavoro nei dintorni di Agerola.





Qui: la Chiesa dell'Annunciazione di Ravello.

Nell'altra pagina (dall'alto): il limoneto di Amalfi Lemon Experience della famiglia Aceto; veduta di Vietri sul Mare.

sul suo mulo, che si chiama Limone. Qui, come in molti altri posti ripidi della Costiera, gli animali da soma sono l'unico modo per trasportare i prodotti degli orti e altri materiali. E infatti sono ancora un mezzo di trasporto assai diffuso.

AMALFI E DINTORNI

Da Agerola in mezz'ora di macchina scendo fino al mare attraversando il paesino di **Furore**, conosciuto per i suoi murales, per i vigneti eroici e per il cosiddetto "fiordo", un ripido vallone che ospita uno dei più incantevoli villaggi di pescatori della Costiera. Superato il bivio di Conca dei Marini, mi immetto sulla **strada 163 Amalfitana** e in pochi minuti sono ad **Amalfi**. La città che fu Repubblica marinara non ha certo bisogno di presentazioni, con il suo Duomo e il chiostro del Paradiso, gioielli d'arte e di architettura tra i più celebri d'Italia. Ma Amalfi ha anche una storia industriale legata alla produzione artigianale della carta. In via delle Cartiere 23, quasi al centro del paese, si può visitare una vecchia cartiera ancora in funzione: la forza del torrente Canneto aziona gli antichi macchinari in legno che triturano e battono stracci in cotone, canapa e lino, producendo la cosiddetta charta bambagina, la pregiata carta di Amalfi. Nei pressi della cartiera (al numero civico 59 della stessa strada), nel limoneto della famiglia Aceto si può scoprire il celebre **limone di Amalfi**, una varietà chiamata appunto Sfusato amalfitano, ideale per produrre il liquore Limoncello e altre delizie.

Un'altra meta molto celebre è **Ravello**, turistica sì, ma poco conosciuta. Il paese si trova sulle alture che sovrastano Amalfi ed è famoso soprattutto per Villa Rufolo e Villa Cimbrone, mete da Grand Tour e note a ogni viaggiatore che sia passato da queste parti anche per i loro giardini. Tra tante celebrità, si annidano piccoli segreti. Poco nota è la cappella dell'Ospedale, ricavata dentro

fanno eccezione. Appena arrivo da lui, non posso fare a meno di assaggiarli. Chiacchieriamo affacciati al magnifico belvedere proprio davanti a casa sua. La vista si apre sul convento di San Domenico, qualche centinaio di metri più in basso, e sulle case bianche di Vettica Maggiore, una frazione di Praiano, laggiù quasi sul mare. A un centinaio di metri dalla casa di Antonio, alte pareti calcaree esposte a sud sono un autentico paradiso dell'arrampicata sportiva, mentre 600 metri più in basso, la strada 163 Amalfitana serpeggia lungo la costa. In lontananza, una barca disegna nel mare la sua scia. Quassù, tra i monti, il silenzio è rotto solo dallo scampanare delle capre.

Dopo la mungitura, Antonio trasporta il latte caricandolo

l'eccezione f. ➤ Ausnahme

non poter fare a meno di ➤ nicht anders können als

il convento ➤ Kloster

un centinaio ➤ ungefähr hundert

la parete calcarea ➤ Kalkwand

l'arrampicata sportiva ➤ Sportklettern

serpeggiare ➤ sich schlängeln

la scia ➤ Kielwasser

lo scampanare ➤ Glockenläuten

la mungitura ➤ Melken

caricare ➤ beladen

l'animale (m.) da soma ➤ Lasttier

diffuso ➤ verbreitet

ripido ➤ steil

il vallone ➤ tiefes Tal

ospitare ➤ beherbergen

superare ➤ hier: hinter sich lassen

il bivio ➤ Kreuzung

immettersi ➤ einbiegen

la Repubblica marinara ➤ Seerepublik

il chiostro ➤ Kreuzgang

artigianale ➤ handwerklich

la cartiera ➤ Papierfabrik

il torrente ➤ Fluss, Wildbach

trituran ➤ zerkleinern

lo straccio ➤ Lumpen

la canapa ➤ Hanf

pregiato ➤ hochwertig

il limoneto ➤ Zitronenhain

la varietà ➤ Sorte

appunto ➤ eben, genau

l'altura ➤ Anhöhe

sovrastare ➤ oberhalb sein

annidarsi ➤ sich verstecken

una grotta. Risale almeno all'XI secolo e si trova proprio in paese, lungo il viale Parco della Rimembranza. Per le sue forme colpì l'incisore olandese Maurits Cornelis Escher, che le dedicò una xilografia. Un altro luogo nascosto si trova sulla collina di fronte a Ravello, nella frazione Pontone, il punto di partenza di un paio di belle escursioni. La prima segue il **sentiero Cai n. 351B** e in circa mezz'ora conduce alla **torre dello Ziro**, parte di una fortificazione del XII secolo e magnifico belvedere sul mare. Più lunga e affascinante è l'escursione sul **sentiero Cai n. 323A**, che si inoltra nella **Valle delle Ferriere**, un ambiente naturale selvaggio e ricco di specie vegetali. Tra le tante, la felce bulbifera (*Woodwardia radicans*), un residuo delle ere preglaciali, quindi un vero e proprio fossile vivente. L'itinerario che porta al centro di Amalfi è abbastanza agevole, richiede circa tre ore di cammino e si può tornare a Scala con gli autobus pubblici.



VERSO EST

La strada 163 Amalfitana, tra le più spettacolari del Mediterraneo, è chiamata per questo Nastro Azzurro. La seguo in auto verso est, esplorando i piccoli paesi che attraversa. **Atrani** è il comune più piccolo d'Italia, con la minuscola piazzetta Umberto I stretta fra le case e la strada. L'iconica collegiata di Santa Maria Maddalena è uno dei luoghi più fotografati della Costiera. Da qui, se si guarda in alto, in cima alle pareti rocciose si scorge il santuario di Santa Maria del Bando, una minuscola chiesa costruita dentro una grotta, in una posizione che fa venire le vertigini solo a guardarla. Si chiama così perché da lassù venivano anticamente letti i bandi, cioè gli annunci pubblici, in modo che tutta la popolazione di Atrani potesse sentirli. Ci arrivo dal centro del paese, salendo 750 gradini. Una volta in cima, la fatica è ampiamente ripagata dal panorama. Da Atrani, meno di dieci minuti d'auto sono sufficienti per giungere a **Minori**. Faccio una sosta per andare a



risalire ➤ stammen

l'incisore m. ➤ Grafiker, Holzstecher

la xilografia ➤ Holzschnitt

la frazione ➤ Ortschaft

la fortificazione ➤ Festung

inoltrarsi ➤ weiterführen

selvaggio ➤ wild

la felce bulbifera ➤ Wurzelnder Kettenfarn

il residuo ➤ Überbleibsel

l'era preglaciale ➤ Vor-Eiszeit

agevole ➤ leicht, bequem

il cammino ➤ hier: Gehzeit

il Mediterraneo ➤ Mittelmeer

esplorare ➤ erkunden

il comune ➤ Gemeinde

la collegiata ➤ Stiftskirche

in cima a ➤ oben auf

il santuario ➤ Wallfahrtskirche

costruire ➤ errichten

la vertigine ➤ Schwindelgefühl

il bando ➤ Ausschreibung

l'annuncio ➤ Bekanntmachung

ripagare ➤ entschädigen

sufficiente ➤ ausreichend



trovare un altro amico, il ceramista Marco Fusco. Il suo laboratorio si chiama Studio FÈS ed è un posto speciale perché combina l'arte con la buona cucina e il buon vino, nell'attiguo locale chiamato Ailaikit. Tra le sue creazioni, Marco ha rispolverato la figura del ciuccio (l'asino, in napoletano), presente fin dal Seicento nella ceramica vietrese, quella cioè che fa capo all'antica tradizione dei Vietri sul Mare.

Dopo Minori, la strada 163 passa per l'abbazia rupestre di **Santa Maria de Olearia**, costruita a partire dal X secolo dentro una grotta. Un luogo magico, che compare nel film *L'amore*, girato nel 1948 da Roberto Rossellini,

con Anna Magnani nel ruolo della protagonista. Poco oltre c'è **Cetara**, inconfondibile per la sua torre e conosciuta per la colatura di alici, un'autentica prelibatezza: ovviamente mi fermo a comprarne un barattolo da Nettuno, una piccola azienda fondata nel 1950 che ancora lavora a mano. Proseguendo sulla 163, da Cetara in dieci minuti si giunge a **Vietri sul Mare**. Qui la tradizione della ceramica è molto antica e ancora oggi sono attivi parecchi laboratori. Nella piccola frazione di Raito, ad esempio, oltre al Museo della ceramica, c'è anche l'atelier di Lucio Liguori, che unisce la tradizione ai motivi del cosiddetto "periodo tedesco", quando in questa zona Richard Dölker e altri artisti diedero vita al famoso "giallo di Vietri". Lucio Liguori ha ulteriormente innovato quest'arte e le sue opere sono visibili all'aperto in vari centri della Costiera, tra cui appunto i vicoli di Raito, le strade di Praiano e la piazza di Amalfi. Prima di rientrare ad Agerola, mi fermo nella frazione **Vettica di Amalfi** a mangiare nel ristorante *Da Ciccio cielo mare terra*, che vale la pena già per la sua terrazza panoramica. Qui ritrovo i sapori di una volta, ottenuti con ingredienti genuini provenienti dall'orto di famiglia e sapientemente abbinati dal giovane chef Marco Cavaliere.

POSITANO E OLTRE

Un altro dei miei giri in auto mi porta da Agerola a **Positano**, il centro più glamour di tutta la Costiera, fotografato da migliaia di persone e onnipresente su Instagram. È facile perdersi tra le case colorate, ascoltando frequenti "wow!" a ogni improvviso affaccio sul mare turchese, come quello sulla **spiaggia di Fornillo**. Positano ha il suo incanto modaiolo, non c'è dubbio. Ma ha anche un fascino storico, e lo scopro nei sotterranei del Duomo, che rivelano i resti di una splendida villa romana distrutta da una colata di fango successiva all'eruzione del Vesuvio del 79 d.C. Uno scavo archeologico ha restituito meravigliosi affreschi e molti oggetti ancora nell'esatta posizione che avevano al momento in cui il fango travolse la villa. Nei dintorni di Positano ho fatto negli anni

il laboratorio	► Atelier, Studio
combinare	► verbinden
attiguo	► angrenzend
rispolverare	► hier: aus der Mottenkiste holen
l'asino	► Esel
il Seicento	► 17. Jahrhundert
fare capo a	► gehören zu
l'abbazia rupestre	► Felsenabtei
comparire	► zu sehen sein

inconfondibile	► unverwechselbar
la colatura di alici	► aus Sardellen gewonnene Würzsoße
il barattolo	► Glas
l'azienda	► Unternehmen
fondare	► gründen
proseguire	► weitergehen
unire	► verbinden
dare vita	► schaffen, ins Leben rufen

innovare	► weiterentwickeln
l'opera	► Werk
il vicolo	► Gasse
rientrare	► zurückkehren
valere la pena	► sich lohnen
genuino	► unverfälscht
sapientemente	► gekonnt
abbinare	► kombinieren
il giro	► Runde

onnipresente	► allgegenwärtig
perdersi	► sich verirren
l'incanto	► Charme
modaiolo	► modern
il sotterraneo	► Keller
rivelare	► hier: zeigen
la colata di fango	► Schlammlawine
lo scavo	► Ausgrabung
restituire	► hier: freilegen
travolgere	► mitreißen

DOVE DORMIRE

Hotel Le Due Torri
Via Divina Costiera 11,
Bomerano, Agerola
www.hotelleduetorri.it
Tel. +39 081 879 1257

B&B Palazzo Lauritano
Via Antonio Coppola 140, San
Lazzaro, Agerola
www.palazzolauritano.com
tel. +39 334 7407511

Ostello e camping Beata Solitudo
Piazza Generale Avitabile 4,
San Lazzaro, Agerola
www.beatasolitudo.it
Tel. +39 081 802 5048

DOVE MANGIARE

Alla corte degli dei
Palazzo Acampora, via A. Diaz
26, Agerola
www.palazzoacampora.it
Mob. e Whatsapp +39 324
8437579

Da Ciccio cielo mare terra
Via G. Augustariccio 21, Vettica
di Amalfi
www.ristorantedaciccio.com
Tel. +39 089 831265

ALTRI LUOGHI CITATI

Museo della carta
Via delle Cartiere 23, Amalfi
www.museodellacarta.it
Tel. +39 089 8304561

Lemon experience
Via delle Cartiere 59, Amalfi
www.amalfilemonexperience.it
Mob. +39 335 1218292

Pastore Antonio Milo
Sentiero degli dèi, Località Li
Cannati, Agerola
Mob. +39 339 1669061

Atelier Lucio Liguori
Via San Vito, Raito di Vietri
sul Mare
www.lucioliguori.it
Tel. +39 089 2141822
Mob. +39 339 3107071

Studio FÈS
Via Roma 24, Minori
www.studiofes.it
Tel. +39 089 2143659

Nettuno

Corso Umberto I 64, Cetara
www.nettunocetara.it
Tel. +39 089 261147

Museo archeologico di Positano
Piazza Flavio Gioia 7, Positano
www.marpositano.it
Whatsapp +39 331 2085821



Sopra: il ceramista Marco Fusco nel suo studio. **Qui:** la Torre di Capo Conca presso Conca dei Marini. **Nell'altra pagina:** Cetara vista dal mare.

molte escursioni a piedi, come quella che in un'ora sale per il **sentiero Cai n. 331A**, a gradini, fino alla frazione di **Montepertuso**. Il posto si chiama così perché si trova sotto una parete di **roccia** con un grande **foro** naturale (pertuso, in napoletano), relitto di un'antica grotta, dove si può salire a piedi in altri 15 minuti di cammino. Dalla grotta il panorama è **strepitoso**. Montepertuso **distà** solo 15 minuti a piedi (sentiero n. 331) dal borgo di Nocelle, punto d'arrivo del Sentiero degli dèi, di cui vi ho già parlato. Il mio **girovagare** mi porta anche al porticciolo di **Nerano**, quasi **in fondo** alla penisola. Da Nerano il **sentiero Cai n. 300** si **congiunge** con il n. 339 e, in circa un'ora di cammino, raggiunge la **baia di Ieranto**, dove in passato c'era una **cava** e che oggi, con il tratto di mare **antistante**, è una riserva naturale integrale: il **divieto**

assoluto di arrivarci in barca ne fa uno dei luoghi più selvaggi e **solitari** di tutta la Costiera, anche in piena estate. Qui la **trasparenza** e il colore del mare sono addirittura **commoventi**. In alternativa alla **discesa** fino alla baia, si può proseguire per il **sentiero n. 348** che sale alla **vetta** del **Monte San Costanzo** (497 m) e da qui scendere per il **sentiero n. 300** a **Punta Campanella**, all'**estremità** della penisola. Questo percorso richiede circa due ore e un po' di **allenamento**. È arrivato il momento di salutare la Costiera Amalfitana e di dare il benvenuto alla Penisola Sorrentina, con la sua costa meno **accidentata** ma comunque piena di fascino. Vi ci porterò in un prossimo viaggio. Per ora me ne torno nella tranquillità nell'amata Agerola, tra i monti **affacciati sul mare**.

la roccia ➤ Fels

il foro ➤ Loch

strepitoso ➤ überwältigend

distare ➤ entfernt sein

il girovagare ➤ Umherstreifen

in fondo ➤ am Ende

congiungersi ➤ sich verbinden

la baia ➤ Bucht

la cava ➤ Höhle

antistante ➤ davorliegend

il divieto ➤ Verbot

solitario ➤ einsam

commovente ➤ (herz)ergreifend

la discesa ➤ Abstieg

la vetta ➤ Gipfel

l'estremità ➤ Ende

l'allenamento ➤ Training

accidentato ➤ holprig, mit Hindernissen

affacciato su ➤ am, mit Blick auf

salute

LO STILE DI VITA DEGLI ITALIANI

*Die Schlagzeilen über das **ITALIENISCHE GESUNDHEITSSYSTEM** zeichnen ein düsteres Bild. Doch wie steht es wirklich um die Gesundheit der Italiener? Immerhin boomen dort **MEDIENSTARS** und **INFLUENCER** mit **TIPPS** für einen **GESUNDEN LEBENSSTIL**.*

MEDIO ÜBUNGSHFET

Sono quasi sempre negativi, i titoli dei giornali italiani, quando riguardano il sistema sanitario del paese e la salute dei suoi cittadini. I pronto soccorso degli ospedali? Posti infernali, dove i pazienti aspettano ore e ore per essere parcheggiati in barella nei corridoi. I medici del servizio sanitario pubblico? In fuga verso la pensione, verso la sanità privata, verso l'estero. Gli infermieri? Ne mancano decine di migliaia. E se il personale sanitario scarseggia, i pazienti abbondano. Gli anziani bisognosi di cura sono sempre di più, ma anche la situazione dei giovani è tutt'altro che promettente. A sentire i media, i ragazzi sempre più obesi, sedentari, poco inclini a fare sport perché incollati agli schermi degli smartphone, dei tablet, dei computer.

Ma la situazione è davvero così fosca? Se guardiamo le statistiche europee, viene fuori un quadro diverso: un popolo più in salute di tanti altri, a cominciare dall'elevata aspettativa di vita [vedi ADESSO 10/24, pag. 30]. Non solo gli italiani vivono più a lungo, ma anche meglio di altri popoli. Soffre di patologie croniche multiple soltanto il 20% degli uomini sopra i 65 anni e il 35% delle donne (medie



L'AUTORE

MICHAEL BRAUN

Journalist und Italien-Korrespondent der Berliner Tageszeitung (TAZ). Kolumnist für verschiedene journalistische Zeitschriften wie die Neue Presse und, in Italien, das Wochenmagazin Internazionale. Lebt und arbeitet in Rom.

Ue: rispettivamente 32% e 40%). Questo quadro tutto sommato positivo è dovuto a uno stile di vita più sano. Infatti, se gli italiani fumano come il resto degli europei (il 19%), bevono molto di meno: la statistica della Commissione europea ci dice che soltanto il 4% della popolazione si distingue per il "consumo elevato di alcolici" (contro una media europea ben più alta, del 19%). Inoltre gli italiani mangiano meglio. Soltanto l'11% è obeso (media Ue: 16%).

Osserviamo però che gli italiani sono meno sportivi degli altri europei: il 56% non si dedica mai ad attività sportive (Ue: 45%). E soltanto il 40% fa regolari controlli di prevenzione, anche se il servizio sanitario pubblico offre screening gratuiti per prevenire tante malattie, come il cancro al colon o al seno.

Ma sono ormai milioni gli italiani che cercano di vivere sani e in maniera consapevole, informandosi su uno stile di vita atto a prevenire le malattie. Internet è pieno di influencer della salute con un seguito vastissimo. Influencer come Nataliya Gera, che su Instagram conta 480.000 follower e si presenta come health coach. Ai suoi seguaci dà consigli su come

il sistema sanitario	↳ Gesundheits-system
il pronto soccorso	↳ Notaufnahme
la barella	↳ Liege, Bahre
pubblico	↳ öffentlich
la fuga	↳ Flucht
la pensione	↳ Rente, Pension
le decine (pl.) di migliaia	↳ Abertausende

scarseggiare	↳ knapp sein
abbondare	↳ zahlreich vorhanden sein
bisognoso di cura	↳ pflegebedürftig
promettente	↳ hier: positiv
obeso	↳ übergewichtig
sedentario	↳ bewegungsfaul
incline	↳ geneigt
incollato	↳ klebend
lo schermo	↳ Bildschirm

fosco	↳ düster
elevato	↳ hoch, erhöht
l'aspettativa di vita	↳ Lebenserwartung
soffrire di qc.	↳ unter etw. leiden
l'Ue f., l'Unione europea	↳ EU
rispettivamente	↳ beziehungsweise
tutto sommato	↳ alles in allem
dovere	↳ hier: verdanken

distinguersi	↳ sich auszeichnen
il controllo di prevenzione	↳ Vorsorgeuntersuchung
prevenire	↳ vorbeugen
il cancro al colon/al seno	↳ Darm-/Brustkrebs
consapevole	↳ bewusst
atto a	↳ in der Lage
il seguito	↳ Anhängerschaft
il seguace	↳ Follower



Übung zum Thema in
ADESSO Übungsheft
1/2025 oder digital.
Hier erhältlich:
[adesso-online.de/
einzelausgaben](https://adesso-online.de/einzelausgaben)

perdere peso, spiega “tre motivi per smettere con cappuccino e brioche” o i “tre motivi per cui non mangio più prosciutto”. Riscontrano ancora maggior successo i cinque ragazzi che gestiscono insieme su Instagram l’account *HeiMI*, che raggiunge ben 1,1 milioni di follower. Sono due medici, un’assistente sociale, una nutrizionista e un fisioterapista che vogliono “contribuire a migliorare la salute e la qualità di vita delle persone”. Lo fanno postando brevi video divertenti in cui parlano di colazioni ricche di fibre o dei rischi che l’alcol e i grassi comportano per il fegato.

Ma sono altre, le vere star dell’informazione sulla salute. Valter Longo conta su Facebook “solo” 146.000 follower, ma viene regolarmente invitato nelle trasmissioni televisive più importanti della Rai, di Mediaset, di Sky. Tiene inoltre una rubrica sulla rivista 7, il settimanale del *Corriere della Sera*. Longo è professore di Biogerontologia a Los Angeles e autore del libro *La dieta della longevità*. Secondo lui, dovremmo concentrare tutti i pasti, dalla colazione alla cena, nelle 12 ore della giornata, restando a digiuno per le restanti 12 ore, dalla sera al mattino seguente. Inoltre



Gli italiani hanno uno stile di vita sano. Tuttavia praticano poco sport e devono fare i conti con un sistema sanitario in crisi. Molti seguono i consigli dei cosiddetti “influencer della salute”, medici e scienziati che promuovono regole d’oro per vivere a lungo. Tra loro c’è Franco Berrino (nella foto).

FRANCO BERRINO
DANIEL LUMERA
DAVID MARIANI



dovremmo “ridurre al minimo i grassi e gli zuccheri”, seguire “una dieta vegana + pesce”, dovremmo consumare tanto olio di oliva e “non mangiare per almeno 3-4 ore prima di andare a letto”. Longo promette veri miracoli a chi segue questi precetti: promette che rimarremo “giovani e sani” anche in età avanzata, riducendo fortemente i rischi di cancro e di malattie cardio-vascolari.

Non è da meno il dottor Franco Berrino, già direttore del Dipartimento di Medicina preventiva e predittiva all’Istituto nazionale dei tumori di Milano. Berrino oggi ha 80 anni, ma li porta benissimo, a suo dire perché segue “la via della longevità felice”. Sulla sua pagina Facebook, sul suo sito e in tante apparizioni televisive spiega che si tratta di una via scandita da buona

nutrizione, attività fisica, spiritualità esercitata con la respirazione e la meditazione. Ed è anche un po’ più severo del professor Longo: secondo Berrino, dovremmo astenerci dai pasti non per 12, ma per ben 14 ore fra la cena e la colazione del mattino seguente. È meno presente sui social media,

ma regolarmente intervistata da tutte le tv italiane, Annamaria Colao, ordinaria di Endocrinologia all’Università Federico II di Napoli. Colao elargisce gli stessi consigli di Longo e Berrino, suggerendo ad esempio, da brava napoletana, che “la pizza dà la felicità, ma è meglio evitare di mangiarla sempre”. Inoltre concorda con Longo e Berrino sul fatto che dobbiamo iniziare a “non cenare troppo tardi la sera”. Quindi, come i due colleghi maschi, propone una dieta mediterranea in salsa tedesca, anticipando la cena possibilmente alle sei o alle sette. Ma suona molto tedesca anche un’altra massima predicata da tutti e tre, quella di fare “colazione da imperatore, pranzo da re e cena da poveraccio”. Una dieta sana italiana, consumata con ritmi tedeschi per stare meglio e in salute molto più a lungo.

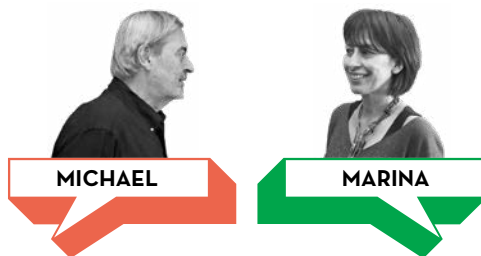
perdere peso ➔ abnehmen	comportare ➔ mit sich bringen	avanzato ➔ fortgeschritten	la respirazione ➔ Atmung
riscontrare successo ➔ Erfolg haben	il fegato ➔ Leber	la malattia cardio-vascolare ➔ Herz-Kreislauf-Erkrankung	astenersi ➔ meiden
gestire ➔ betreiben	la trasmissione televisiva ➔ TV-Sendung	la medicina preventiva/predittiva ➔ präventive/prä-diktive Medizin	l'ordinaria ➔ Professorin
l'assistente (m./f.) sociale ➔ Sozialarbeiter, -in	La dieta della longevità ➔ dt. Titel: Iss dich jung	portare benissimo gli anni ➔ sich für sein Alter sehr gut gehalten haben	elargire ➔ hier: geben
il/la nutrizionista ➔ Ernährungs-berater, -in	la longevità ➔ Langlebigkeit	l'apparizione f. ➔ Auftritt	concordare ➔ übereinstimmen
contribuire ➔ beitragen	restare a digiuno ➔ fasten	scandito ➔ bestimmt	in salsa tedesca ➔ hier: deutsch eingefärbt
ricco di fibre ➔ ballaststoffreich	il miracolo ➔ Wunder		anticipare ➔ vorverlegen
il grasso ➔ Fett	il precetto ➔ Regel		predicare ➔ predigen
			l'imperatore m. ➔ Kaiser

ABENDBROT O CENA ALL'ITALIANA?

Zweimal am Tag warm essen, das ist in Deutschland eher eine Seltenheit. In Italien zählt es jedoch zur Normalität. Was spricht gegen zwei warme Mahlzeiten?

TESTO MARINA COLLACI E MICHAEL BRAUN

MEDIO



MICHAEL

MARINA

Er: Deutscher
65 Jahre, Journalist,
lebt und arbeitet
in Rom.

Sie: Italienerin
56 Jahre, Journalistin,
lebt und arbeitet
in Rom.

Zwei Nationalitäten und zwei Sichtweisen auf
verschiedene Aspekte des Alltags in Italien:
Manchmal kracht es, manchmal nicht.

Michael: Ti vedo affranta...

Marina: Ero così contenta di poter rivedere i nostri amici Dirk e Inga. Ho cucinato tutto il pomeriggio per preparare la cena e loro sono arrivati che avevano già cenato... kalt, come dicono loro, ovvero prosciutto e formaggio.

Michael: Gli hai detto di venire alle otto e mezzo, mica di venire a cena!

Marina: È chiaro che se gli dico di venire a quell'ora ho preparato la cena, no?

Michael: Ma dai, lo sai benissimo. In Germania si cena fra le 17 e le 19 con l'Abendbrot, soprattutto se a pranzo si è già mangiato qualcosa di caldo. Sono abituati così. La prossima volta specifica: "siete invitati a cena".

Marina: Ma scusa, se anche avessero mangiato warm a pranzo, potevano cenare lo stesso, no? Un bel risottino caldo con zucca e funghi mica gli faceva male, due straccetti con la rucola, la crostata con la marmellata fatta in casa...

Michael: Non ti preoccupare, tanto io mi finisco tutto stasera e non si butta via nulla. Ma tu, dopo 35 anni che frequenti la Germania, ancora non hai imparato la lezione?

Marina: Quale lezione?

Michael: Colazione da imperatore, pranzo da re, cena da poveracci. Questa è la filosofia tedesca per rimanere in ottima salute.

Marina: Teoricamente è giusto. Ma io se mangiassi a colazione prosciutto e salsiccia, un pranzo caldo, magari con qualche verdurina, e una cena fredda a base di salumi, sinceramente non credo che mi sentirei benissimo...

Michael: IO IO IO, che c'entri tu? Tu hai tutt'altra tradizione alle spalle.

Marina: E tutt'altro stomaco!

Michael: La filosofia italiana è l'esatto contrario! Colazione da poveracci, perché si usa bere un caffè in piedi al bar, senza neanche sedersi; pranzo da re, ossia pausa pranzo veloce perché poi si torna a lavorare; cena da imperatori, con primo, secondo, contorno e magari pure frutta, dolce, caffè e ammazzacaffè, che sarebbe un grappino. Davvero sanissima!!!

Marina: Ma è bello rilassarsi, la sera...

Michael: È bello anche dormire. E dopo un pasto luculliano... bah!

Marina: Dunque tu stasera non mangi, mi pare di capire...

Michael: No no, io c'ho l'animo romano...

affranto ➤ am Boden zerstört

mica ➤ nicht etwa

la zucca ➤ Kürbis

il fungo ➤ Pilz

gli straccetti pl. ➤ Rindfleischstreifen

la crostata ➤ Mürbteigkuchen

buttare via ➤ wegwerfen

l'imperatore m. ➤ Kaiser

il poveraccio ➤ hier: Bettler

la salsiccia ➤ Wurst

a base di ➤ mit, aus

alla spalle ➤ hinter sich

lo stomaco ➤ Magen

l'ammazzacaffè ➤ Verdauungs-
schnaps

rilassarsi ➤ sich entspannen

luculliano ➤ üppig, lukullisch

c'ho (coll.) ➤ ich habe

l'animo ➤ Seele

DI SILVIA ZICHE

MEDIO



storto ➤ krumm, schief, verdreht

provare ➤ versuchen

raddrizzare ➤ geradebiegen,
in Ordnung bringen

STILE LIBERO

AUF S. 64
VERSION
A2

MA TU... QUANDO SEI NATO?

..... ✨
ÜBER DIE STERNE
UND IHREN EINFLUSS

TESTO MARINA COLLACI

MEDIO AUDIO ÜBUNG SHEFT



Was die Italiener zum
Thema sagen:
in ADESSO AUDIO 1/2025.
Hier erhältlich:
[adesso-online.de/
einzelausgaben](https://adesso-online.de/einzelausgaben)

E chi se lo scorda più, il mio primo colloquio di lavoro. Avevo 18 anni e volevo arrotondare la paghetta dei miei genitori facendo animazione per i bambini. Avevo pensato a tutto: vestito in ordine, scarpe pulite, capelli appena tagliati e un bel curriculum con l'elenco dei corsi di mimo e clown che avevo frequentato a Roma e a Londra. Ero convinta di essere proprio la persona che cercavano.

E invece mi ritrovai addosso due occhi pieni di disprezzo. La signora che avrebbe dovuto assumermi era visibilmente irritata dalla mia presenza: “Lei è nata il 5 marzo, è del segno dei Pesci?”. “Sì!” risposi fiera, dato che gli oroscopi in genere non lesina-
no complimenti al mio segno, parlano di creature immerse in

una realtà fatata, sognatrici, empatiche, fantasiose... Mentre mi compiacevo della visione di me stessa nelle vesti di una favolosa sirena del mare, la voce aggressiva della capa del personale mi fece trasalire: “Io non lavoro mai con le persone dei Pesci! Sono inaffidabili!”. Rimasi basita. “Ma in che senso...”, balbettai. “Mia madre è dei Pesci”, rispose l'arcigna signora. “E non fa mistero di preferire mia sorella a me!”, aggiunse. E non si fermò lì: “Sono fatti così, i Pesci, dicono quello che pensano e se uno si arrabbia, si stupiscono come bambini. Se ne vada, per favore!” Cosa le potevo rispondere? Basita e delusa, me ne andai rimuginando che, forse, anch’io avevo qualche pregiudizio sugli Scorpione, dato che litigavo spesso con mia madre, che per carità, è una persona

Für neun von zehn Italiener sind Horoskope regelmäßige Wegbegleiter. Über komplexe Berechnungen der Sternkonstellationen sagen sie unsere Zukunft. Oder werden sie vielleicht sogar zu selbsterfüllenden Prophezeiungen?

buona, un segno d’acqua come me, ma insopportabilmente bat-
tagliera e sempre pronta allo scontro. Però era la prima volta che la realtà mi sfuggiva di mano e l’irrazionalità irrompeva nella mia vita, nel mondo del lavoro, che avevo sempre considerato razionale.

E un’altra volta, una ragazza di cui volevo diventare amica mi aveva guardata con diffidenza: “I Pesci sono un segno doppio, non ci si può fidare di te”. Anche lì, avevo farfugliato che non ero

doppia in quel senso, ma che Giove e Nettuno, dominando il mio segno, favorivano allegria e socievolezza, ma allo stesso tempo malinconia e solitudine. Si trattava di cose che riguardavano solo me, la mia interiorità. No, non ero Mata Hari. Ma la ragazza era rimasta ferma nel suo giudizio.

Erano gli anni Settanta e le atmosfere hippy del decennio precedente erano ancora nell’aria. Mi stupiva, però, vedere tanti amici che si annoiavano sui banchi di scuola, odiavano studiare

scordare ➤ vergessen	fatato ➤ verzaubert, Zauber-	se ne vada ➤ hinaus mit Ihnen!	considerare ➤ halten
il colloquio di lavoro ➤ Vorstellungsgespräch	compiacersi di ➤ sich freuen über	deluso ➤ enttäuscht	la diffidenza ➤ Misstrauen
arrotondare ➤ aufrunden, hier: aufbessern	favoloso ➤ märchenhaft	rimuginare ➤ grübeln	fidarsi ➤ sich verlassen
la paghetta ➤ Taschengeld	trasalire ➤ zusammenzucken	il pregiudizio ➤ Vorurteil	farfugliare ➤ murmeln
il curriculum ➤ Lebenslauf	inaffidabile ➤ unzuverlässig	litigare ➤ streiten	Giove ➤ Jupiter
l'elenco ➤ Liste	basito ➤ verdattert, sprachlos	per carità ➤ weiß Gott, um Himmels willen	Nettuno ➤ Neptun
addosso ➤ auf sich	balbettare ➤ stammeln	insopportabilmente ➤ unerträglich	l'allegria ➤ Fröhlichkeit
il disprezzo ➤ Verachtung	arcigno ➤ mürrisch	battagliero ➤ streitlustig	la socievolezza ➤ Geselligkeit
assumere ➤ einstellen	non fare mistero di qc. ➤ aus etw. kein Geheimnis machen	lo scontro ➤ Auseinandersetzung	la malinconia ➤ Melancholie
il segno ➤ Sternzeichen	arrabbiarsi ➤ sich aufregen	sfuggire di mano ➤ entgleiten	la solitudine ➤ Einsamkeit
lesinare ➤ sparen		irrompere ➤ einbrechen	il giudizio ➤ Urteil
			il decennio ➤ Jahrzehnt
			annoiarsi ➤ sich langweilen



TORO
perseverante
possessivo
paziente

i libri di storia o di matematica, ma divoravano quelli di astrologia, tutt'altro che facili, e dimostravano un talento formidabile nel fare calcoli complicatissimi per disegnare quadri astrali di parenti e amici, trovare la posizione dei pianeti e stabilire gli ascendenti. Oggi i tempi sono cambiati, basta fare un clic sul computer per avere il quadro completo, sapere se la Luna è in Leone e Mercurio in Ariete.

In generale l'interesse per l'astrologia non solo è rimasto, ma è addirittura aumentato. La rivista *Io donna*, supplemento del *Corriere della Sera*, afferma che nove italiani su dieci seguono l'oroscopo. La Wgsn, società internazionale di previsione delle tendenze, rende noto che il 62% della generazione Z (i nati tra il 1996 e il 2010) e il 63% della generazione Y (i Millennials, nati tra i primi anni Ottanta e la metà degli anni Novanta) dicono di assomigliare nel carattere ai loro segni zodiacali, ma anche di seguire i consigli degli astri per le questioni d'amore e le decisioni

lavorative. Oggi centinaia di App, siti Internet e *Instagram* predicono il futuro e ci avvisano se scegliamo il partner inadatto. Il fenomeno non è di per sé sbagliato: implica la ricerca di sé, il tentativo di definire il proprio carattere. Scrive il settimanale *Focus*: "Se a volte ci sembra che gli oroscopi ci indovinino è dovuto, secondo gli psicologi, al fatto che la mente ci inganna". Secondo questa teoria, troveremmo nelle parole dell'oroscopo quello che vogliamo trovare e ascoltare. Anzi, certi pronostici ci influenzano al punto che li facciamo avverare. Se la nostra mente ha deciso che la settimana sarà fortunata, capita che lo diventi. "Sono uscito stasera, ma non ho letto l'oroscopo, non è Rio de Janeiro ma c'è un clima fantastico", canta Edoardo d'Erme, noto con lo pseudonimo di Calcutta. Ma non sono solo canzonette. Fa furore l'oroscopo di Rob Breznsky pubblicato dal serissimo settimanale politico *Internazionale*, mentre l'astrologo del quotidiano *la Repubblica*, Marco Pesatori, ha appena pubblicato un libro intitolato *Oroscopo per intellettuali*. Insomma, l'astrologia è un divertissement che non fa male a nessuno e piace a tutti, colti e ignoranti, belli e brutti.



ARIETE
entusiasta
impulsivo
indipendente

divorare ➤ verschlingen

formidabile ➤ beachtlich

il calcolo ➤ Berechnung

il quadro astrale ➤ Sternenkarte

stabilire ➤ bestimmen

l'Ariete m. ➤ Widder

aumentare ➤ zunehmen

il supplemento ➤ Beilage

affermare ➤ sagen

la previsione ➤ Prognose

assomigliare ➤ ähneln

l'astro ➤ Stern

la decisione ➤ Entscheidung

predire ➤ voraussagen

avvisare ➤ warnen

implicare ➤ einschließen

il tentativo ➤ Versuch

indovinare ➤ erraten

la mente ➤ Verstand

ingannare ➤ täuschen

il pronostico ➤ Vorhersage

influenzare ➤ beeinflussen

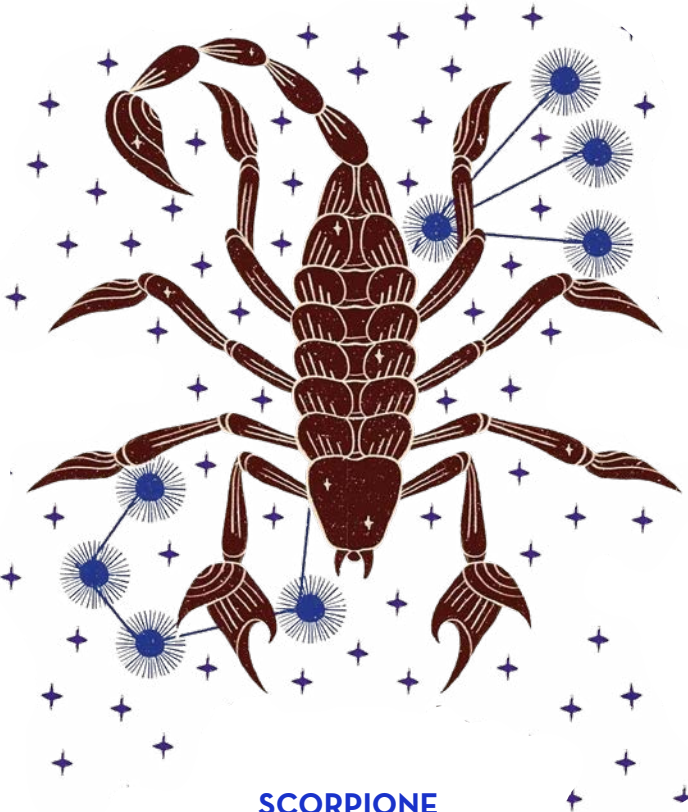
avverare ➤ Wirklichkeit werden

la canzonetta ➤ Schlager, Lied

intitolato ➤ mit dem Titel

ignorante ➤ ahnungslos, ungebildet

Piace anche a mia figlia, imprevedibile Cancro che studia economia e matematica. Un giorno mi ha mandato un sonoro su WhatsApp: “Hai sbagliato tutto nella vita, non dovevi sposare papà”, mi ha scritto. A quanto pare i nati del 5 marzo vanno d’accordo con i nati del 23 gennaio, del 15 febbraio... e giù una lista di date. Lì per lì mi sono messa a ridere, poi però, quando incontro qualcuno, con indifferenza mi capita di chiedere: “Ma tu... quando sei nato?”.



SCORPIONE
enigmatico
misterioso
emotivo

L'astrologo che non prevede il futuro

Alles ist mit allem verbunden. Warum das so ist, warum die Astrologie dazu Antworten gibt und warum Horoskope viel aussagen, aber nicht die Zukunft vorhersagen, erklärt Marco Pesatori.

DIFFICILE

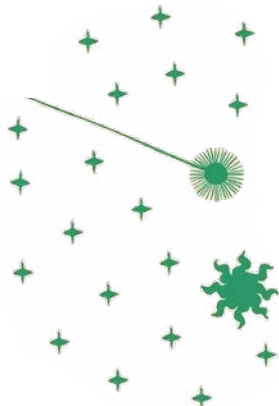
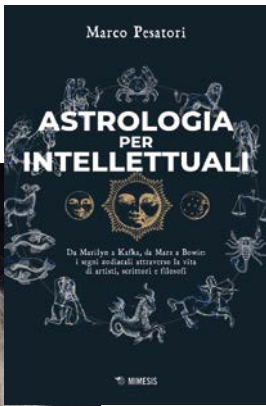
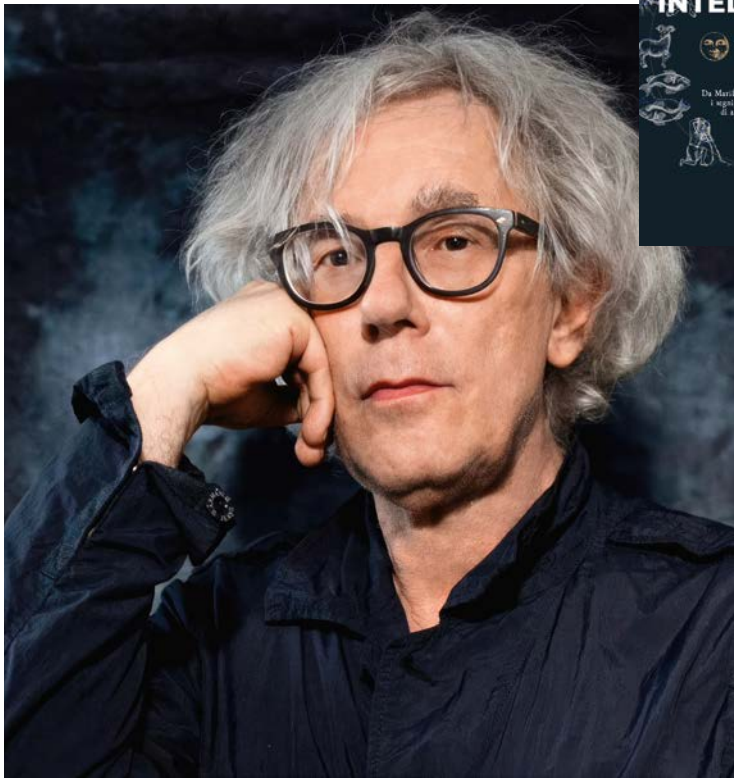
A cosa serve l'astrologia?

È noto a tutti che l'Occidente sta vivendo un imbarbarimento culturale progressivo, e io credo nel valore di questa disciplina magica, meravigliosa, ecologica, femminile, che non ha mai costruito una mina antiuomo, un cannone o una bomba; una visione del mondo che ripropone in maniera chiara la sintonia dell'uomo con la natura (cosa che la scienza occidentale oramai ha sancito nell'ultimo secolo attraverso la fisica, che ci dice che tutto è collegato a tutto). L'astrologia è una disciplina in anticipo sui tempi e credo che sarà centrale nei prossimi 100 anni. Una scienza della natura che ha evidenze nella teoria dell'entanglement della fisica quantistica: la materia è interconnessa in tutte le sue parti.

Come funziona? Sono i pianeti che ci influenzano, come la Luna fa con le maree?

Absolutamente no. L'influenza è fra due cose, ma non è che il pianetino Plutone agisce su di noi. Tra l'altro gli astronomi l'hanno cacciato dall'ordine dei pianeti e,

imprevedibile ➤ unberechenbar	l'Occidente m. ➤ Westen	la scienza ➤ Wissenschaft	l'entanglement ➤ Verschränkung
il sonoro ➤ Sprachnachricht	l'imbarbarimento ➤ Barbarisierung	sancire ➤ bestätigen	interconnettere ➤ verbinden
sbagliare ➤ falsch machen	progressivo ➤ fortschreitend	il secolo ➤ Jahrhundert	influenzare ➤ beeinflussen
con indifferenza ➤ beiläufig	costruire ➤ bauen	in anticipo ➤ voraus	la marea ➤ Gezeiten
	la mina antiuomo ➤ Landmine	l'evidenza ➤ Offensichtlichkeit, Nachweis	agire ➤ einwirken
	la sintonia ➤ Einklang, Harmonie		cacciare ➤ verjagen, hier: ausschließen



CHI È

Marco Pesatori, astrologo, poeta e scrittore, è nato a Milano il 7 luglio 1952. Laureato in Lettere, ha studiato psicoanalisi junghiana e filosofia Zen. Dal 1989 cura la rubrica astrologica di *Vogue Italia*; dal 2003 l'oroscopo di *D*, inserto settimanale del quotidiano *la Repubblica*. Ha scritto una ventina di libri, fra cui *Il trigono del sole* (Feltrinelli, 2016), *Astrologia per intellettuali e Segni. Introduzione all'interpretazione del tema natale* (entrambi Mimesis, 2024), in cui astrologia, psicologia e psicoanalisi si fondono.

In *Astrologia per intellettuali* Pesatori spiega il legame tra il carattere e il destino di grandi artisti, intellettuali e il loro segno zodiacale: da Marilyn Monroe (Gemelli) a Franz Kafka (Cancro), da Karl Marx (Toro) a Pier Paolo Pasolini (Pesci).

secondo me, l'hanno fatto perché è il pianeta della rivoluzione, dell'erotismo... Tutto è tempo, come diceva Einstein e prima di lui, nel Rinascimento, dicevano Marsilio Ficino, Giordano Bruno, Pico della Mirandola, Tommaso Campanella e ancora prima Aristotele ed Eraclito. Il tempo è la vita e l'astrologia non fa che disegnare un tempo. Nel più bel libro dello Zen, che risale al 1200 e si intitola *Uji*, che vuol dire "l'essere tempo", il maestro Dogen ci dice che... tutto è tempo.

Perché pensa che l'astrologia sia più avanti della psicoanalisi?

La psicoanalisi è in decomposizione perché si è istituzionalizzata. Nella lingua astrologica sono centrali i segni e io, nei miei libri, li spiego. Sono 12 simboli di un'importanza straordinaria, perché hanno più di 5.000 anni e riverberano il collegamento fra

mythos e *logos*, cioè hanno una vita che sopravvive ai millenni e determinano il passo del tempo. Ogni anno il tempo tocca 12 tappe, le tappe del vivente. Noi parliamo di simboli, gli scienziati prendono le cose alla lettera. In realtà lo zodiaco rappresenta 12 tappe in analogia con le tappe della natura.

Le volevo chiedere le previsioni per il 2025...

Le previsioni non hanno senso! L'astrologia non serve a predire, ma a capire il passato e il presente. Da qui si può affrontare un cammino di consapevolezza che lavora sulla coscienza e l'inconscio: l'astrologia è cultura e non va presa alla lettera. Quindi non può fare previsioni del futuro. I miei oroscopi sono un gioco, ma il gioco è il miglior mezzo didattico che esista!

il Rinascimento ➤ Renaissance	il millennio ➤ Jahrtausend	prendere alla lettera ➤ wörtlich nehmen	affrontare ➤ sich stellen, auf sich nehmen
disegnare ➤ zeichnen	toccare ➤ hier: durchlaufen	lo zodiaco ➤ Tierkreis	la consapevolezza ➤ Erkenntnis
intitolarsi ➤ den Titel tragen	la tappa ➤ Abschnitt	in analogia ➤ entsprechend	la coscienza ➤ Bewusstsein
essere in decomposizione ➤ im Verfall sein	il vivente ➤ Lebender, hier: Leben	la previsione ➤ Vorhersage, Prognose	l'inconscio ➤ Unbewusste
riverberare ➤ hier: wider-spiegeln	lo scienziato ➤ Wissenschaftler	predire ➤ vorhersagen	

I CONSIGLI PER IL 2025 DI MARCO PESATORI.

★**ARIEETE**: come dice I-Ching, il “Libro dei mutamenti”, dovete imparare a governare il fuoco, non trasformare il fuoco in un incendio.

★**TORO**: voi che adorare il cibo, imparate finalmente a nutrirvi! Avete Saturno a favore tutto l’anno; come dice William Burroughs, il grande scrittore americano: “Guardate bene cosa avete sulla punta della forchetta!”.

★**GEMELLI**: siete i re del moto perpetuo, non riuscite mai a star fermi, come Bob Dylan, come Dante Alighieri, come Marguerite Yourcenar. Non vi dico di star fermi, ma di muovervi con giudizio, con gli occhi aperti, perché Giove vi dà una grande spinta, ma Saturno potrebbe mandarvi fuori strada. È vero, siete curiosi, ma voi, eterni adolescenti, dovete porvi grandi traguardi e non continuare a disperdervi di qua e di là.



CANCRO
sensibile
lunatico
creativo



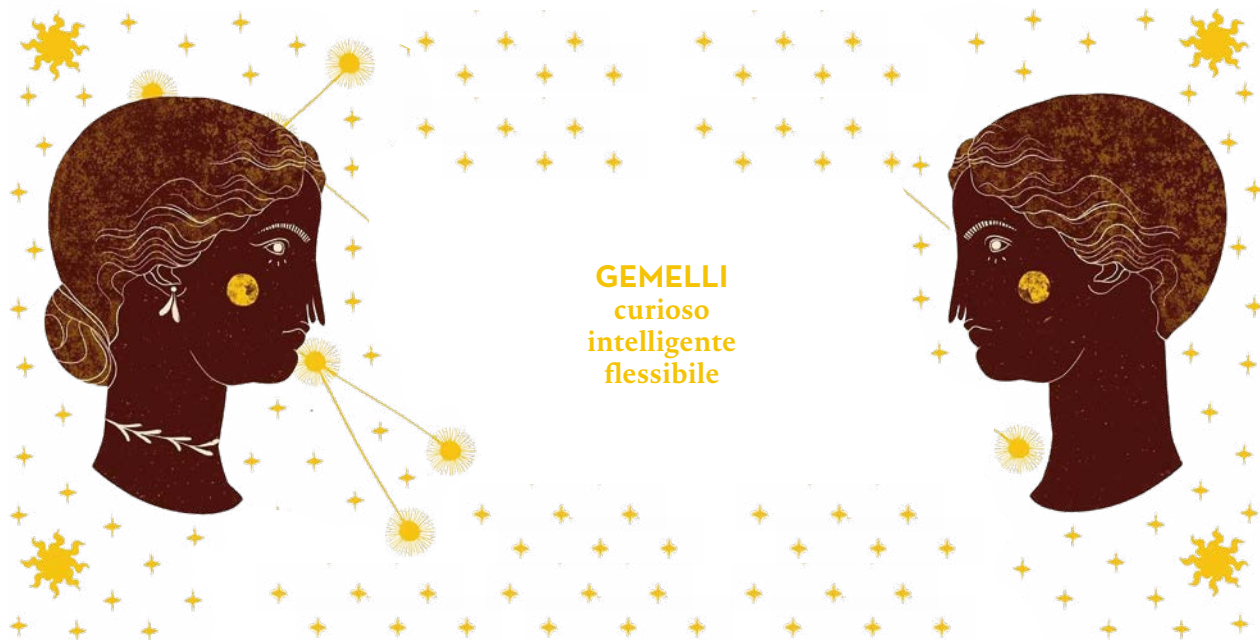
ACQUARIO
eccentrico
intuitivo
indipendente

★**CANCRO**: siete come Proust, la mamma non vi ha dato il bacio e scrivete 15.000 pagine. Siete come Kafka: “Papà, ogni volta che mi sorridi, mi fai paura!” La volete finire di fare i bambini? Nel 2025 è ora di diventare grandi.

★**LEONE**: siete come Jung, a voi non piace che l’uomo sia puro desiderio, sessualità. Attenzione, perché in Jung c’era anche il concetto di inflazione dell’Io: evitate di inflazionare il vostro Io e rimanete con i piedi per terra.

★**VERGINE**: basta con quest’ansia di controllo che vi fa venire gli attacchi di panico. Dovete imparare a lasciarvi andare: quando scendete le scale, staccatevi dal corrimano, non inciampere. Dovete finalmente imparare a volare!

il mutamento ➤ Veränderung, Wandlung	il moto perpetuo ➤ ständige Bewegung, Perpetuum mobile	eterno ➤ ewig	inflazionare ➤ übermäßigen Gebrauch machen, hier: aufblähen
governare ➤ beherrschen	il giudizio ➤ Urteil, hier: Bedacht	il traguardo ➤ Ziel	l’ansia ➤ Angst
l’incendio ➤ Brand	la spinta ➤ Schub	disperdersi ➤ sich verlieren	staccare ➤ loslassen
il cibo ➤ Essen	mandare fuori strada ➤ aus der Bahn werfen / bringen	il bacio ➤ Küssen	il corrimano ➤ Geländer
nutrirsi ➤ sich ernähren		sorridere a qc. ➤ jdn. anlächeln	inciampare ➤ stolpern
avere a favore ➤ hier: zu seinen Gunsten haben		il desiderio ➤ Begehren, Wunsch	
la punta ➤ Spitze		l’io ➤ Ego, Ich	
		evitare ➤ vermeiden	



GEMELLI
curioso
intelligente
flessibile

★**BILANCIA:** siete platonici, adorate il bello, il buono, il giusto. Siete come Nietzsche, la bellezza per voi è tutto. Però, come dice Italo Calvino, del segno della Bilancia, sappiate che la superficie delle cose già racchiude tutta la sua profondità, quindi non siate troppo esigenti e smettetela di spaccare il capello in quattro.

★**SCORPIONE:** siete come Bram Stoker, siete i killer dello zodiaco e quindi per voi vale Killer, la bellissima canzone dei Van Der Graaf Generator: *Tu vivi nel fondo del mare e attacchi chiunque arrivi vicino a te, ma tu sei molto solo perché tutti gli altri pesci hanno paura di te*. Quindi toglievetevi gli occhiali neri, buttate a mare il vostro fantomatico mistero perché non avete bisogno di stare nascosti: siete così carini!

★**SAGITTARIO:** voi siete gli Indiana Jones dello zodiaco, sempre alla ricerca di orizzonti lontani; siete come Spinoza, che era del vostro segno: "Siccome Dio è ovunque, Dio è anche dentro di me, quindi io sono Dio!". Sapete tutto, insegnate all'idraulico come aggiustare i rubinetti e a Kant tutta la storia della filosofia. Datevi una controllata e governate il vostro spirito didascalico. Piuttosto insegnate al mondo come si fa a essere più umili.

★**CAPRICORNO:** voi siete pragmatici, freddi, razionali; siete un tir californiano che parte da Los Angeles e arriva in Alaska a 160 all'ora, fermandosi solo 5 minuti a Seattle per mangiare un piatto di spaghetti. Siete inarrestabili, siete fatti di ferro. Però la sera, dopo 20 ore di lavoro, ricordatevi della piccolina o del piccolino che c'è dentro di voi, che ha tanto bisogno di coccole. Sarete pure fatti di ferro, ma siete molto più teneri di quello che sembra.

★**ACQUARIO:** quando incontrate la felicità, decidete di andare da un'altra parte perché voi, incantati dalle forme, tendete a passare di fiore in fiore. Il vento va di qua e di là e non può essere fermato. Voi siete il segno della libertà, abbattete tutti i limiti, i confini e le barriere. Continuate a sparire come avete sempre fatto, senza farvi venire sensi di colpa, perché non sbagliate mai.

★**PESCI:** voi siete la magia. Non capite mai quello che avete capito o avete capito che capire significa non rimanere attaccati a quello che si è capito... ecco perché vi dimenticate di tutto e siete talmente incantati, in questo incantesimo che è la vita, che vi perdete ogni due o tre ore. Continuate così, a innamorarvi tre o quattro volte al giorno, senza mai farvi rapire da nessuno!

la superficie ➤ Oberfläche	la ricerca ➤ Suche, Forschung	il tir ➤ Lastwagen	il confine ➤ Grenze
la profondità ➤ Tiefe	l'idraulico ➤ Installateur	inarrestabile ➤ unaufhaltsam	sparire ➤ verschwinden
esigente ➤ anspruchsvoll	aggiustare ➤ reparieren	il ferro ➤ Eisen	il senso di colpa ➤ Schuldgefühl
smetterla ➤ mit etw. aufhören	il rubinetto ➤ Wasserhahn	le coccole pl. ➤ Streicheleinheiten	rimanere attaccato a qc. ➤ an. etw. hängen bleiben
spaccare il capello in quattro ➤ Haarspalterei betreiben	darsi una controllata ➤ sich beherrschen	incantato ➤ verzaubert	incantato ➤ verzaubert
il fondo ➤ Grund, Boden	governare ➤ regieren, hier: zügeln	passare di fiore in fiore ➤ von Blume zu Blume wandern	l'incantesimo ➤ Zauber
buttare ➤ werfen	didascalico ➤ schulmeisterlich	abbattere ➤ hier: niederreißen	innamorarsi ➤ sich verlieben
fantomatico ➤ imaginär	umile ➤ bescheiden	il limite ➤ hier: Schranke	rapire ➤ entführen

Zwei Ausgaben lesen, 33% sparen!

Lesen Sie zwei Ausgaben von ADESSO zum Vorteilspreis.



Faszination Italienisch:

Lernen Sie mit jeder Ausgabe mehr über die italienische Sprache, die Menschen und die Kultur Italiens.

Jetzt bestellen:

 adesso-online.de/
33-prozent



**33%
RABATT**

ADESSO 2024

SIE HABEN DAS JAHR MIT ADESSO VERPASST?

Kein Problem - Ganz einfach alle 14 Ausgaben nachbestellen und bis zu 25 % sparen!
Jetzt bestellen unter www.adesso-online.de/jahrgang2024



VIAGGI

- 01 Da Nord a Sud: 10 borghi ancora da scoprire
- 02 Noto, Modica, Caltagirone... le città barocche della Sicilia
- 03 Ischia - Campania
- 05 Pesaro, Capitale italiana della cultura 2024 - Marche
- 06 Tre itinerari in Sardegna fra mare e montagna
- 07 Venezia + Biennale Tipps
- 08 Il Gargano - Puglia
- 09 La Maremma - Toscana
- 10 Liguria slow: 5 borghi oltre le 5 Terre
- 11 Tre viaggi letterari: Trieste e Italo Svevo; Lago di Garda e Andrea Vitali; Napoli ed Elena Ferrante
- 13 Firenze e le sue storie
- 14 Civita di Bagnoregio - Lazio

LE GUIDE DI ADESSO

- 02 Pejo - Trentino-Alto Adige
- 03 Sant'Arcangelo di Romagna - Emilia-Romagna
- 05 Il Lago d'Idro - Lombardia
- 06 Montepulciano - Toscana
- 07 San Vito Lo Capo - Sicilia
- 08 Le Dolomiti friulane - Friuli-Venezia Giulia
- 09 I Castelli romani - Lazio
- 10 Grottammare - Marche
- 14 Cremona - Lombardia

L'ITALIA A TAVOLA

- 01 I cioccolatini italiani
- 02 Le noci
- 03 I sapori veri delle trattorie
- 05 L'orto in tavola - 5 ricette di primavera
- 06 Cosa mangiano i presidenti della Repubblica?
- 07 Chiavari e la cucina tipica della Liguria
- 08 Alles Spaghetti?
- 09 Mangiare in riva al mare: 8 ristoranti da non perdere
- 10 Il gelato gastronomico
- 11 Torino gourmet
- 13 Spritz a modo mio!
- 14 I vini della laguna di Venezia

COSTUME

#INSTAVIAGGIO

- 01 Gli ulivi millenari della Puglia
- 02 Il carnevale di Mamoiada in Sardegna
- 03 Napoli e il Vesuvio
- 05 Le gondole di Venezia
- 06 Bologna vista dall'alto
- 07 I riti arborei della Basilicata
- 08 In una miniera di sale in Sicilia
- 09 I faraglioni di Capri
- 10 La costa dei trabocchi in Abruzzo
- 11 La Fontana di Trevi, Roma
- 13 La Fondazione Prada, Milano
- 14 Il Teatro San Carlo, Napoli

CULTURA, SOCIETÀ POLITICA, ATTUALITÀ

L'ITALIA IN DIRETTA

- 01 Territorio: i Campi Flegrei, il vulcano più pericoloso d'Europa
- 02 TV: la RAI ai tempi della Meloni
- 03 Femminicidio: un'emergenza non solo italiana
- 05 Società: influencer e beneficenza
- 06 Giovani: manifestazioni e violenza
- 07 Politica: i 40 anni della Lega
- 08 Sanità: la fuga dei medici italiani
- 09 Elezioni europee: due donne al comando
- 10 Salute: la Sugar Tax
- 11 Ambiente: la sfida dell'idrogeno verde
- 13 Politica: l'autonomia differenziata
- 14 Attualità: la mafia negli stadi

STILE LIBERO

- 01 Corleone libera dalla mafia
- 02 70 anni di RAI
- 03 Caterina de' Medici, ambasciatrice dello stile italiano
- 05 Uguali, ma diversi... Evviva gli italiani!
- 07 Quando la moda diventa arte: Dolce&Gabbana
- 08 Calcio: quando il Pontedera ha vinto contro La Nazionale
- 09 Marco Polo e Il Milione: 700 anni tra realtà e fantasia
- 10 Italia, paese di centenari
- 11 Pane e coperto: usi e costumi al ristorante
- 13 30 cose che non vi abbiamo ancora raccontato sull'Italia
- 14 Amadeo P. Giannini, l'italiano che ha cambiato l'America

UNA STRADA, UNA STORIA

- 01 Via dei Malcontenti - Firenze
- 02 Piazza del Plebiscito - Napoli
- 03 Piazza dell'Amor perfetto - Genova
- 05 Piazza G. Mameli - Savona
- 06 Piazza Primo Maggio - Udine
- 07 Via Fiori Chiari, Via Fiori Oscuri - Milano
- 08 Via della Stufa - Lucca
- 09 Lungomare Raffaella Carrà - Bellaria Igea Marina
- 10 La Piazzetta - Capri
- 11 Via Santa Radegonda - Milano
- 13 Via del Babuino - Roma
- 14 Via dell'Amorino - Firenze

COSE

- 01 Il cornetto
- 02 Il Bignami
- 03 La Zenith 548
- 05 La liquirizia Amarelli
- 06 La chitarra per spaghetti

- 07 La coppola
- 08 I piatti Fornasetti
- 09 Le Friulane
- 10 Il Super Santos
- 11 L'ulivo
- 13 Le pastarelle
- 14 Emilio Pucci

LINGUA

PAGINE FACILI

- 01 La sfilata di moda
- 02 Musica dal vivo
- 03 Nuotare
- 05 La mostra d'arte
- 06 In enoteca
- 07 Ristrutturare casa
- 08 In autostrada
- 09 In traghetto
- 10 Le consegne online
- 11 La festa paesana
- 13 La redazione
- 14 In libreria

L'ITALIANO PER ESPRESSO

- 01 Gli indefiniti
- 02 Il participio passato
- 03 I composti di fare
- 05 Gli usi del futuro semplice
- 06 Il superlativo relativo
- 07 Le esclamazioni
- 08 Le preposizioni di e da
- 09 La posizione dell'aggettivo
- 10 La lettera s
- 11 L'articolo partitivo
- 13 I falsi amici
- 14 La concordanza dell'aggettivo

DIALOGANDO

- 01 Salute e benessere
- 02 Economia e finanza
- 03 In giro per negozi
- 05 Presentare e presentarsi
- 07 Viva gli sposi!
- 08 Esprimere disinteresse
- 09 In pizzeria
- 10 Tutti sui social
- 13 Equivoci e incomprensioni
- 14 Auguri e regali natalizi

SPECIALI

- 06 Fit für den Urlaub
Italienisch leicht gemacht mit 5 Mindmaps
- 14 Italienisch lernen mit Bestsellern der Literatur
+ 15 Extra Übungenn

SONDERAUSGABEN

- 04 Speciale Italia a piedi
43 Traumpfade zwischen Bergen und Meer, um das wahre Italien zu Fuß zu erleben.
- 12 Italienisch in Bildern
12 typisch italienische Bilder um sich Wortschatz, Grammatik und Alltagssprache besser einzuprägen

Sprachkurse und Sprachferien

Sizilien – Sprache und Kultur leben!

Italienisch Intensivkurs und Kochkurs in familiärer Atmosphäre mit erfahrener Lehrerin. Unterkunft und Verpflegung in kleinem Ort an der Küste in der Nähe von Palermo.

Tel: 0039-32 76 99 52 24

e-mail: rb.sicilia@hotmail.com

Tiziana l'Italiana

Sprachschule* & YouTube-Kanal
Italienisch mit Biss!



www.corso-italia.de – Tel. + 49 211 200 733 53 * auch online!

Italienisch lernen in Bergamo

www.italianoabergamo.it



Auch Online-Unterricht!

Learn English in Cornwall

ONLINE COURSES
NOW AVAILABLE

www.learnenglishincornwall.co.uk

Julie Tamblin MA - 0044 (0) 1208 871 184

italianme
scuola di lingua e cultura italiana
Die neue Art Italienisch in Florenz zu lernen.
Befreie den Italiener in dir!
Via Tornabuoni, 1 – Florenz – +39 552741464
info@italianme.it – www.italianme.it

Mola di Bari – Apulien
Abseits vom Massen-Tourismus
Italienisch lernen und erleben
Tel: 0049 8161 78 95 28
oder 0039 34 94 62 65 41
http://www.sprachferien-italien.de

scuola toscana
Italienisch in Florenz
-BILDUNGSURLAUB KURSE
ab € 284 / Woche
-FLORENZ ENTDECKEN
ab € 490 / Woche
-ITALIENISCH, WEIN & KÜCHE
ab € 470 / Woche
Scuola Toscana, Italienisch in Florenz seit 1989
Via dei Benci 23 - 50122 Firenze - Italia
tel. +39 055 244583 (h.8.30/13.00)
www.scuola-toscana.com
mail: info@scuola-toscana.com

**Wer hat denn gesagt,
im Winter ist das
Piemont nicht schön?**

Unser Winterangebot:
Sieben Nächte im gemütlichen
Appartement mit reichhaltigem
Frühstück und leckerem Mittagslunch,
zwanzig Stunden individueller
Sprachunterricht, ein Tagesausflug
mit Stadtführung nach Turin im
bequemen Minibus und ein
Abendessen in einem piemontesischen
Restaurant zum Winterpreis
von € 1.200,00 bei Aufenthalt
im Januar, Februar und März 2025.

www.la-cascina-dei-banditi.com

**Genusswoche
Lago Maggiore**

Wandern, Yoga, Italienisch lernen oder Zeichnen/Malen
Inkl. VP u. Kurs ab 980.- € · www.lagoerleben.de

Laboling

La scuola di italiano in Sicilia

ITALIENISCH LERNEN, SICILIEN GENIESSEN!

MILAZZO (Sizilien) +39 090 9283214

info@laboling.com – www.laboling.com


Studitalia
Sardinien

Italienisch lernen
Sprachferien in Olbia
www.studitalia.com

(0039) 333 2133760 infotiscali@studitalia.com

Ferienhäuser, -wohnungen

Caesar's Suite
RoMaisonettes
Ihre Wohnung in
Trastevere · Rom
via Benedetto Musolino, 23
www.airbnb.com/slink/EbVBbYMo


**Traumferien
Toskana**

Genießen Sie unsere renovierten
Naturstein-Landhäuser,
eingebettet in Olivenhaine
+ Weinreben, mit Pool,
Gartenanlagen + Terrassen in
Meernähe (Scarolino + Massa
Marittima), inkl. TV, GS,
WM + Wäsche.

Mehr unter www.chss.ch
E-Mail: info@chss.ch
Tel. +41 (0)41 340 48 84

**Kontakt für
Anzeigenkunden**

+49-89/85681-131

ZEIT SPRACHEN GmbH –
Ihr Ansprechpartner
für Beratung und Verkauf
sales@zeit-sprachen.de

ZEIT SPRACHEN

**Nächste
Anzeigentermine:**

Ausgabe	Anzeigenschluss
03/2025	10.01.2025
04/2025	31.01.2025
05/2025	21.02.2025



Diesen Text hier
kostenlos anhören!
[www.adesso-online.de/
audio-gratis/1](http://www.adesso-online.de/audio-gratis/1)



Mitten in Palermo gibt es die Straße der fliegenden Stühle – ein Straßennamen, der die Fantasie beflügelt. Wer jedoch meint, hier wären Geister oder ein paar Streithanseln am Werk gewesen, liegt komplett falsch.

TESTO **ELIANA GIURATRABOCCHETTI** ILLUSTRATIONE **CAROLINA ESPINOSA**

MEDIO

Probabilmente sarete d'accordo con me: via delle Sedie volanti è uno dei nomi più strani che si possano affibbiare a una strada. E sicuramente uno dei più simpatici. Siamo nel quartiere Capo, a Palermo, vicino al Teatro Massimo. Un nome singolare che viene interpretato in vari modi. Alcuni raccontano che in passato si sono viste all'improvviso delle sedie volare, spostate dai fantasmi. Secondo altri, il nome risale a un megalitigio fra gli abitanti di questa strada, conclusosi con un lancio di sedie. Per quanto interessanti, nessuna delle due interpretazioni si avvicina al vero motivo che ha portato a scegliere un nome così strano per questa via.

Un taxi del passato

Le sedie volanti che danno il nome alla strada altro non sono che le portantine che venivano usate per trasportare i nobili e gli aristocratici palermitani. La via, infatti, era piena di laboratori e artigiani che costruivano e custodivano questi particolari mezzi di trasporto nelle loro botteghe. Le portantine erano formate da due robuste aste di legno su cui veniva appoggiata la "sedia". Più il personaggio da trasportare era ricco e importante, più le portantine erano decorate e ornate. Venivano chiamate volanti perché, una volta collocate le aste di legno sulle spalle dei servitori, il nobile si trovava seduto sopra la testa dei passanti e sembrava volare. Questi mezzi non erano a uso esclusivo dei nobili o dei più ricchi della città. Anche un normale cittadino poteva affittare una portantina, se aveva bisogno di spostarsi per brevi tratti e non voleva sporcarsi scarpe e pantaloni. Praticamente una sorta di taxi del passato... L'uso delle portantine continuerà fino alla costruzione delle strade carrozzabili, intorno all'inizio del XIX secolo, quando verranno pian piano

sostituite dalle carrozze. Hanno resistito ancora un po' per assicurare trasporti veloci, quando il percorso prevedeva l'attraversamento di vicoli stretti, o per il trasporto dei defunti. Per vederle da vicino, a Palermo basta visitare il Museo etnografico Giuseppe Pitre a Villa Niscemi, dove sono esposti alcuni esempi.

Tutti a teatro

Una curiosità riguardante gli artigiani che costruivano le portantine è legata al teatro. Verso la fine del Settecento, all'interno del Piano della Marina, quella che è attualmente denominata piazza Marina, sorgevano numerosi "casotti" di legno. Si trattava di teatrini in cui si svolgevano rappresentazioni destinate al popolo. In questi particolarissimi palcoscenici andavano in scena le vastasate, farsette popolari che rappresentavano le storie dei cortili di Palermo. Ora, i cortili erano talmente stretti che tutti ascoltavano quello che succedeva nelle case dei vicini e invece di tenerselo per sé, lo raccontavano, ridicolizzandolo, ad altri vicini, e questi ancora ad altri. Alla fine, la storia era a conoscenza di tutta Palermo. Il termine vastasata deriva da vastaso, ossia "facchino", proprio colui che trasportava i nobili in giro per la città con le portantine, o sedie volanti, quelle che danno il nome alla via.

Il mercato del Capo

Via delle Sedie volanti si trova nel quartiere Capo, dove si svolge il mercato del Capo, uno dei quattro mercati storici di Palermo con la Vucciria, Ballarò e Borgo Vecchio. Fra i vari mercati palermitani, quello del Capo ha mantenuto il tipico aspetto di un suk orientale, con il suo intricato [*verschlungen*] labirinto di strette vie piene di bancarelle [*Verkaufsstände*]. Il mercato del Capo è da sempre legato al cibo e in particolare alla vendita della carne, dato che in passato nelle vicinanze si trovava il macello civico [*städtischer Schlachthof*].

Non stupitevi, quindi, se vedete quarti di carne appesi fuori dalle botteghe.



volante ➔ fliegend	l'asta di legno ➔ Holzstange	l'attraversamento ➔ Durchquerung
affibbiare ➔ geben	appoggiare ➔ hier: aufsetzen	il defunto ➔ Verstorbener
singolare ➔ einzigartig	ornare ➔ schmücken	la curiosità ➔ interessantes Detail
all'improvviso ➔ plötzlich	collocare ➔ platzieren	il Settecento ➔ 18. Jahrhundert
il fantasma ➔ Geist, Gespenst	il servitore ➔ Diener	sorgere ➔ stehen
il megalitigio ➔ Riesenstreit	il passante ➔ Fußgänger	il casotto ➔ Häuschen
concludersi ➔ enden	a uso esclusivo ➔ zur alleinigen Verwendung	il palcoscenico ➔ Bühne
il lancio ➔ Werfen	affittare ➔ mieten	la farsetta popolare ➔ volkstümliche Posse
avvicinarsi ➔ nahekommen	il tratto ➔ Strecke	il cortile ➔ Hof, Innenhof
la portantina ➔ Sänfte	una sorta di ➔ eine Art	ridicolizzare ➔ sich lustig machen über
il nobile ➔ Adeliger	la strada carrozzabile ➔ Fahrstraße	derivare da ➔ sich ableiten
il laboratorio ➔ Werkstatt	sostituire ➔ ersetzen	il facchino ➔ Gepäckträger
l'artigiano ➔ Handwerker	la carrozza ➔ Kutsche	
costruire ➔ bauen	il percorso ➔ Route	
la bottega ➔ Ladengeschäft		

L'Italia che legge

DI LUCA VITALI



IL LIBRO DEL MOMENTO

Dimmi di te

CHIARA GAMBERALE

DAL LIBRO

Avevo stremato la mia adolescenza oltre ogni limite, ancora mangiavo poco o niente durante il giorno e poi la notte aprivo il freezer e facevo fuori una vaschetta di gelato, nella mansarda di quel quartiere per studenti fuori sede dove abitavo, ogni sera sul divano poteva addormentarsi un mio amico, un'amica, persone che come me dopo le sette, finito di lavorare, dovevano improvvisare il seguito.

Einaudi, 216 pagine, € 18

PERCHÉ HA SUCCESSO

MEDIO La protagonista del libro è una persona indipendente e di successo, in cui si riconoscono molte donne del nostro tempo. Una volta raggiunta l'indipendenza, dopo anni di lavoro e scelte coraggiose, arriva il momento del dubbio. Si chiede allora chi è, se è rimasta fedele ai propri ideali, se è cresciuta e se qualcosa è cambiato, se non tutto. Quale equilibrio lega i sogni che avevamo da giovani alla vita che conduciamo oggi? Con grande delicatezza, Gamberale muove dalla propria biografia e arriva ad abbracciare la vita di molti.

DI COSA PARLA

Una quarantenne romana, scrittrice indipendente, con molti amici e una figlia allevata da sola, dopo l'isolamento della pandemia si ritrova a fare i conti con i propri bisogni e con la disponibilità offerta dai genitori, che un tempo aveva criticato e disprezzato. L'incontro con un amico di gioventù la porta a cercare quelli che in passato erano stati, tra gli amici, i suoi modelli, per confrontarsi con loro e con quello che hanno fatto della loro vita.

COSA NE PENSO IO

Il libro rispecchia la nostra società privilegiata e decadente, che ha perso la capacità di confrontarsi con la vita. I problemi sono superficiali, legati alle chiacchiere comuni, alle notizie. Si vive senza cuore ed emozioni. Ma a volte, come in questo libro, le cose vanno diversamente: scatta qualcosa, una ferita comincia a sanguinare e risveglia la nostra forza emotiva, la voglia di vivere la nostra vita, perché ci siamo resi conto che è l'unica che abbiamo.

CHI È L'AUTRICE

Chiara Gamberale, romana, ha studiato Discipline dell'arte e dello spettacolo a Bologna, poi ha lavorato a lungo in radio e televisione, iniziando parallelamente la carriera di scrittrice. Ha alle spalle un matrimonio con lo scrittore Emanuele Trevi (Premio Strega 2020 con *Due vite*) e una bambina nata dalla sua attuale relazione. Tra le tante iniziative culturali, ha dato vita a *Procidia* racconta, un piccolo ma pregevole festival letterario che si tiene ogni anno nell'isola campana.

PERCHÉ HA SUCCESSO

indipendente ➤ unabhängig

di successo ➤ erfolgreich

la scelta ➤ Entscheidung

il dubbio ➤ Zweifel

abbracciare ➤ umfassen

DI COSA PARLA

allevare ➤ aufziehen

fare i conti ➤ hier: sich auseinandersetzen

disprezzare ➤ verachten

confrontarsi ➤ sich vergleichen

COSA NE PENSO IO

rispecchiare ➤ widerspiegeln

le chiacchiere pl. ➤ Geschwätz

scattare ➤ aufreißen

la ferita ➤ Wunde

rendersi conto ➤ sich bewusst werden

CHI È L'AUTRICE

l'arte f. ➤ Kunst

lo spettacolo ➤ hier: Schauspiel, darstellende Kunst

avere alle spalle ➤ hinter sich haben

il Premio Strega: bedeutender ital. Literaturpreis

la relazione ➤ Beziehung

pregevole ➤ hier: erstklassig

campano ➤ kampanisch

DAL LIBRO

stremare ➤ erschöpfen, hier: ausreizen

l'adolescenza ➤ Jugend

oltre ogni limite ➤ bis zum Äußersten

fare fuori ➤ vertilgen

improvvisare ➤ improvisieren

il seguito ➤ Fortsetzung, hier: weiterer Abend



RACCONTI GRATIS DAL WEB

Leggendo Cheever

MEDIO Che cosa hanno in comune un racconto di Cheever, una donna nuda e un uomo che non sa cosa fare, ma ha una grande immaginazione? Cinzia Petri mescola questi elementi e tira fuori un racconto piacevole, che scorre veloce. Alla fine è tutto vero o solo immaginazione? Sta al lettore cercare di capirlo, proprio come in un racconto di Cheever.

GENERE: letterario

LINGUA: facile

Cinzia Petri, *Leggendo Cheever*
Il racconto si può leggere al link:



RACCONTI GRATIS DAL WEB

avere in comune ➔ gemeinsam haben

nudo ➔ nackt

l'immaginazione f. ➔ Fantasie, Vorstellungskraft

mescolare ➔ mischen

scorrere veloce ➔ schnell erzählt sein

stare a qc. ➔ jmd. zustehen



DAL NOSTRO SCAFFALE

24 ore a... Napoli

FACILE Perfetta per chi ha poco tempo e vuole andare dritto al sodo, questa guida tascabile è un concentrato di informazioni utili e interessanti. Grazie alle brevi storie a fumetti di Cristina Portolano, poi, non c'è spazio per la noia! Il lettore può scegliere tra otto itinerari, dal classico *Il cuore di Napoli*, ai più insoliti, come *Gioielli naturali* e *Rainbow City*. Il primo percorso porta alla scoperta delle aree verdi, il secondo racconta i luoghi e la storia della tolleranza di Napoli verso le diverse identità di genere. Non mancano consigli per mangiare, fare shopping e sulle attività da non perdere.

Cristina Portolano, *Napoli. Itinerari a fumetti per una giornata in città*
24 ore Cultura, 112 pagine, € 12

DAL NOSTRO SCAFFALE

andare dritto al sodo ➔ direkt zur Sache kommen

a fumetti ➔ comicartig

la noia ➔ Langeweile

l'itinerario ➔ Route

insolito ➔ ungewöhnlich

la scoperta ➔ Entdeckung

l'identità di genere ➔ Geschlechteridentität

perdere ➔ hier: verpassen

Schon gewusst?

1725

MEDIO Il 2 aprile del 2025

si festeggiano i 300 anni della nascita di **Giacomo Casanova**. Nato a Venezia nel 1725, Casanova è stato un vero gentiluomo [Kavalier] del suo tempo. Non era un aristocratico, ma ha frequentato i migliori salotti [Salons] dell'epoca, in giro per tutta l'Europa. Raffinato e colto [gebildet], è ricordato soprattutto come spregiudicato [skrupellos] libertino [Freigeist, Libertin]. Ha raccontato le sue avventure amorose e la sua vita fino all'estate del 1774 nella **Storia della mia vita**. L'opera è stata scritta in francese tra il 1789 e il 1798, l'anno di morte dell'autore, e pubblicata postuma intorno al 1825. La prima traduzione italiana, in 22 volumi, è uscita solo nel 1924-26.

Forse non tutti sanno che, con più di 5.000 pagine, il volume è considerato **il romanzo più lungo di tutti i tempi**.

Nel 2010 la Bibliothèque Nationale de France ha acquistato [acquistare: erwerben] il manoscritto originale da un erede [Erbe] del suo editore [Verleger], il tedesco Brockhaus, per 7,5 milioni di euro.

Secondo la tradizione,
se mangiate pochi
minuti dopo la
mezzanotte dell'ultimo
dell'anno, le **lenticchie**
portano soldi e
fortuna!



**Diesen Text hier
kostenlos anhören!**
[www.adesso-online.de/
audio-gratis/1](http://www.adesso-online.de/audio-gratis/1)



Le lenticchie

Gesund sind sie, aber viel wichtiger ist eine andere Eigenschaft der Linsen. Und die kennt in Italien jedes Kind.

TESTO SALVATORE VIOLA

MEDIO AUDIO

Le lenticchie sono un alimento sano, anzi sanissimo, soprattutto se associate a pasta o cereali. Questo può dirvelo un qualunque nutrizionista. Un qualunque italiano, invece, vi dirà che le lenticchie, tra le tante virtù, ne hanno una che non ha niente a che fare con la scienza dell'alimentazione. Da Bolzano a Canicattì tutti sanno che il prezioso legume ha una proprietà magica, soprattutto se viene consumato con qualche fetta di cotechino, o di zampone, in un momento preciso: pochi minuti dopo la mezzanotte dell'ultimo giorno dell'anno, ovvero nei primi minuti dell'anno nuovo. Qual è, dunque, questa proprietà? Le lenticchie portano soldi! Soldi e fortuna! Lo so, è una superstizione. Ma quello delle lenticchie a Capodanno è un'usanza talmente radicata (e gustosa) che nessuno sente il bisogno di rinunciarvi. Ovviamente la tradizione è antichissima. Risale al tempo dei Romani che, in occasione del Capodanno, regalavano un sacchetto di lenticchie con l'augurio che, durante l'anno, si trasformassero in monete. E il cotechino? Un'antica credenza, risalente al Medioevo, associa il maiale e la sua carne alla ricchezza e all'abbondanza. Mangiarne il primo dell'anno è un modo per auspicare, a sé e alla propria famiglia, un buono e prospero anno nuovo. E lo stesso auguriamo a voi che ci leggete.

la lenticchia ➤ Linse	il cotechino: würzige Kochwurst aus Schweinefleisch	in occasione di ➤ anlässlich
l'alimento ➤ Lebensmittel	lo zampone: gefüllter Schweinsfuß	l'augurio ➤ Wunsch
associare ➤ kombinieren	la superstizione ➤ Aberglaube	la credenza ➤ Glaube
il/la nutrizionista ➤ Ernährungsberater, -in	l'usanza ➤ Brauch	il Medioevo ➤ Mittelalter
la virtù ➤ Wirkung, Eigenschaft	radicato ➤ verwurzelt	l'abbondanza ➤ Überfluss
il legume ➤ Hülsenfrucht	rinunciare ➤ hier: aufgeben	auspicare ➤ wünschen
la proprietà ➤ Eigenschaft	risalire a ➤ zurückgehen auf	prospero ➤ erfolgreich



FACILE



- 1 il puntale
- 2 la pallina
- 3 la ghirlanda di luci
- 4 l'albero di Natale
- 5 la poltrona
- 6 i biscotti e il latte per la Befana
- 7 i regali
- 8 il fiocco
- 9 le caramelle
- 10 il biglietto di auguri
- 11 le impronte/le orme
- 12 il fuoco
- 13 il caminetto
- 14 la calza della Befana
- 15 i dolciumi
- 16 i Re Magi
- 17 l'oro
- 18 l'incenso
- 19 la mirra
- 20 la candela
- 21 il calendario
- 22 l'Epifania/
il 6 gennaio
- 23 la ghirlanda,
la decorazione
- 24 la Befana
- 25 la scopa
- 26 il cappello
- 27 la legna
- 28 il sacco
- 29 il carbone
- 30 la tenda
- 31 la finestra

La Befana vien di notte...

...con le calze tutte rotte, con le toppe alla sottana, viva viva la Befana! Questa che avete appena letto è una filastrocca per bambini dedicata alla Befana. Sapete chi è? In Italia lo sanno tutti! È una vecchia signora che somiglia a una strega e vola su una scopa per portare dolci e regali ai bambini. Quindi è una specie di Babbo Natale? Non proprio! Diciamo che fa concorrenza a Babbo Natale e alle sue renne. La Befana, infatti, arriva il 6 gennaio, festa che in italiano si chiama Epifania. Avete notato l'assonanza? A pagina 46 potete scoprire il legame tra la parola Epifania e la parola Befana.

Per avere i doni della Befana, i bambini appendono una calza al caminetto (se c'è) oppure in cucina o nel salotto, sotto l'albero di Natale. Se i bambini sono stati bravi, la mattina del 6 gennaio troveranno la calza piena di dolci e, spesso, anche qualche piccolo regalo. Se sono stati cattivi, troveranno solo carbone. Sì, ma non vi preoccupate: è carbone di zucchero e si può mangiare! La festa della Befana conclude tutte le feste di Natale. Infatti un proverbio italiano dice che "l'Epifania tutte le feste si porta via". Il 6 gennaio, in Italia, il presepe finisce la sua funzione. I tre Re Magi, che in italiano si chiamano Gaspere, Melchiorre e Baldassarre, arrivano a destinazione e danno i loro doni a Gesù Bambino: oro, incenso e mirra. È anche un po' la festa dei nonni, dato che la Befana è immaginata come una vecchietta. Quindi il 6 gennaio, festa della Befana, tutta la famiglia si riunisce.

la calza ➤ Socke, Strumpf	il regalo ➤ Geschenk	concludere ➤ abschließen
la toppa ➤ Flicken	Babbo Natale ➤ Weihnachtsmann	le feste (pl.) di Natale ➤ Weihnachtsfeiertage
la sottana ➤ (Unter)Rock	la renna ➤ Rentier	il proverbio ➤ Sprichwort
viva! ➤ es lebe!	l'Epifania ➤ Dreikönigstag	il presepe ➤ Krippe
la filastrocca ➤ Kinderreim	il dono ➤ Geschenk	i tre Re Magi ➤ Heilige Drei Könige
dedicato a ➤ jmdm. gewidmet	appendere ➤ (auf)hängen	Gesù Bambino ➤ Jesuskind
somigliare a ➤ etw./jmdm. ähneln	il caminetto ➤ Kamin	l'incenso ➤ Weihrauch
la strega ➤ Hexe	il salotto ➤ Wohnzimmer	i nonni pl. ➤ Großeltern
volare ➤ fliegen	l'albero di Natale ➤ Christbaum	riunirsi ➤ hier: zusammenkommen
la scopa ➤ Besen	cattivo ➤ schlimm, böse	
	il carbone ➤ Kohle	

OCCHIO ALL'IMMAGINE!

Osserva il disegno e rispondi alle domande scegliendo l'opzione giusta.



L'AUTORE

**MARCO
MONTEMARANO**

Dozent für Italienisch,
Übersetzer, Sprecher,
lebt in München seit
über 20 Jahren.
Seit 1996 schreibt
er die *Pagine facili*.

- | | | | |
|---|------------------------------------|--|-------------------------------------|
| 1. Quanti bambini ci sono nella stanza? | ☐ tre | ☐ cinque | ☐ due |
| 2. Di che colore sono le calze della Befana? | ☐ arancio | ☐ arancioni | ☐ arancione |
| 3. I regali sono... | ☐ incartati | ☐ accartocciati | ☐ scartati |
| 4. La bambina guarda ... finestra. | ☐ alla | ☐ dalla | ☐ la |
| 5. Sul calendario è cerchiato il ... gennaio. | ☐ sei | ☐ sesto | ☐ 6° |
| 6. La legna è ... camino. | ☐ sopra il | ☐ dietro al | ☐ accanto al |
| 7. Due bambini... | ☐ dorme | ☐ dormite | ☐ dormono |
| 8. La Befana sulla scopa... | ☐ vola | ☐ corre | ☐ salta |

Soluzioni: 1. tre 2. arancioni 3. incartati 4. dalla 5. sei 6. accanto al 7. dormono 8. vola



FACILE

DIALOGO

Annalisa, Giuliano e la Befana

Annalisa: Quando hai smesso di credere alla Befana?

Giuliano: Avevo 8 anni. Eravamo a casa mia e stavo appendendo la calza al forno, in cucina. Ancora me la ricordo. Era rossa.

Annalisa: E che cosa è successo?

Giuliano: È arrivata la zia Patrizia. Mi ha visto e ha detto che ero troppo grande per credere alla Befana.

Annalisa: E tu come hai reagito?

Giuliano: Mi sono messo a piangere e sono andato in camera mia.

Annalisa: E poi?

Giuliano: Mia zia è venuta da me e mi ha detto che potevo ricevere i dolci lo stesso.

Annalisa: E come?

Giuliano: Semplice: bastava lasciare la calza in cucina e non dire ai miei genitori che non credevo più alla Befana. Allora sono andato in cucina e ho finito di appendere la calza.

Annalisa: E dopo?

Giuliano: La mattina dopo, il 6 gennaio, l'ho trovata piena di dolci. C'erano caramelle e cioccolatini. E naturalmente c'era anche un grande pezzo di zucchero nero, che rappresentava il carbone. Era il mio preferito.

Annalisa: E fino a quanti anni è arrivata la Befana?

Giuliano: L'ultima volta avevo 15 anni, credo.

credere ➔ glauben

appendere ➔ hängen

il forno ➔ Ofen

mettersi a piangere ➔ anfangen zu weinen

ricevere ➔ bekommen

lo stesso ➔ hier: trotzdem

la caramella ➔ Bonbon

il cioccolatino ➔ Praline

rappresentare ➔ darstellen

il carbone ➔ Kohle

Esercizio 1

F

Completa le frasi.

- Giuliano ha smesso di credere alla Befana a _____ anni.
- La Befana è andata da lui fino ai _____ anni.
- La calza era di colore _____.
- La mattina dopo c'erano caramelle e _____.
- Lo zucchero nero rappresentava il _____.

Esercizio 2

F

Rispondi alle domande.

- Come si chiama la zia? _____
- Dov'è appesa la calza? _____
- Dove va a piangere Giuliano? _____
- Il pezzo di zucchero è piccolo? _____
- Il carbone è il dolce preferito di Giuliano? _____

Esercizio 3

F

Metti una crocetta sulla risposta giusta nel test a scelta multipla.

- | | | |
|---|---|---|
| 1. La Befana sembra...
a. una scopa
b. una strega | 4. La Befana distingue tra bimbi buoni e bimbi...
a. mali
b. cattivi | 6. I Re Magi portano oro, incenso e...
a. mirra
b. birra |
| 2. Il 6 gennaio si festeggia l'arrivo dei tre...
a. Re Magi
b. Re Maghi | 5. I bimbi che non sono stati buoni ricevono del...
a. carbone
b. bicarbonato | 7. La Befana vola su...
a. un tappeto
b. una scopa |
| 3. La Festa della Befana è il...
a. 31 dicembre
b. 6 gennaio | | 8. La Befana lascia i dolci in...
a. uno stivale
b. una calza |

Soluzioni

Esercizio 1: 1. 8 (otto) 2. 15 (quindici) 3. rosso 4. cioccolatini 5. carbone

Esercizio 2: 1. Patrizia 2. in cucina 3. nella sua camera 4. no 5. sì

Esercizio 3: 1. b; 2. a; 3. b; 4. b; 5. a; 6. a; 7. b; 8. b.



DILLO MEGLIO!

ADESSO 1/2025

Welches Verb passt noch besser?

fare un gol

TRADUZIONE

ADESSO 1/2025

Ein deutsches Wort hat im Italienischen mehrere Bedeutungen.

Mein Opa ist 85, aber immer noch in sehr guter **Verfassung**.

1948 ist die italienische **Verfassung** in Kraft getreten.

FOTOPAROLE

ADESSO 1/2025



1.



2.

VOCABOLARIO

ADESSO 1/2025

La serie televisiva

- | | |
|-----------------------|---------------------------------|
| 1. la stagione | 7. il/la protagonista |
| 2. la puntata | 8. la piattaforma streaming |
| 3. l'episodio pilota | 9. la trama |
| 4. il finale | 10. la trasposizione televisiva |
| 5. la sigla iniziale | |
| 6. l'attore/l'attrice | |

AGGETTIVI CON PREPOSIZIONE

ADESSO 1/2025

Welche Präposition folgt?

Anna è **invidiosa** sua sorella.

L'ORDINE DELLA FRASE

ADESSO 1/2025

Sortieren Sie die Wörter und bilden Sie einen Satz.

noi / Sara / ho / a / se / con / chiesto / vuole / venire

FRASI DI TUTTI I GIORNI

ADESSO 1/2025

Sie sind im Urlaub in Italien und müssen eine Fahrkarte für die öffentlichen Verkehrsmittel kaufen. Sie wissen nicht, welche Option die beste ist und bitten einen Passanten um Hilfe.

„Guten Tag, könnten Sie mir mit den Tickets helfen? Wir sind vier Personen, zwei Erwachsene und zwei Kinder, und wir möchten die Verkehrsmittel für das ganze Wochenende nutzen. Können Sie mir sagen, welche die beste Option ist?“

MODI DI DIRE FIGURATI

ADESSO 1/2025



stare con le mani in mano



TRADUZIONE

ADESSO 1/2025

Mio nonno ha 85 anni, ma è ancora in ottime
condizioni psicofisiche.

Nel 1948 entrò in vigore la **Costituzione** italiana.

DILLO MEGLIO!

ADESSO 1/2025

segnare un gol

[ein Tor schießen]

VOCABOLARIO

ADESSO 1/2025

Die TV-Serie

- | | |
|------------------------------------|-----------------------|
| 1. Staffel | 7. Hauptfigur, |
| 2. Folge | Hauptrolle |
| 3. Pilotfolge | 8. Streaming- |
| 4. Finale | Plattform |
| 5. Titelmelodie | 9. Handlung |
| 6. Schauspieler/
Schauspielerin | 10. Fernsehadaptation |

FOTOPAROLE

ADESSO 1/2025



**il panettone
i panettoni**



**lo stivale
gli stivali**

L'ORDINE DELLA FRASE

ADESSO 1/2025

Ho chiesto a Sara se vuole venire con noi.

[Ich habe Sara gefragt, ob sie mit uns mitkommen will.]

AGGETTIVI CON
PREPOSIZIONE

ADESSO 1/2025

invidioso di

Anna è **invidiosa di** sua sorella.

MODI DI DIRE FIGURATI

ADESSO 1/2025

Oziare, non fare nulla [untätig sein].

Smettila di **stare con le mani in mano** e
aiutami a sistemare [aufräumen] la cantina!

FRASI DI TUTTI I GIORNI

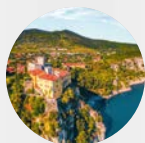
ADESSO 1/2025

“Buongiorno, mi scusi, potrebbe aiutarmi a fare il biglietto? Siamo in quattro, due adulti e due ragazzi sotto i 14 anni, e vogliamo usare i mezzi per tutto il fine settimana. Sa mica dirmi qual è l'opzione migliore?”



OGGI TI RACCONTO...

Tipp: Erst hören, dann lesen! Hörtext dazu in
ADESSO AUDIO 1/2025. Hier erhältlich:
adesso-online.de/einzelausgaben



DUINO

C'è un sentiero, dalle mie parti, dove io torno sempre quando ho bisogno di pensare. Si chiama Sentiero Rilke perché il grande poeta tedesco Rainer Maria Rilke amava passeggiare qui, all'inizio del Novecento. Io, che sono di Trieste, ho preso tutte le decisioni più importanti della mia vita su questo sentiero. Non è molto lungo. Inizia a Duino, dove c'è il castello dei principi di Torre e Tasso (in tedesco *Thurn und Taxis*) e finisce due chilometri e mezzo più a est, nella località di Sistiana. Io di solito scendo dall'autobus in questa località perché mi piace fare il sentiero al contrario. Sì, perché il sentiero è sul mare e, tra gli scogli, capita di vedere il castello. Per me il castello di Duino è importante. Mentre cammino sul Sentiero Rilke lo vedo sempre più vicino, e così il castello diventa

il simbolo dell'obiettivo che voglio raggiungere. La decisione di sposarmi con Carlo, la decisione di cambiare lavoro e di diventare insegnante, la decisione di costruire una casa alla periferia di Trieste. Tutte queste decisioni le ho prese avvicinandomi al castello di Duino. Ogni volta, mentre cammino lungo questi due chilometri e mezzo, guardando il mare, l'orizzonte, il cielo e il castello sempre più vicino, mi sono detta: sì, ce la farò! E ogni volta le mie decisioni si sono rivelate giuste.

il sentiero ➤ Wanderweg	di solito ➤ für gewöhnlich
dalle mie parti ➤ in der Gegend, aus der ich komme	scendere ➤ aussteigen
passeggiare ➤ spazieren	al contrario ➤ hier: in umgekehrter Richtung
il Novecento ➤ 20. Jahrhundert	lo scoglio ➤ Fels
prendere una decisione ➤ eine Entscheidung treffen	l'obiettivo ➤ Ziel
il castello ➤ Schloss	costruire ➤ bauen
	la periferia ➤ Umgebung
	farcela ➤ es schaffen
	rivelarsi ➤ sich erweisen

Tutto chiaro?

F

Decidi se le seguenti affermazioni sono vere o false.

- | | |
|---|--|
| 1. La protagonista è di Duino. | ☐ vero ☐ falso |
| 2. Inizia le sue passeggiate da Sistiana. | ☐ vero ☐ falso |
| 3. Quello che si vede è il castello di Udine. | ☐ vero ☐ falso |
| 4. È sposata con Carlo. | ☐ vero ☐ falso |
| 5. Fa la lavandaia. | ☐ vero ☐ falso |
| 6. Ha costruito una casa al centro di Trieste. | ☐ vero ☐ falso |
| 7. Il sentiero è intitolato a un poeta tedesco. | ☐ vero ☐ falso |
| 8. Rilke veniva qui all'inizio del Novecento. | ☐ vero ☐ falso |

Soluzioni: 1. falso 2. vero 3. falso 4. vero 5. falso 6. falso 7. vero 8. vero



MEDIO

L'ITALIANO PER FARE BELLA FIGURA

DI GIOVANNA IACONO

tirarsela

Nella lingua parlata e in contesti informali capita spesso di sentire questa parola, che ha un significato diverso da quello del verbo tirare, da cui deriva. Tirarsela vuol dire **avere un atteggiamento altezzoso, superbo, di superiorità, credersi importanti, attribuirsi importanza** (spesso senza un vero motivo), **sentirsi al di sopra degli altri e anche vantarsi, pavoneggiarsi, darsi delle arie**. Insomma, una persona che se la tira non è considerata simpatica.

- **Accidenti** quanto se la tira quella! Da quando ha ottenuto la promozione si sente al di sopra di tutti, ma chi si crede di essere!
- **Mi raccomando**, adesso non iniziare a tirartela solo perché ti hanno preso come comparsa in un film!
- Non **sopporto** le persone che se la tirano, trovo il loro atteggiamento davvero patetico e irritante.
- Riccardo viene da una famiglia **benestante** e se l'è sempre tirata **un sacco**.
- **Sbaglio** o a questa festa le ragazze sembrano tirarsela tantissimo? Sì, sono carine, ma **non più di tanto**!

tirarsela ➔ sich aufspielen

derivare ➔ sich ableiten

l'atteggiamento ➔ Verhalten

altezzoso ➔ hochmütig

superbo ➔ überheblich

vantarsi ➔ prahlen

pavoneggiarsi ➔ sich brüsten,
sich spreizen wie ein Pfau

darsi delle arie ➔ angeben,
sich wichtig machen

accidenti! ➔ du meine Güte!

mi raccomando ➔ hier: tu mir den Gefallen,
bitte

sopportare ➔ ertragen

benestante ➔ wohlhabend

un sacco ➔ wahnsinnig viel

sbagliare ➔ irren

non più di tanto ➔ nicht allzu sehr

L'ANGOLO DELL'ETIMOLOGIA

DI DANIELA MANGIONE

Il nome della vecchietta che, secondo la tradizione, chiude le **feste natalizie**, ci riporta al fatto centrale di questa giornata di festa: l'arrivo della cometa e dei **tre Re Magi** alla **mangiatoia** dove è nato Gesù, Dio che si manifesta agli uomini. Deriva infatti dal **termine** greco **epipháneia**, che significa "manifestazione, **apparizione**", poi diventa **epiphania** in latino e **befania** nella lingua volgare. Un cambio d'accento ed ecco il nome della vecchietta che **vola** sulla **scopa** il 6 gennaio, la Befana.



Befana

le feste (pl.) natalizie ➔ Weihnachtsfest,
hier: Weihnachtszeit

i tre Re Magi ➔ Heilige Drei Könige

la mangiatoia ➔ Krippe

il termine ➔ Begriff

l'apparizione f. ➔ Erscheinung

volare ➔ fliegen

la scopa ➔ Besen



...

Mein Mann kann gut kochen.

MIO MARITO **SA** CUCINARE **BENE**.

SA

Presente indicativo del verbo sapere

Il verbo tedesco **können** si traduce in due modi:

1. Con **sapere**, quando indica la **capacità** o l'abilità [*Fähigkeit*] **di fare qualcosa** perché abbiamo imparato a farla
 - ▶ Non so sciare, perché non ho mai imparato.
 - ▶ - Sai suonare la chitarra? - No, non so suonare nessuno strumento musicale.
2. Con **potere**, quando indica la **possibilità di fare qualcosa** [*Möglichkeit*] oppure **avere il permesso di fare qualcosa**
 - ▶ Oggi non posso sciare, perché ho un dolore alle ginocchia.
 - ▶ Se volete, potete già aprire i regali.

BENE

Avverbio

L'avverbio **bene** si usa per descrivere un verbo, un'azione: in questo caso, **cucinare**. È invariabile

- ▶ Ho scoperto da poco un ristorantino dove si mangia bene.
- ▶ Parli molto bene l'italiano.

Attenzione: il tedesco **gut** si traduce invece con **buono** (*buona, buoni, buone*) quando ha la **funzione di un aggettivo** e serve quindi a descrivere il sostantivo a cui si riferisce

- ▶ Questi dolci sono buoni, anzi deliziosi!
- ▶ Faccio molti esercizi per avere una buona pronuncia.

Esercizio 1



Scegli l'opzione corretta.

1. Il mio nipotino ha quasi un anno e *sa/può* già camminare.
2. Mi mancano alcuni ingredienti. Non *so/posso* fare la torta.
3. Mi *sapreste/potreste* dare un passaggio?
4. Luca *sa/può* suonare il piano divinamente: ha imparato da piccolo.
5. Se oggi sei senza macchina, *sai/puoi* usare la mia.
6. Complimenti, *sai/puoi* parlare un ottimo italiano!
7. Stasera non *sappiamo/possiamo* giocare a calcio: il campo è già prenotato.

Esercizio 2



Completa con *bene* o *buono*, facendo le modifiche necessarie.

1. Questo vino non è _____, sa di tappo!
2. Brava, giochi _____ a tennis!
3. La tua carbonara è molto _____, la cucini proprio _____.
4. Accipicchia, come canti _____!
5. Nonostante l'età, mio nonno ha una _____ memoria e ricorda _____ molti particolari.
6. Quanto sono _____ le tagliatelle fatte in casa!

Soluzioni

Esercizio 1: 1. sa 2. posso 3. potreste 4. sa 5. puoi 6. sai 7. possiamo

Esercizio 2: 1. buono 2. bene 3. buona, bene 4. bene 5. buona, bene 6. buone



CI VEDIAMO E CI PARLIAMO?

...
*Könnten Sie bitte eine Übersicht
 über die verschiedenen Funktionen
 von „ci“ geben?*

E. Rossmann, Inning

La **particella** ci si usa:

- con i verbi riflessivi alla prima persona plurale ► *Ci laviamo e ci vestiamo.*
- come pronomi diretto e indiretto ► *Ci vedete? Ci date il libro?*
- con significato di “a questo, a qualcosa, a qualcuno, con qualcuno, con qualcosa”:
 ► *Non voglio pensarci (= a questo)!*
 ► *Che bei limoni... cosa ci (= con questi limoni) fai?*
- **al posto di** nomi di luoghi o di spazi, con le preposizioni *in, a o da*:
 ► *Abiti a Milano? Sì, ci abito da due anni.*
 ► *Sei andato a cena da Luigi? Sì, ci sono andato ieri.*

la **particella** ► Partikel

al posto di ► anstatt

Esercizio 1



Sostituisci la parte evidenziata con **ci**, collocandolo al posto giusto.

1. Ti sei abituata [abituarsi: sich gewöhnen] **al clima nordico**?
2. Non mi rassegno [rassegnarsi: sich abfinden] **alla sua decisione**.
3. Abito ancora **da mia madre**.
4. Non credi **a quello che dico**?
5. Non è mai stata **in Sicilia**.
6. **Dal dentista** vado una volta all'anno.
7. Non credo **all'oroscopo**.
8. Devi riuscire **a smettere** [aufhören] **di fumare**.
9. Vado **in palestra** alle 21.
10. Va **a teatro** con mia sorella.

LA PARTICELLA CI

Lessico

Alcuni verbi, collegati a **ci**, cambiano significato:

- **volerci** = essere necessario
 ► *Per comprare quell'appartamento in centro ci vogliono troppi soldi.*
- **contarci** = fare affidamento [sich darauf verlassen]
 ► *Mi aiuti? Ci conto!*
- **metterci** = impiegare tempo
 ► *Ci metterò un paio di giorni a terminare quel lavoro.*
- **starci** = accettare
 ► *Andiamo a teatro stasera? - Ci sto!*
- **sentirci, vederci** = avere la capacità/possibilità di sentire e vedere
 ► *La mamma non ci vede bene senza occhiali e non ci sente se non parli ad alta voce.*
- **esserci** = esistere, trovarsi
 ► *Ma quanta gente c'è oggi alla cassa?*
- **entrarci** = avere a che fare
 ► *Cosa dici? Non c'entra niente!*

Curiosità

Ci mancherebbe è un'espressione tipica della lingua parlata. Si può usare come risposta a “Grazie” o anche quando qualcuno ci chiede un favore. Sottolinea che fare un piacere a quella persona non è difficile per noi e non c'è quindi bisogno di ringraziamenti. Corrisponde a **Figurati! Figuriamoci!** **Si figurì!**, che spesso accompagnano questa espressione:

- *Grazie per avere annaffiato [annaffiare: gießen] le piante in mia assenza. - Figurati! Ci mancherebbe!*
- *Posso aspettarti qui seduto? - Certo, ci mancherebbe!*



Esercizio 2

M

Inserisci i seguenti verbi al posto giusto:

ci sono • c'entra • ci sto • ci conto • ci vuole • ci senti • ci vogliono • ci contiamo • ci mettete • c'è

1. Andrea, ma bene o no?
2. Da Milano a Bergamo meno di un'ora.
3. Bella idea! Io!
4. anche dei bambini nonostante il film sia per adulti.
5. Telefonami!
6. Ma quanto a vestirvi? Vi sto aspettando da un'ora!
7. Lui non nulla in questa faccenda [Angelegenheit].
8. Per andare sulla neve gli scarponi [Bergschuhe].
9. Ti aspettiamo a cena puntuale.
10. già lo zucchero nel caffè?

Esercizio 3

D

Come si dice in tedesco?

1. Ci vado domani.
2. Ci deve riuscire.
3. Ci vediamo domani pomeriggio?
4. Ci spedirà la fattura via mail.
5. Non ci credo!
6. Scriveteci!
7. Ci passiamo ogni mattina.
8. Chi ci dorme?
9. Non ci hai convinto.
10. Ridiamoci sopra!



L'AUTRICE

ANNA MANDELLI

Lehrerin für Italienisch
als Fremdsprache,
Lehrbuchautorin, didaktische
Beraterin, Lehrerfortbildnerin
und CELI-Prüferin beantwortet
Ihre Fragen und klärt
Zweifelsfälle der Grammatik
und Linguistik.

Soluzioni

Esercizio 1: 1. Ti ci sei abituata? 2. Non mi ci rassegnò. 3. Ci abito ancora. 4. Non ci credi? 5. Non ci è mai stata. 6. Ci vado una volta all'anno. 7. Non ci credo. 8. Devi riuscirci/Ci devi riuscire. 9. Ci vado alle 21. 10. Ci va con mia sorella.

Esercizio 2: 1. Andrea, ma ci senti bene oppure no? 2. Da Milano a Bergamo ci vuole meno di un'ora. 3. Bella idea! Io ci sto! 4. Ci sono anche dei bambini nonostante il film sia per adulti. 5. Telefonami! Ci conto. 6. Ma quanto ci mettete a vestirvi? Vi sto aspettando da un'ora! 7. Lui non c'entra nulla in questa faccenda. 8. Per andare sulla neve ci vogliono gli scarponi. 9. Ti aspettiamo a cena puntuale. Ci contiamo. 10. C'è già lo zucchero nel caffè?

Esercizio 3: 1. Ich gehe morgen dorthin. 2. Er muss es schaffen. 3. Treffen wir uns morgen Nachmittag? 4. Er wird uns die Rechnung per E-Mail senden. 5. Ich glaube nicht daran! 6. Schreibt uns! 7. Wir kommen hier jeden Morgen vorbei. 8. Wer schläft hier? 9. Du hast uns nicht überzeugt. 10. Lass uns darüber lachen!

UNA SERATA A TEATRO

Chiara e Matteo hanno assistito a uno spettacolo e, dopo aver ritirato i cappotti dal guardaroba, stanno uscendo dal teatro.



- Chiara:** Uno spettacolo bellissimo, non trovi? Che interpretazione intensa, brillante, tutti veramente bravi! Che emozione!
- Matteo:** Sì, anche a me è piaciuto molto... Proviamo a uscire da questo lato, mi sembra che ci sia meno calca.
- Chiara:** Eh sì, hanno fatto il pienone, tutto esaurito. Siamo stati fortunati a trovare i biglietti.
- Matteo:** Li avevo prenotati un bel po' di tempo fa e, come ben sai, ci sono costati un occhio della testa.
- Chiara:** Ne è valsa la pena, però. I nostri erano tra i posti migliori: in platea, quinta fila, al centro.
- Matteo:** Sì, è vero: acustica perfetta e ottima visibilità del palco.
- Chiara:** Ma hai visto che scenografia, che costumi! Pensa che il direttore artistico è un giovane esordiente.
- Matteo:** Mica male, è partito col botto. Eravamo tutti in piedi ad applaudire, anche dopo che il sipario era calato.
- Chiara:** Neanche un fischio... niente a che vedere con l'ultima volta che siamo venuti a teatro. Allora sì che i fischi volavano! Un vero e proprio fiasco! Eppure le recensioni che avevo letto erano tutte buone, mah...
- Matteo:** Sì, mi ricordo, eri così entusiasta di vedere... la messinscena in chiave contemporanea di un dramma greco, giusto?
- Chiara:** Esatto, forse avevo aspettative troppo alte... Che delusione! Gli attori recitavano proprio male... Alla fine del primo atto sarei già voluta andare via.
- Matteo:** Dai, per fortuna stasera ci siamo rifatti con questo capolavoro.
- Chiara:** E tra due settimane saremo al Teatro dell'Opera per vedere il balletto, non sto nella pelle! Senti, che ne dici se andiamo a mangiarci qualcosa?
- Matteo:** Perché no? Anche se, a dir la verità, non ho tanta fame.
- Chiara:** E ci credo! Nella pausa, al bar del foyer, ti sei fatto fuori ben due tramezzini!
- Matteo:** Non è colpa mia se hai voluto prenderti soltanto un prosecco!
- Chiara:** Rallenta un po', con questo abito lungo e stretto non riesco a starti dietro, per non parlare di questi tacchi alti...
- Matteo:** Ehm, non te l'ho ancora detto, sei elegantissima!



L'AUTRICE

GIOVANNA IACONO

Seit 2009 Autorin von ADESSO Übungsheft, Sprachredakteurin bei ADESSO und Lehrerin für Italienisch.

lo spettacolo ➤ Aufführung	la scenografia ➤ Bühnenbild	la delusione ➤ Enttäuschung
che emozione! ➤ wie aufregend!	esordiente ➤ am Anfang stehend	recitare ➤ spielen
la calca ➤ Gedränge	partire col botto ➤ ein grandioses Debüt geben	rifarsi ➤ etw. wieder wettmachen
fare il pienone ➤ ausverkauft sein	il sipario ➤ Vorhang	non stare nella pelle ➤ es nicht mehr erwarten können
tutto esaurito ➤ ausverkauft	il fischio: Pfiff (als Zeichen der Ablehnung wie Buh-Rufe)	mangiare qualcosa ➤ eine Kleinigkeit essen
costare un'occhio della testa ➤ ein Vermögen kosten	la messinscena ➤ Inszenierung	farsi fuori qc. ➤ etw. verputzen
valere la pena ➤ sich lohnen	in chiave contemporanea ➤ hier: modern	il tacco ➤ Absatz
la platea ➤ Parkett	le aspettative pl. ➤ Erwartungen	
la fila ➤ Reihe		
il palco ➤ Bühne		



IL GLOSSARIO DEL TEATRO

l'acustica	- Akustik
l'applauso	- Applaus
l'atto unico	- Einakter
l'attore, l'attrice	- Schauspieler, -in
il botteghino, la cassa	- Kasse
la buca	- Souffleurkasten, Orchestergraben
il camerino	- Umkleide
il cartellone	- Spielplan, Programm
la compagnia teatrale	- Theaterensemble
il copione	- Skript, Drehbuch
i costumi	- Kostüme
il direttore artistico, il regista	- künstlerischer Leiter, Regisseur
il fiasco	- Fiasco, Reinfall
la fila	- Reihe
i fischi	- Pfiffe (als Zeichen der Ablehnung wie Buh-Rufe)
la galleria	- Rang, Galerie
l'intervallo	- Pause
l'intreccio, la trama	- Handlung
il libretto	- Libretto
la loggia	- Loge
la maschera	- Maske
la messinscena	- Inszenierung
l'orchestra	- Orchester
l'opera teatrale	- Theaterstück
il palco, il palchetto	- Loge, Bühne
il palcoscenico	- Bühne
la platea	- Parkett
il posto numerato	- nummerierter Sitzplatz
la prima	- Premiere
la prova generale	- Generalprobe
le quinte	- Kulissen
la rappresentazione	- Aufführung, Spiel
il ruolo, la parte	- Rolle
la scenografia	- Bühnenbild
il sipario	- Vorhang
lo spettacolo	- Aufführung
lo spettatore	- Zuschauer
la stagione teatrale	- Theatersaison
andare in scena	- aufgeführt werden
debuttare	- debütieren
interpretare	- spielen, interpretieren
mettere in scena	- inszenieren
recitare	- spielen
replicare	- wiederholen

1 Cosa dici?

M

Trova nel testo le parole o espressioni giuste.

1. Molte persone ammassate.

2. Iniziare qualcosa in maniera esaltante, con successo.

3. Equivale a "attendo con grande impazienza": non sto...

4. L'espressione colloquiale che significa "finire completamente (di mangiare qualcosa)":

2 I verbi

M

Scegli l'opzione corretta.

1. È stato un successo: il pubblico entusiasta si è alzato in piedi e ha applauso/applaudito a lungo.
2. L'attore protagonista ha recitato/giocato in modo magistrale, intendendo/interpretando un ruolo piuttosto difficile.
3. Qualcuno in platea ha iniziato a fischiettare/fischiare: non era soddisfatto dell'interpretazione e dell'acustica del teatro.
4. Lo spettacolo intraprende/debutta a fine gennaio. La prima si tiene il 26 e poi si replica/risponde per tutta la settimana.

3 Chi canta?

F

Scopri nella sequenza di lettere i nomi di sei cantanti del teatro d'opera (o teatro lirico). Indica poi se si tratta di una voce femminile (F) o maschile (M).

sopranotenorebaritonomezzosopranobassocontralto

- | | |
|--------------|--------------|
| 1. _____ F/M | 4. _____ F/M |
| 2. _____ F/M | 5. _____ F/M |
| 3. _____ F/M | 6. _____ F/M |

Soluzioni

Esercizio 1: 1. calca 2. partire col (con il) botto 3. nella pelle 4. fare/farsi fuori

Esercizio 2: 1. applaudito 2. recitato, interpretando 3. fischiare 4. debutta, replica

Esercizio 3: 1. soprano (F) 2. tenore (M) 3. baritono (M) 4. mezzosoprano (F) 5. basso (M) 6. contralto (F)

IL NOSTRO PARLAR NUOVO

Die Wörterbücher haben wieder Zuwachs bekommen: *boppone*, *sgrammatura*, *mobilità dolce* und andere Wörter haben sich ihre Plätze verdient. Ein Resümee aktueller Wortschöpfungen.

TESTO DANIELA MANGIONE

Durante l'anno appena finito, abbiamo ascoltato nei discorsi di tutti i giorni parole nuove e parole che si sono "risvegliate". Quella forse più pronunciata, scritta e letta, è **sostenibilità**. La troviamo ovunque: oltre 148 milioni di occorrenze in Rete, oltre a quelle del rispettivo aggettivo, che ne conta poco più di 80 milioni, per un totale di quasi 230 milioni. Il concetto è quasi un mantra, probabilmente perché ci siamo finalmente accorti anche in Italia che la sostenibilità è proprio necessaria. È sostenibile un detersivo, un dentifricio, un maglione da indossare... ma anche la confezione di una crema, la politica, un percorso di vacanza, un albergo. E soprattutto, la mobilità. Accanto alla **mobilità sostenibile**, quella con mezzi meno inquinanti possibile, c'è anche la nuova **mobilità dolce**, quella di biciclette, bici assistite e monopattini. La sostenibilità in ambito elettronico è espressa dall'aggettivo **ecodigitale**, termine che il Nuovo Devoto-Oli registra quest'anno per la prima volta. Si parla continuamente di **transizione green** e di **isolamento termico**. Sono nati nuovi termini anche per definire il caos che ci circonda. Per esempio, il Nuovo Zingarelli ci dice che si sta diffondendo il sostantivo **degenero** per indicare un'enorme confusione in un dato ambiente: "Più che un compleanno è stato un degenero!". Tra i giovani



è nato anche **gieffino**, nome che definisce un partecipante alla trasmissione televisiva del Grande Fratello. Entra nel vocabolario anche un modo per definire lo stato di euforia e scarso controllo di chi è sotto l'effetto di stupefacenti: la **fattanza**. Ed entra nel Devoto-Oli un nuovo modo di indicare una canzone **orecchiabile** e ritmata: è il **boppone**, dall'inglese giovanile *bop*, che si usa per indicare una bella canzone. In economia fa capolino la **sgrammatura**: una strategia commerciale che consiste nel mantenere uguali i prezzi alleggerendo il contenuto delle confezioni. In ambito politico, Treccani riporta nel 2024 la locuzione **campo largo**, che esiste da tempo, ma negli ultimi tempi compare spesso in discussioni e programmi di partiti della coalizione di sinistra: oltre 11 milioni di risultati in Rete. Tra le parole più gustose del Nuovo Zingarelli 2025 c'è **fregula**, la celebre pasta di semola sarda a pallini. Forse il neologismo più utile tra quelli registrati è un verbo di cui avevamo già parlato nel 2015 [vedi ADESSO 2/2015] e che, datato 2024, entra nel Treccani e nel Nuovo Devoto-Oli: **colazionare**. In realtà risale all'Ottocento e Niccolò Tommaseo diceva al riguardo che "taluno lo dice, ma non è bello". Provate a dire al barista: "Buongiorno, vorremmo colazionare". Probabilmente sorriderà.

Per approfondire*

- ♦ Vocabolario Devoto Oli 2025, Le Monnier
volume cartaceo: € 72,80; versione digitale: € 16,99.
- ♦ Nuovo Vocabolario Zingarelli 2025, Zanichelli

versione cartacea: € 82; versione digitale: € 13,10.

- ♦ Treccani, vocabolario online: www.treccani.it/enciclopedia/elenco-opere/Vocabolario_on_line

* I prezzi sono indicativi

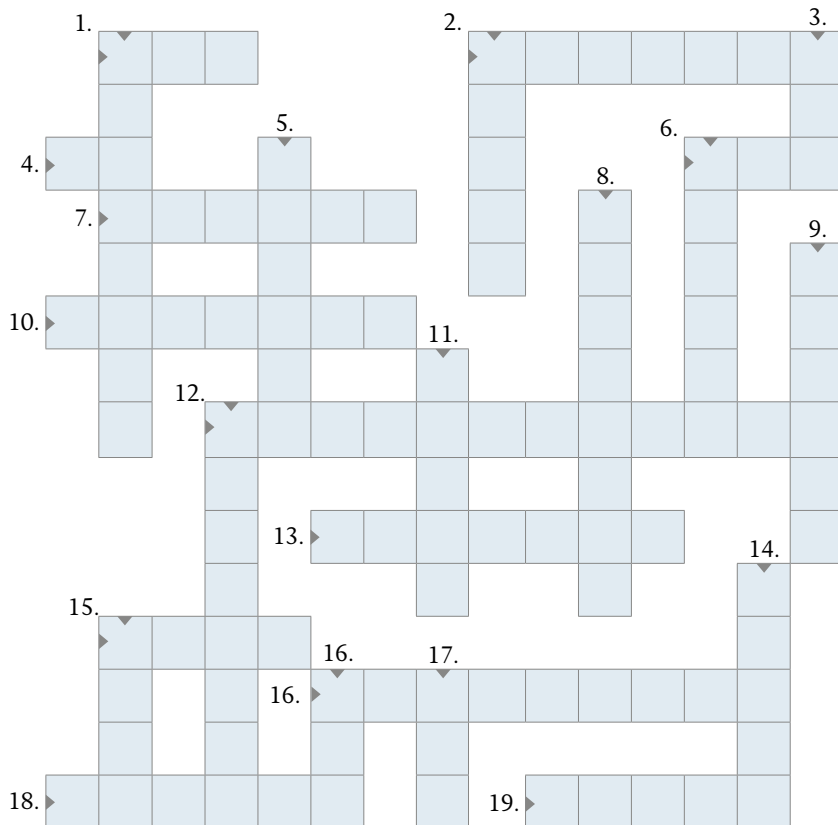
il discorso ➔ Gespräch	inquinante ➔ umweltschädlich	il degenero : etwas, das ausgeartet ist	il contenuto ➔ Inhalt
risvegliarsi ➔ zu neuem Leben erwachen	la mobilità dolce ➔ sanfte Mobilität	dato ➔ bestimmt	il campo largo ➔ „breites Feld“
la sostenibilità ➔ Nachhaltigkeit	la bici assistita ➔ E-Bike	scarso ➔ gering	comparire ➔ auftauchen
l'occorrenza ➔ hier: Treffer	il monopattino ➔ Roller	lo stupefacente ➔ Droge	il partito ➔ Partei
per un totale di ➔ insgesamt	l'ambito ➔ Bereich	la fattanza : zugehörnter Zustand	la pasta di semola ➔ Weizengrießpasta
accorgersi ➔ erkennen	la transizione green ➔ ökologischer Wandel	orecchiabile ➔ eingängig	a pallini ➔ kugelförmig
il detersivo ➔ Waschmittel	l'isolamento termico ➔ Wärmedämmung	il boppone ➔ Ohrwurm	colazionare ➔ frühstücken
la confezione ➔ Verpackung, Packung	circondare ➔ umgeben	fare capolino ➔ auftauchen	l'Ottocento ➔ 19. Jahrhundert
il percorso ➔ Route, Strecke	diffondersi ➔ sich verbreiten	la sgrammatura : Shrinkflation, versteckte Preiserhöhung durch Mogelpackungen	al riguardo ➔ dazu
il mezzo ➔ hier: Fahrzeug		alleggerire ➔ hier: reduzieren	taluno ➔ mancher



MEDIO

DIFFICILE

CRUCIVERBA



Verticali:

1. Io spendevo, tu spendevi, lei...
2. Un sinonimo di *tutto bene* è *tutto a...*
3. Il plurale di *ala*.
5. Il participio passato di *potere*.
9. Il contrario di *spenti*.
11. ... ultimi sondaggi risulta che il candidato di destra è favorito.
12. Il contrario di *astratto*.
15. Ho letto il libro dall'inizio alla...
16. Sono una coppia, lei è astronoma e ... fa il commercialista.
17. Io vado, tu ..., lui va.



Orizzontali:

1. Una delle attrazioni di Roma è la Cupola di ... Pietro.
2. Il capoluogo della Basilicata.
4. Ti voglio bene! Per ... tu sei molto importante.
6. ..., sette, otto.
12. Noi contatteremo, voi...
18. Il plurale di *metodo*.
19. In tutto il ... ci sono quasi 200 nazioni.



INDOVINELLO

RATEN SIE MAL!

Ha una serratura ma non una porta.

Soluzione: il lucchetto [Vorhängeschloss]

Soluzioni 14/2024



ESSERE SE STESSI

Authentisch sein, wie gut das klingt! Aber wo verläuft der schmale Grat zwischen sich selbst treu sein und der moralischen Verpflichtung, sich an soziale Normen anzupassen?

DIFFICILE

Essere più autentici possibile, seguire i propri desideri e vivere le emozioni senza pensare cosa sarebbe opportuno fare: un proposito invidiabile per il nuovo anno o una pericolosa illusione? I bambini sono spontanei per natura e per questo li adoriamo, ma sappiamo anche che certi comportamenti “senza filtri” possono offendere gli altri. Quindi, da adulti, abbiamo imparato a riconoscere le situazioni in cui è necessario fingere, o addirittura mentire, per soddisfare le aspettative altrui. Fin da piccoli accettiamo le regole che arrivano dai grandi – stai composto, non fartela addosso, non urlare, non piangere – e le integriamo nel nostro sistema di valori personali, fino a trasformare le pretese esterne in desideri. Eppure ogni tanto, magari mentre dispensiamo complimenti e lodi, o simuliamo interesse e partecipazione, ci sentiamo “falsi”. Ci conforta anche solo l’idea di vivere in maniera autentica e di rompere con gli obblighi sociali. Ma basta

seguire la propria volontà per essere fedeli a se stessi? Gli psicologi dicono che, per trovare la motivazione intrinseca e gli obiettivi della nostra vita, è necessario avere consapevolezza di sé e delle proprie emozioni. L’intelligenza emotiva, secondo Daniel Goleman, che ha coniato questo concetto nel secolo scorso, è l’integrazione del nostro pensiero razionale con le informazioni che arrivano dalle emozioni. Non vogliamo solo sapere di essere autentici, ma anche quando è importante esserlo. E allora, come fare a ripristinare quel perfetto “sistema wi-fi emotivo” con cui veniamo al mondo, dopo che è stato metodicamente disattivato venendo a contatto con il mondo che ci circonda? Il neonato percepisce il clima emotivo intorno a sé: cresce e prospera, se c’è amore e attenzione; piange e si agita, se mancano. Poi impara ad adattarsi e, a mano a mano che cresce, accetta che la soddisfazione dei propri desideri non sia sempre allineata con la motivazione interna. Sa che l’armonia sociale si basa sul compromesso. È sufficiente riattivare le nostre antenne emozionali per connetterci in maniera autentica? Di nuovo, arrivano in aiuto gli psicologi, suggerendo che in fondo sono solo parole. Si può partire proprio dal linguaggio per alleggerire il giudizio morale legato all’autenticità. Non parliamo più di finzione, meglio definirla flessibilità funzionale. L’adattamento stesso è un fattore di crescita e maturità. A proposito, secondo voi il camaleonte è autentico?



L'AUTRICE

RENATA BELTRAMI

Buchautorin und unermüdliche Beobachterin von Trends im Alltagsleben, liefert Denkanstöße und Kurioses, Neues und Wissenswertes, aktuell recherchiert.

Ihre Meinung

ist gefragt

adesso@zeit-sprachen.de



il desiderio	➤ Wunsch
opportuno	➤ passend
il proposito	➤ Vorsatz
invidiabile	➤ beneidenswert
il comportamento	➤ Verhalten
offendere	➤ kränken
 fingere	➤ sich verstellen
mentire	➤ lügen
soddisfare	➤ erfüllen
altrui	➤ anderer

stare composto	➤ gerade sitzen/steht, sich benehmen
farsela addosso	➤ (sich) in die Hose machen
il valore	➤ Wert
la pretesa	➤ Anspruch
dispensare	➤ verteilen
la lode	➤ Lob
confortare	➤ trösten
l'obbligo	➤ Verpflichtung

intrinseco	➤ in uns innenwohnend, innerer
avere consapevolezza	➤ sich bewusst sein
coniare	➤ prägen
ripristinare	➤ wiederherstellen
il neonato	➤ Neugeborenes
percepire	➤ wahrnehmen
prosperare	➤ gedeihen
agitarsi	➤ hier: unruhig sein
adattarsi	➤ sich anpassen

allineato	➤ übereinstimmend
sufficiente	➤ ausreichend
connettersi	➤ hier: eine Verbindung herstellen
suggerire	➤ hier: deutlich machen
alleggerire	➤ lockern
il giudizio	➤ Urteil
legato a	➤ verbunden mit
la maturità	➤ Reife
il camaleonte	➤ Chamäleon

Il castello reale di Sarre, nei pressi di Pila, Valle d'Aosta.

WARUM PILA?



- perché si scia circondati dalle cime più alte della Valle d'Aosta: Cervino, Monte Rosa, Monte Bianco e Gran Paradiso
- perché si arriva sulle piste direttamente da Aosta



Pila

Die wichtigsten Viertausender auf einen Blick?
Die Bergstation Couis im Skigebiet Pila bietet ein atemberaubendes
Panorama auf die schönsten Gipfel – im Sommer wie im Winter!

TESTO ELIANA GIURATRABOCCHETTI

MEDIO AUDIO

Un balcone sulla valle

La Valle d'Aosta è la regione più piccola d'Italia, ma neanche qui è difficile trovare luoghi che lasciano senza fiato. La cresta del Couis per esempio, a 2.800 metri di quota. Quando si arriva lassù, sembra di essere in paradiso. Spesso, soprattutto di mattina presto, la valle scompare sotto un manto di nuvole, mentre la cresta è illuminata dal sole e circondata dai maestosi grandi Quattromila delle Alpi occidentali: il Cervino, il Monte Rosa, il Monte Bianco e il Gran Paradiso. Immersi in questa meraviglia della natura, si capisce davvero la grandezza della montagna. Salire sulla cresta del Couis non è un'impresa destinata solo ai più arditi, anzi! Per arrivare comodamente a destinazione basta prendere seggiovie e funivie. Questa montagna, infatti, fa parte del com-prensorio sciistico di **Pila**, uno dei più grandi e attrezzati della Valle d'Aosta, e non solo.



Qui: la stazione di arrivo della telecabina Couis 1. **Sotto:** il Bike stadium. **Nell'altra pagina:** forme di Fontina Dop; il castello di Sarriod de la Tour; le tegole, i tipici biscotti della Valle d'Aosta.



meglio di un **aperitivo** con il naso all'insù, per godere della vista sempre spettacolare. Da non perdere la **cena ad alta quota**. Mangiare immersi nel bosco e nel silenzio rotto soltanto dai suoni della natura è un'esperienza indimenticabile, soprattutto se a portarvi fin lassù ci pensa il gatto delle nevi. Il comprensorio di Pila può essere raggiunto in circa mezz'ora direttamente da Aosta grazie a una telecabina. E a proposito di telecabina, la novità dell'inverno 2025 è l'apertura della nuovissima **telecabina Couis 1**, a 10 posti, che copre il tratto Pila-Couis in soli 15 minuti. La stazione di arrivo ha una particolarissima forma a stella, con le punte orientate verso le principali vette della Valle d'Aosta.

PARADISO DELLO SCI

70 chilometri di discese suddivise in 27 piste, 4 nere, 19 rosse e 4 blu. La più alta a 2.700 metri di altitudine. Non solo. C'è anche uno **snowpark**, Areaeffe, per salti e acrobazie da fare con gli sci e con lo snowboard. Insomma, se vi piace sciare, Pila è il posto che fa per voi. I più esperti possono cimentarsi sulle piste a Chamolé, Couis e Platta de Grevon, provando le piste rosse, ben battute, o le piste nere, dove le gobbe sono naturali e la neve più morbida, per godersi appieno l'avventura. E se un giorno avete voglia di qualcosa di diverso, mettetevi le ciaspole ai piedi e godetevi i numerosi percorsi, tutti bellissimi e con i monti più alti della regione sempre in vista. Dopo una giornata sulla neve, niente è

IL BELLO DELL'ESTATE

E in estate? Fra mountain bike, escursioni e passeggiate, di sicuro non vi annoierete. Se siete appassionati di bici, il **Bike stadium** è il vostro regno: una decina di tracciati e discese ripide da fare a tutta velocità, per i più spericolati. Pila è una delle mete più gettonate d'Europa, in estate, per questo tipo di attività. Se preferite una vacanza più tranquilla, scegliete fra le tante escursioni e passeggiate, adatte a tutti i livelli. Una delle più belle è quella che porta al **lago di Chamolé** (2.329 metri), da cui si gode una vista meravigliosa sul Monte Bianco. Partendo da Pila, si prosegue fino alla seggiovia Chamolé (2.314 metri) e da qui, seguendo le indicazioni, si arriva al lago in circa 20 minuti. Se siete stanchi, potete prendere direttamente la seggiovia Pila-Chamolé e fare a piedi solo l'ultimo tratto. (www.pila.it)



la cresta ➤ Grat, Kamm

la quota ➤ Höhe

scompare ➤ verschwinden

illuminare ➤ anstrahlen

circondare ➤ umgeben

il Cervino ➤ Matterhorn

immerso ➤ inmitten

l'impresa ➤ Unterfangen

ardito ➤ wagemutig

la seggiovia ➤ Sessellift

la funivia ➤ Seilbahn

il comprensorio sciistico ➤ Skigebiet

attrezzato ➤ ausgestattet

la discesa ➤ Abfahrt

l'altitudine f. ➤ Höhe

il salto ➤ Sprung

fare per ➤ das Richtige sein für

cimentarsi ➤ sich versuchen

battuto ➤ hier: präpariert

la gobba ➤ Buckel

la ciaspola ➤ Schneeschuh

il percorso ➤ Tour

il silenzio ➤ Stille

rompere ➤ unterbrechen

indimenticabile ➤ unvergesslich

il gatto delle nevi ➤ Pistenraupe

la telecabina ➤ Seil-, Gondelbahn

a proposito di ➤ apropos

il tratto ➤ Strecke

la forma a stella ➤ Sternform

DA GUSTARE

Che si scelga di affrontare le piste innevate in inverno o i sentieri immersi nel verde in estate, la giornata finisce sempre nello stesso modo: seduti a tavola. Le specialità sono tante, tutte ghiotte e di certo non leggere. Ma tutto sommato siamo in montagna e dopo una bella sciata, un'arrampicata o una passeggiata bisogna rifocillarsi. Si inizia con un tagliere di formaggi e salumi serviti con miele e pane nero. Fra i primi non mancano la fontina, tipica della zona, e la toma, mentre i salumi locali sono il lardo d'Arnad e la mocetta, carne salata ed essiccata nei fienili. Per continuare, si può scegliere la fonduta a base di fontina, la polenta o la cotoletta alla valdostana, ripiena di fontina e prosciutto. Come dolce, una fetta di torta di mele o qualche tegola, biscotti preparati con nocchie, mandorle e vaniglia e dalla tipica forma a disco sottile. Infine provate il caffè valdostano, preparato con grappa e genepi, un liquore alle erbe tipico della Valle d'Aosta, che viene servito nella caratteristica coppa dell'amicizia, con diversi beccucci da cui bere.



NEI DINTORNI

Per trascorrere un giorno senza sci, si possono visitare numerosi castelli [Burgen].

► Il **castello reale di Sarre** era residenza di caccia [Jagdesidenz] di Vittorio Emanuele II. Nelle sue stanze si trovano trofei [Trophäen] e materiali relativi alla caccia.

► A Saint-Pierre il **castello di Sarriod de la Tour** che è un maniero [Schloss, Palast] medievale da visitare per il cosiddetto "soffitto [Decke] delle teste", realizzato nel Quattrocento [15. Jahrhundert]. Si tratta di un soffitto formato da 171 mensole [Kragsteine] da cui si affacciano piccole teste in legno di mostri, animali fantastici o draghi, che hanno la funzione di sorprendere o spaventare [erschrecken] chi entra nella stanza.

► Il **castello di Aymavilles**, oggi casa-museo per la collezione dell'Académie Saint-Anselme, la più antica istituzione culturale valdostana, si riconosce già da lontano per le quattro torri bianche. Inoltre sulla strada che da Aymavilles conduce a Cogne c'è il maestoso **ponte-acquedotto romano** alto 56 metri e lungo 50.

www.valledaostaheritage.com

la punta ➤ Spitze

la vetta ➤ Gipfel

l'escursione f. ➤ Ausflug

appassionato ➤ begeistert

il regno ➤ Reich

il tracciato ➤ Strecke, hier: Trail

ripido ➤ steil

spericolato ➤ wagemutig

gettonato ➤ beliebt

proseguire ➤ (weiter)gehen

affrontare ➤ in Angriff nehmen

innevato ➤ verschneit

il sentiero ➤ Wanderweg

l'arrampicata ➤ Klettertour

rifocillarsi ➤ sich stärken

il tagliere ➤ Platte

la fontina: halbharter Kuh-Rohmilchkäse

la toma: würziger halbfetter Almkäse

il lardo: Rückenspeck vom Schwein

la mocetta: Rohschinken aus abgelagerter, mit Kräutern gewürzter Keule von Rind, Ziege oder Gämse

essiccato ➤ getrocknet

il fienile ➤ Heuschöber

la fonduta ➤ Fondue

a disco ➤ scheiben-

il genepi: milder Kräuterlikör aus der Schwarzaute

l'erba ➤ Kraut

il beccuccio ➤ Ausguss, Schnabel

Marina Berlusconi

Geschäftstüchtig wie der Papa, aber ohne seine politischen Ambitionen.
Marina Berlusconi mangelt es dennoch nicht an Macht und Einfluss.
Nun wurde sie – wie schon einst ihr Vater – zum Cavaliere ernannt.

MEDIO ÜBUNGSSHEFT



C'è un nuovo Cavaliere in casa Berlusconi: è Marina

Vanity Fair, 31 ottobre 2024

Marina Berlusconi guida l'impero del padre, il Cavaliere. Da lui ha preso il senso degli affari, ma non l'amore per la politica. Eppure, anche senza un partito, Marina oggi è una delle "influencer" più ascoltate e rilevanti in Italia.

”

BIOGRAFIA



LUOGO E DATA DI NASCITA
Milano,
10 agosto 1966.

STATO CIVILE
È sposata con Maurizio Vanadia, ex [ehemalig] primo ballerino del Teatro alla Scala, ed è madre di Gabriele e Silvio.

SEGNI PARTICOLARI
Non è laureata e non è presente sui social. Suo figlio Silvio è nato il 29 settembre, lo stesso giorno del nonno.

Una foto di tanti anni fa, nel lontano 1977, li ritrae insieme. Padre e figlia sono nelle stanze del Quirinale per la nomina a Cavaliere del Lavoro di Silvio Berlusconi. A quei tempi, il papà aveva ancora tutti i capelli e stava costruendo un nuovo quartiere a Milano: "Milano 2". Nella foto guarda l'amata figliuola con occhi sorridenti. Gli stessi occhi, lo stesso sguardo che Marina ha ereditato,



insieme alle grandi responsabilità per l'impero economico costruito dal padre nei decenni. Marina Berlusconi è dal 2005 presidente del colosso industriale e finanziario Fininvest e guida già dal 2003 la casa editrice Mondadori. Lo scorso ottobre il presidente della Repubblica italiana, Sergio Mattarella, ha nominato **Cavaliere del Lavoro** anche lei. "Dedico questo riconoscimento a mio padre, – ha detto Marina emozionatissima, – che nel 1977 ricevette lo stesso titolo. Silvio Berlusconi resterà per sempre il Cavaliere". Oggi che Berlusconi non c'è più, Marina divide con suo fratello Pier Silvio la bellezza del 53,5 % del gruppo Fininvest. Non ci sono dubbi, è lei una delle manager più potenti e delle donne più facoltose d'Italia. Già nel 2008, nella classifica di *Forbes*, Marina era al nono posto fra le ereditiere più ricche al mondo, con un patrimonio stimato sui 9,5 miliardi di dollari. *The Hollywood Reporter* la considera, nel settore dei media, tra le 20 persone più influenti del mondo. Per suo padre Silvio, era lei la prediletta. Il Cavaliere è scomparso nel giugno 2023 e tanti, in Italia, si chiedono quando Marina "scenderà in campo", sostituendolo al comando di Forza Italia. Certo, Marina e gli altri quattro figli di Berlusconi hanno appena investito 100.000 euro ciascuno per salvare il partito dal crac finanziario, ma a tutti quelli che attendono il suo passo definitivo in politica, Marina

Europeista convinta, ha fondato un nuovo marchio editoriale con l'intento di dare più forza "al pensiero liberale e democratico, contro ogni forma di totalitarismo".

risponde nello stesso modo: "Assolutamente no, né oggi, né in futuro". Anche se, indirettamente, interviene. Quando, nell'ottobre 2022, suo padre litigò con Giorgia Meloni per la nomina dei ministri, fu Marina a "ri-cucire" i rapporti fra l'anziano presidente di Forza Italia e la nuova premier Meloni. Tutti, in Italia, hanno letto una bella intervista al *Corriere della Sera* in cui Marina – che è sposata e madre di due figli – si dichiara a favore del diritto all'aborto, del fine vita e delle minoranze Lgbtq+. "Ognuno dev'essere libero di scegliere", ha spiegato. In occasione delle recenti elezioni europee, Marina ha fatto capire di essere un'europeista convinta. "Oggi serve un'Europa più forte, senza ambiguità su valori come libertà e democrazia", ha affermato. Anche per questo, lo scorso ottobre ha fondato un nuovo marchio editoriale: la "Silvio Berlusconi Editore", con l'intento di dare più forza "al pensiero liberale e democratico, contro ogni forma di totalitarismo". Il primo volume pubblicato sono le memorie di Tony Blair, l'ex leader del partito laburista, intitolate *On Leadership. L'arte di governare*.



L'AUTORE
Stefano Vastano
Deutschland-korrespondent der Wochenzeitschrift *L'Espresso*, kommentiert aktuelle Themen aus der italienischen Presse.

il Cavaliere (del Lavoro): „Ritter der Arbeit“ (ital. Arbeitsverdienstorden), Beiname von S. Berlusconi	la casa editrice ➤ Verlagshaus	scendere in campo ➤ in die Politik eintreten	il diritto al fine vita ➤ Recht auf selbstbestimmtes Sterben
il senso degli affari ➤ Geschäftssinn	il riconoscimento ➤ Anerkennung	il crac ➤ Zusammenbruch	la minoranza ➤ Minderheit
il partito ➤ Partei	la bellezza di ➤ hier: stolze	il passo ➤ Schritt	le elezioni pl. ➤ Wahlen
relevante ➤ wichtig	potente ➤ mächtig	intervenire ➤ sich einmischen	convinto ➤ überzeugt
ritrarre ➤ abbilden	facoltoso ➤ vermögend	litigare ➤ streiten	l'ambiguità ➤ Scheinheiligkeit
il Quirinale: Sitz des ital. Staatspräsidenten	la classifica ➤ Rangliste	ricucire ➤ hier: reparieren	il valore ➤ Wert
la nomina ➤ Ernennung	l'ereditiera ➤ Erbin	il rapporto ➤ Beziehung	affermare ➤ sagen
costruire ➤ erbauen	il patrimonio ➤ Vermögen	a favore di ➤ für	fondare ➤ gründen
ereditare ➤ erben	stimare ➤ schätzen	il diritto all'aborto ➤ Recht auf Abtreibung	l'intento ➤ Absicht
il decennio ➤ Jahrzehnt	la prediletta ➤ hier: Lieblingstochter		il volume ➤ Band
	scomparire ➤ sterben		

BOLOGNA

da leccarsi i baffi

Bologna gilt als kulinarische Hauptstadt Italiens und Paradies für Feinschmecker. Ein Wegweiser durch die Leckereien Bolognas mit Tortellini, Tigelle und Gran Bollito und zu den besten Osterien.

TESTO ISABELLA BERNARDIN

MEDIO AUDIO

“Quando si parla della cucina bolognese, fate una riverenza che la si merita”, scriveva nel 1891 Pellegrino Artusi nel suo celebre ricettario *La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene*. L'invito del padre dell'arte culinaria italiana è oggi più valido che mai. Basta passeggiare nel centro storico di Bologna per rendersi conto che la città è il paradiso delle buone forchette. Per comprenderne la ragione, è necessario fare un salto indietro nel tempo fino al 1088, l'anno in cui proprio a Bologna viene fondata la prima università del mondo occidentale. Da allora, per accogliere professori, intellettuali e studenti, la città inizia ad arricchirsi di locande, nonché di ispirazioni culinarie provenienti da tutta Italia e dal mondo. In tempi recenti Umberto Eco, a lungo professore di semiotica all'Alma Mater Studiorum, ha sintetizzato con ironia l'intenso rapporto che

ancora oggi lega la cultura e la cucina a Bologna: “L'aspetto più bello dell'università bolognese, – ha detto una volta in un'intervista, – sono le osterie e i portici”, dove il popolo universitario si riversa quando non frequenta l'ateneo. Per scoprire i sapori della cucina bolognese, in effetti, non c'è niente di meglio che girovagare lungo gli oltre 40 chilometri di portici, divenuti in parte Patrimonio Unesco. A due passi dalle principali attrazioni storico-artistiche si trova sempre un'osteria o un posticino dove fermarsi a gustare qualcosa di straordinario.

Street food alla bolognese

Ci sono piatti che si adattano a qualsiasi momento della giornata, come le tigelle e le crescentine. Le prime sono piccoli panini, tondi e piatti, che si tagliano a metà per farcirli; le seconde sono quadrati di pasta lievitata e fritta. Entrambe si mangiano appena cotte, accompagnate da squacquerone, spuma di mortadella, salumi, sottaceti,

leccarsi i baffi ➤ zum Reinlegen
gut, göttlich

la riverenza ➤ Ehrerbietung

meritare ➤ verdienen

il ricettario ➤ Kochbuch

valido ➤ gültig

la buona forchetta ➤ Feinschmecker

la ragione ➤ Grund

**fare un salto
indietro nel tempo** ➤ zurückgehen

fondare ➤ gründen

accogliere ➤ aufnehmen

arricchirsi ➤ hier: immer
mehr werden

la locanda ➤ Gasthaus

recente ➤ jüngster

sintetizzare ➤ zusammenfassen

il rapporto ➤ Beziehung

legare ➤ verbinden

i portici pl. ➤ Arkaden

riversarsi ➤ strömen

l'ateneo ➤ Universität

il sapore ➤ Aroma, Geschmack

girovagare ➤ herumschlendern

il posticino ➤ Plätzchen, Laden

adattarsi ➤ passen

farcire ➤ füllen

la pasta lievitata ➤ Hefeteig

friggere ➤ frittieren, backen

lo squacquerone: milder
Kuhmilch-Weichkäse

**la spuma
di mortadella** ➤ Mortadella-Mousse

i sottaceti pl.: in Essig eingelegtes Gemüse



Dall'alto, in senso orario:
panino con mortadella
Bologna IGP; Guido
Mongiorgi del ristorante
La Bottega del Macellaio
di Savigno, nei pressi di
Bologna, con un piatto di
tagliatelle al tartufo; tigelle
con spuma di mortadella;
La Prosciutteria in Via
Guglielmo Oberdan,
a Bologna.

Nell'altra pagina: le
"cesarine" Leda e
Giuseppina insegnano la
cucina tipica bolognese a
casa propria; vini e salumi
tipici.





Tigelleria 051

Via Largo Respighi 6/c

www.051.it

Polpette e crescentine

Piazza Aldovrandi 19/2a

www.polpetteecrescentine.com

sottolio e **pesto**, che qui in zona è un **batuto** di lardo, rosmarino, aglio e sale. Anche se oggi esistono tante ottime **catene** che le propongono da **asporto** e in varianti fantasiose,

tra cui anche dolci, tigelle e crescentine non sono un vero e proprio **street food**. Uno dei massimi piaceri, a Bologna, la “Ghiotta”, è infatti gustarle **in compagnia**, godendo della tavola **imbandita** di cestini e vassoi **ricolmi** di **prelibatezze**, con al centro una bella bottiglia di **vino Lambrusco**.

L'arte della sfoglia

Piccoli come **ombelichi**, di colore giallo intenso e saporetissimi, i **tortellini** serviti in un fumante **brodo di carne** sono il simbolo della cucina bolognese. Si dice che ogni famiglia abbia la propria ricetta, ma ne esiste anche una versione ufficiale, **depositata** e protetta dalla **Dotta**

Confraternita del tortellino. Per 1.000 tortellini prevede un ripieno ottenuto con 300 grammi di **lombo di maiale** **rosolato** nel burro, 300 grammi di **mortadella**, 450 grammi di **Parmigiano Reggiano**, 3 uova e **noce moscata**. Solo **attenendosi** a questi ingredienti si ottiene quell'**equilibrio** di sapori che rende i tortellini di Bologna i più buoni della Penisola. Anche la **sfoglia** ha un ruolo fondamentale. Dev'essere **porosa** e molto fine. “Se quando la **metti in controluce** riesci a vedere la basilica di San Luca, significa che hai fatto un buon lavoro”, dicono le **sfogline**, ossia le signore che tradizionalmente **tirano** la sfoglia a mano con il **mattarello** per creare non solo i tortellini, ma tutti

Vicolo Colombina

Vicolo Colombina 5/b

www.vicolocolombina.it

Trattoria della santa

Via Urbana 7/f

www.trattoriadellasanta.com

Antica Osteria Le Mura

Vicolo del Falcone 13/a

www.anticaosterialeamura.com

i sottolio pl.: in Öl eingelegtes Gemüse

il battuto: feingehackte Mischung

il lardo: Rückenspeck vom Schwein

la catena ➤ (Gastronomie) Kette

da asporto ➤ zum Mitnehmen

il piacere ➤ Freude

ghiotto ➤ lecker, schmackhaft

in compagnia ➤ gemeinsam

imbandito ➤ festlich gedeckt

il cestino ➤ kleiner Korb

il vassoio ➤ Tablett

ricolmo ➤ voll mit

le prelibatezze pl. ➤ Köstlichkeiten

la sfoglia ➤ Nudelteig

l'ombelico ➤ Bauchnabel

il brodo di carne ➤ Fleischbrühe

depositare ➤ anmelden, hinterlegen

la Dotta Confraternita ➤ Gelehrte Bruderschaft

il ripieno ➤ Füllung

il lombo di maiale ➤ Schweinelende

rosolare ➤ anbraten

la noce moscata ➤ Muskatnuss

attenersi a qc. ➤ sich an etw. halten

l'equilibrio ➤ Ausgewogenheit

poroso ➤ großporig

mettere in controluce ➤ gegen das Licht halten

la sfoglia ➤ Nudelmacherin

tirare ➤ hier: ausrollen

il mattarello ➤ Nudelholz

i grandi primi della tradizione emiliana, tra cui le celebri **lasagne e tagliatelle al ragù**. Se volete vederle all'opera e imparare i loro segreti, ci sono vari indirizzi in città ai quali rivolgersi, come le *Cesarine*, un gruppo che raccoglie esperte della cucina bolognese disposte a offrire corsi di cucina a casa propria (www.cesarine.it), e *Il Salotto di Penelope* (www.ilsalottodipenelope.it).

Non solo mortadella!

È il prodotto gastronomico più famoso di Bologna, quello più conosciuto all'estero e tra i più imitati in giro per il mondo. Riconoscere la vera **Mortadella Bologna Igp** è facile: ha un diametro compreso tra i 10 e 13 centimetri, un colore rosa intenso, con grasso bianco e pistacchi distribuiti uniformemente, un sapore delicato e un profumo speziato, nel quale si riconoscono le note del pepe, della noce moscata e del coriandolo. Tagliata a fettine sottili e servita su crostini o tra due fette di pane, è la merenda più amata in tutta Italia. A Bologna si usa anche per arricchire tante ricette. Per esempio le **polpette**, che qui si gustano in umido, ossia in un sugo di pomodoro e piselli. Per chi ama la carne, ci sono almeno altre due specialità da provare assolutamente. Anzitutto la **cotoletta alla bolognese**. Sì, avete capito bene. Chi ha detto che la cotoletta è solo quella alla milanese? Anche a Bologna la fetta di carne impanata e frita ha un ruolo da protagonista. Qui però, dopo essere stata impanata due volte con farina, uovo e pangrattato e poi frita in padella nel burro, viene messa in forno per un paio di minuti con una fettina

Ristorante Da Bertino

Via delle Lame 5

www.ristorantedabertino.it

Ristorante Donatello

Via Augusto Righi 8

www.ristorantedonatello.it

Osteria La Traviata

Via Urbana 5/C

www.ristorante

latraviatabologna.it

di prosciutto crudo stagionato 24 mesi, Parmigiano a scaglie e due cucchiaini di brodo di carne. Il risultato è un piatto molto saporito e dalla consistenza cremosa, che si può arricchire ulteriormente, prima di servirlo, aggiungendo scaglie di tartufo. Prende allora il nome di **petroniana**, in onore di San Petronio, il patrono della città. Il **gran bollito alla bolognese** è invece un piatto antico adatto ai palati più coraggiosi. Si prepara con carni di manzo, vitello e maiale e comprende cinque parti: lo zampone, il cotechino, il muscolo, la lingua e la testina. Nei ristoranti viene servito tradizionalmente sul carrello e accompagnato da salsa verde e contorni classici, come il purè, gli spinaci e il **friggione**, una salsa locale molto saporita e densa, a base di cipolle bianche e pomodori pelati.

Dulcis in fundo

Il dolce ha un ruolo secondario tra i sapori della città, ma ha i suoi punti di riferimento. Sbirciando nei menu dei ristoranti noterete, per esempio, una presenza costante: la **zuppa inglese**. Non la si può considerare esclusivamente bolognese, visto che la si ritrova un po' in tutto il Centro Italia, però a Bologna vanta una delle sue migliori interpretazioni. Che sia proposta nella versione classica, rivisitata o scomposta, in città prevede sempre savoardi inzuppati nell'alchermes, alternati a crema pasticcera e crema al cacao. Un altro dolce molto amato dai bolognesi è la **torta di riso**, un tempo detta "torta degli addobbi", perché veniva preparata, già a partire dal XV secolo, in occasione del Corpus Domini, quando la città era addobbata a festa. La ricetta è semplice: si fa cuocere il riso nel latte con una scorza di limone, si aggiungono zuccheri, uova, mandorle tritate, cedro candito e un goccio di liquore all'amaretto. Si lascia raffreddare e si serve tagliata a quadretti o a losanghe. Una vera squisitezza!

Forno pasticceria Pallotti

Via del Borgo di San Pietro 59e

www.fornopallotti.it

all'opera ▶ am Werk

disposto a ▶ bereit

il diametro ▶ Durchmesser

il grasso ▶ Fett

distribuire ▶ verteilen

uniformemente ▶ gleichmäßig

speziato ▶ würzig

il coriandolo ▶ Koriander

la merenda ▶ Snack

le polpette pl. ▶ Fleischbällchen

in umido ▶ geschmort

la cotoletta ▶ Schnitzel

impanare ▶ panieren

il pangrattato ▶ Paniermehl

stagionato ▶ gereift

a scaglie ▶ gehobelt

il tartufo ▶ Trüffel

il patrono ▶ Schutzpatron

il bollito: eine Art Tafelspitz von Kalb, Rind und Schwein

il palato ▶ Gaumen

lo zampone: gefüllter Schweinsfuß

il cotechino: Kochwurst aus Schweinefleisch

la testina ▶ (Kalbs)Kopf

il carrello ▶ Wagen

la salsa verde: grüne Soße aus Petersilie, Knoblauch, Olivenöl, Kapern und meist mit Sardellen

il contorno ▶ Beilage

dulcis in fundo ▶ das Beste zum Schluss

il punto di riferimento ▶ hier: Anlaufstelle

sbirciare ▶ einen Blick werfen

vantare ▶ vorweisen können

rivisitato ▶ neu interpretiert

scomposto ▶ zerlegt

il savoardo ▶ Löffelbiskuit

l'alchermes: sehr süßer roter Likör aus Gewürzen und Kräutern

alternare ▶ abwechseln

la crema pasticcera ▶ Konditorcreme

l'addobbo ▶ Dekoration

il Corpus Domini ▶ Fronleichnam

la scorza ▶ Schale

il cedro ▶ Zitronat, Zitrone

a quadretti ▶ würfelig

a losanghe ▶ rautenförmig

In poche parole

Ausgewählte Artikel für Sprachniveau A2

DI SALVATORE VIOLA

DA PAGINA
20

L'ITALIA IN DIRETTA LA SALUTE DEGLI ITALIANI

FACILE I titoli dei giornali spesso sono critici quando parlano del benessere fisico degli italiani. Al contrario, le statistiche europee mostrano che gli italiani godono di buona salute, hanno una lunga aspettativa di vita [*Lebenserwartung*] e un basso tasso [*Rate, Grad*] di obesità [*Fettleibigkeit*] (11%, contro la media Ue del 16%). Certo, sono meno sportivi di altri europei, ma molti italiani cercano di vivere in modo sano. Si informano molto sugli stili di vita che aiutano a non ammalarsi. Cresce infatti l'influenza [*Einfluss*] degli esperti di salute, come Valter Longo e Franco Berrino, che promuovono diete e stili di vita per invecchiare [*altern*] bene. In particolare, consigliano di mangiare solo durante il giorno, di ridurre [*reduzieren*] zuccheri e grassi [*Fette*] e di fare attività fisica per vivere più a lungo e in salute.



Vietri sul Mare.

DA PAGINA
12

Viaggi. La Costiera Amalfitana

FACILE Siamo nella splendida Costiera Amalfitana, tra Agerola, Amalfi, Ravello, Positano, Atrani e Vietri sul Mare. Questo territorio unico unisce natura, storia e tradizioni. Agerola, a 600 metri su un altopiano, è il punto di partenza del **Sentiero degli dèi**, un percorso molto bello tra mare e monti. Amalfi, antica Repubblica marinara, oltre che per le sue bellezze, è famosa per la produzione della carta e per i suoi limoni. A Ravello si trovano i giardini di Villa Rufolo e Cimbrone, oltre a piccole

gemme nascoste come la cappella dell'Ospedale. Atrani, con la collegiata di Santa Maria Maddalena e il santuario del Bando, affascina per la sua autenticità. Poi c'è Vietri, famosa per le ceramiche. Positano, invece, incanta con le sue case colorate e i resti di una villa romana nei sotterranei del Duomo. I sentieri raggiungono luoghi dove la natura è incontaminata, come la baia di Ieranto e Punta Campanella. Tra escursioni, panorami e sapori genuini, la Costiera è un luogo da scoprire e da vivere.

unire ➔ verbinden

l'altopiano ➔ Hochplateau

il sentiero ➔ Pfad

il percorso ➔ Route

la Repubblica marinara ➔ Seerepublik

la gemma ➔ Kleinod, Juwel

la collegiata ➔ Stiftskirche

il santuario ➔ Pilgerstätte

incantare ➔ bezaubern

nei sotterranei di ➔ hier: unter

incontaminato ➔ unberührt

la baia ➔ Bucht

il sapore ➔ Aroma, Geschmack

genuino ➔ unverfälscht

DA PAGINA
60

L'Italia a tavola

Bologna da leccarsi i baffi

FACILE La cucina bolognese è un viaggio nei sapori e nella storia. Bologna è una città piena di cultura – la sua università è stata fondata nel 1088 – ma anche il cuore gastronomico dell'Emilia-Romagna. La città è un vero paradiso per i buongustai.

Le crescentine con squacquerone e salumi sono ideali per uno spuntino in compagnia da consumare magari nelle osterie tradizionali. Trovarle passeggiando sotto i portici, è molto facile. Il principe della tavola bolognese è il tortellino, preparato con una sfoglia finissima e un ripieno ricco di carne,



mortadella e Parmigiano. Poi c'è la buonissima **mortadella**, un altro simbolo gastronomico della città. È perfetta da sola o come ingrediente di ricette tradizionali, come le polpette in umido. Nella cucina bolognese, la carne ha un ruolo molto importante. Tra i piatti più tipici ci sono la **cotoletta alla bolognese**, arricchita da prosciutto crudo, Parmigiano e brodo, e il **bollito misto**, servito con una semplice ma buonissima salsa verde. Tra i dolci più amati dai bolognesi, oltre alla **torta di riso** c'è la **zuppa inglese**, una vera delizia. A Bologna, insomma, ogni piatto è un racconto di passione, tradizione e amore per la buona tavola.

il sapore ➤ Aroma

fondare ➤ gründen

il buongustaio ➤ Feinschmecker

la crescentina ➤ gefülltes Fladenbrot

lo squacquerone ➤ milder Kuhmilch-Weichkäse

lo spuntino ➤ Imbiss

i portici pl. ➤ Arkaden

il principe ➤ Prinz, hier: Star

la sfoglia ➤ Teig

il ripieno ➤ Füllung

l'ingrediente m. ➤ Zutat

la polpetta ➤ Fleischbällchen

in umido ➤ in Soße

la cotoletta ➤ Schnitzel

il bollito misto ➤ Art von Tafelspitz

la zuppa inglese: likörhaltiges Biskuitdessert mit Konditorcreme

la passione ➤ Leidenschaft

DA PAGINA
24STILE LIBERO
MA QUANDO SEI NATO?

FACILE Gli italiani hanno sempre avuto interesse per l'astrologia, ma negli ultimi anni ancora di più. In un'indagine [Umfrage] della rivista *lo Donna* si legge che nove italiani su dieci seguono l'oroscopo con regolarità [regelmäßig]. Una ricerca [Untersuchung] della società Wgsn ha rivelato [rivelare: ergeben] che il 62% della generazione Z e il 63% dei Millennials si ritrovano nel loro segno zodiacale [Sternzeichen]. Seguono gli astri [Gestirne] addirittura per prendere decisioni importanti in amore e nel lavoro. Questo fenomeno, oltre ai giornali, ha invaso [invadere: erobern] anche il mondo

digitale. Ci sono app, siti web [Websites] e pagine *Instagram* che contengono previsioni giornaliere, oroscopi personalizzati e consigli [Ratschläge] astrologici per ogni aspetto della vita. Secondo alcuni psicologi, le previsioni [Vorhersagen] degli oroscopi sembrano vere a causa di un meccanismo chiamato "effetto Forer": le persone riconoscono nelle previsioni alcuni aspetti della loro personalità. In realtà sono elementi vaghi e generali, ma sembrano adattarsi [passen] perfettamente alla loro vita. In questo modo, gli oroscopi influenzano le persone e le spingono a

comportarsi [sich verhalten] in un modo che corrisponde [corrispondere: entsprechen] davvero alle previsioni. Anche per questo l'astrologia è diventata un vero e proprio fenomeno di massa.



LEGGI E VINCI

DOPO AVER LETTO **ADESSO**, RISPONDI ALLE
DOMANDE E PROVA A VINCERE **ADESSO AUDIO**
E **ADESSO ÜBUNGSHFT 1/2025**.

1 La canzone Poetica di Cesare Cremonini è usata:

- a. come dichiarazione d'amore
- b. come inno dai tifosi della squadra di calcio del Bologna
- c. come poesia a scuola

→ vedi *Notizie dall'Italia*, pag. 6

2 Non è un segno zodiacale:

- a. Cancro
- b. Bilancia
- c. Virgola

→ vedi *Stile libero*, pag. 24

3 A Palermo usavano le portantine:

- a. ricchi, nobili e gente comune
- b. solo ricchi e nobili
- c. solo le persone più povere

→ vedi *Una strada, una storia*, pag. 34

4 La Befana mette dolci e carbone:

- a. nel camino
- b. in un sacco
- c. in una calza

→ vedi *Pagine facili*, pag. 40

5 Non fa parte del lessico del teatro:

- a. il botteghino
- b. il parchetto
- c. la platea

→ vedi *Dialogando*, pag. 50

6 La ricetta classica dei tortellini bolognesi:

- a. in brodo
- b. al pesto
- c. alla mortadella

→ vedi *L'Italia a tavola*, pag. 60

Soluzioni del test ADESSO 14/2024:

1. c; 2. b; 3. a; 4. b; 5. b; 6. a

Rispondi correttamente alle domande del test
e partecipa all'estrazione di **ADESSO AUDIO**
e di **ADESSO Übungsheft 1/2025**.

Vai alla pagina www.zeit-sprachen.de/gewinnspiele o spedischi
una cartolina, entro il 10 gennaio, a: ZEIT SPRACHEN,
ADESSO - TEST 1/2025, Kistlerhofstr. 172, D-81379 München.
ADESSO AUDIO e ADESSO Übungsheft sono in vendita qui:
http://shop.zeit-sprachen.de/de_DE/adesso/adesso-einzelausgaben



IMPRESSUM

Chefredakteurin
Rossella Dimola (Vi.S.d.P.)

Leitender Redakteur
Salvatore Viola

Redaktion
Isabella Bernardin, Sara F. Cavallari
(Online), Eliana Giurabocchetti,
Giovanna Iacono, Isadora Mancusi,
Salvatore Viola

Bildredaktion
Isadora Mancusi

Gestaltung
Velvet Firenze

Leitung Crossmedia
Elke Maria Latinović

Redaktionelle Mitarbeit
Andrea Balzer (frei), Monica Guerra (frei),
Dorothea Schmuck (frei)

Autoren
Renata Beltrami, Anna Bordoni,
Michael Braun, Simonetta Capocchi,
Marina Collici, Anna Mandelli, Daniela
Mangione, Marco Montemarano, Natalino
Russo, Stefano Vastano, Luca Vitali,
Silvia Ziche

Verlag und Redaktion
ZEIT SPRACHEN GmbH
Kistlerhofstr. 172
81379 München

ISSN 0947-2096

Geschäftsführer
Ulrich Sommer

**Leiter Herstellung und
Digitales Publishing:**
Thorsten Mansch

Vertriebsleiter
Sarah Reinbacher/DIE ZEIT

**Chief Marketing Officer und
Chief Operating Officer**
Alexander Holm

**Anzeigenverkauf und
Disposition:**
Eva-Maria Markus
Tel. +49 (0)89/8 56 81-131
eva-maria.markus@zeit-sprachen.de

Vertrieb Einzelverkauf
DMV Der Medienvertrieb GmbH & Co.
KG, www.dermedienvertrieb.de

Vertrieb Abonnement
DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH,
www.dpv.de

Litho
Mohn Media Mohndruck GmbH,
33311 Gütersloh

Druck
Vogel Druck und Medienservice GmbH,
97204 Höchberg

© 2024 ZEIT SPRACHEN,
auch für alle genannten Autoren,
Fotografen und Mitarbeiter.

ZEIT SPRACHEN ist ein Tochter-
unternehmen der Zeitverlag Gerd
Bucerius GmbH & Co. KG.

LESERSERVICE

Fragen zum Abonnement und zu Einzelbestellungen

Unser Serviceportal erreichen Sie
24 Stunden täglich unter:
<https://kundenportal.zeit-sprachen.de>

Privatkunden und Buchhändler
Tel. +49(0)89/1214 0710
Fax +49(0)89/1214 0711
abo@zeit-sprachen.de

Lehrende
www.zeit-sprachen.de/unterricht

Einzelverkauf und Shop
Tel. +49(0)89/9546 9955
sprachenshop@zeit-sprachen.de

Unsere Service-Zeiten
Montag bis Freitag 8 bis 20 Uhr,
Samstag 9 bis 14 Uhr

Postanschrift
ZEIT SPRACHEN GmbH
Kundenservice,
20080 Hamburg
Deutschland

Konditionen Abonnement pro Ausgabe (14 Ausgaben p.a.)

Deutschland € 8,99 inkl. MwSt.
und Versandkosten
Österreich € 9,50 inkl. MwSt. und
Versandkosten
Schweiz sfr 13,50 inkl.
Versandkosten
Übriges Ausland € 8,99 plus
Versandkosten

Studierende bekommen gegen
Nachweis eine Ermäßigung.

Einzelverkaufspreis
Deutschland: € 9,90

CPPAP-NR. 0220 U 92667

Bei ZEIT SPRACHEN erscheinen
Spotlight, Business Spotlight,
Écoute, Ecos, Adesso,
Deutsch perfekt

Fragen zu Themen im Heft
Kontaktieren Sie unsere
Redaktion für alle Fragen,
Anregungen und Kritikpunkte per
Mail: adesso@zeit-sprachen.de

Anzeigenverkauf

iq media marketing gmbh
Toulouser Allee 27, 40211 Düsseldorf,
Tel. +49 (0) 211/887-13 02
info@iqm.de
Mediainformationen www.iqm.de

Es gilt die jeweils gültige Preisliste.
Infos hierzu unter:
www.unternehmen.zeit-sprachen.de/mediadaten



DAS FINDEN SIE
IN DER AUSGABE

N.2

IM HANDEL
AB 17. JANUAR

LE GUIDE DI ADESSO

A piedi nella campagna della Val d'Orcia, in Toscana, tra installazioni di artisti internazionali: benvenuti nel **Sentiero dell'anima** di Pienza!

UNA STRADA, UNA STORIA

Volare, oh oh, cantare, oh oh oh!
Domenico Modugno, padre della canzone italiana, e il lungomare di Polignano a Mare, in Puglia.

VIAGGI

Lust auf ein nicht touristisches Italien? Dann kommen Sie mit uns nach **Molise**, erleben Sie Handwerkstraditionen, malerische Dörfer und sanfte Hügellandschaften. Die kleine Region, die selbst Italiener kaum kennen!



STILE LIBERO

Acqua Panna, San Pellegrino, Ferrarelle ... Italienische Mineralwässer und ihr schwindelerregender Absatz auf dem Weltmarkt.



L'ITALIA A TAVOLA

Warum lehnt man einen Michelin-Stern ab? Das erzählen uns die drei Chefs des toskanischen Restaurants *Il Giglio*.

#instaVIAGGIO A STROMBOLI

di SIMO CAPECCHI



La scorsa estate, in piena stagione turistica, per l'intensa attività vulcanica c'è stata "allerta rossa" per diverse settimane. In autunno, le forti piogge hanno riempito le strade di fango e massi → enormi! E in inverno, per il maltempo, capita che i collegamenti si interrompano. La vita sull'isola non è facile. Eppure, con questo vulcano in mezzo al mare gli abitanti hanno un legame amoroso.



Prima ancora di sbarcare, all'alba, appena l'isola ci appare, entriamo nel suo incantesimo. Disegnarla è troppo facile: le forme semplici, le case bianche, i giardini, la sabbia nera, il mare. Gaetano, uno dei pescatori, dice che "venire a Stromboli è come fare un pellegrinaggio". Ha ragione: è un luogo da percorrere, ascoltare, e contemplare con devozione e rispetto.

l'allerta rossa ▶ Alarmstufe Rot

riempire ▶ füllen

il fango ▶ Schlamm

il masso ▶ Felsbrocken

il maltempo ▶ Schlechtwetter

interrompersi ▶ hier: unterbrochen werden

il legame ▶ Bindung

sbarcare ▶ an Land gehen

l'incantesimo ▶ Zauber, Bann

il pellegrinaggio ▶ Pilgerreise

contemplare ▶ betrachten

la devozione ▶ Hingabe

DAS PERFEKTE GESCHENK ...

... für alle, die wissen wollen,
wie Italien wirklich tickt.

Warum legen Italienerinnen und Italiener so viel Wert auf eine *bella figura*? Warum zahlt man ausgerechnet in Italien keine Kirchensteuer? Und warum bringt dort die Zahl 17 Unglück? Wer das *Belpaese* und seine Menschen sowie deren Geschichte und Alltag verstehen möchte, ohne in die Klischeefalle zu tappen, stößt auf viele Fragezeichen.

Ob skurril, spannend, nachdenklich oder tiefgründig: Jede der 30 Fragen und Antworten in diesem Buch bietet einen Denkanstoß, einen neuen Blickwinkel und so manche Überraschung.



Von den
ADESSO-
Machern

zweisprachig
Italienisch-Deutsch

Buch oder eBook jetzt kaufen:

www.adesso-online.de/italien-verstehen

Wenn der Kassierer sagt:
**»FAMILIENKARTE
NICHT FÜR
LESBEN!«**



Antidiskriminierungsstelle
des Bundes

Wir haben in Deutschland etwas gegen Diskriminierung:
das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz.

**Nutze dein Recht. Lass dich beraten, kostenlos und
vertraulich: habichwasgegen.de**

