

# La Gioiosa

Stampato in proprio

Fondazione Mantovani

Settembre Ottobre Novembre Dicembre 2011

O.P. Castiglioni

“Progetto Vita” “Progetto Casa Aperta”  
per una migliore qualità della vita

## IL TEMPO

BEPPE GAMBINO

**“C**he cos'è il tempo? Se nessuno me lo domanda, lo so. Se voglio spiegarlo a chi me lo domanda non lo so più.”  
SANT'AGOSTINO.

Era il 28 settembre del 2006 quando abbiamo aperto le porte della Casa Famiglia di Cormano ai primi quattro ospiti. Il 1° ottobre del 2011 è stato occupato il primo alloggio protetto e il 04 ottobre del 2011 è iniziata l'attività del Centro Diurno Integrato. Come trascorre il tempo e come nel tempo le cose inevitabilmente cambiano! La complessità

del tempo presente, i mutamenti del mercato del lavoro, le esigenze e i desideri individuali, i bisogni familiari ci obbligano a ricercare soluzioni adeguate per non trasformare la nostra vita in una corsa a ostacoli. La difficoltà di conciliare tempi di lavoro e tempi di vita fanno di questo tema una priorità. Quello del tempo che non aspetta tempo è un problema quanto mai attuale, da affrontare con urgenza, pena l'inesorabile perdita della qualità della vita. Ciascuno di noi si trova di fronte a tante emergenze quotidiane, che richiedono di organizzare e riorganizzare continuamente la nostra attività, occorre saper trovare risorse e tempo per



risolverle. Ognuno di noi deve perseguire le modalità che consentono di trovare un giusto equilibrio tra tutti gli ambiti di vita pubblici e privati. Anche per chi è avanti con gli anni il tempo è determinante. Quante volte avremmo voluto fermare il tempo! e quante volte avremmo voluto usare il tempo in modo giusto e

quindi abbiamo rimpianto di non averlo saputo fare.

Nella vita è importante essere consapevoli che un giorno potrebbe essere troppo tardi per pentirci di non aver saputo dire, fare o perdonare. Talvolta un attimo può valere molto di più di un

anno, il tempo non ci aspetta, spetta a noi stargli dietro e servircene nel migliore dei modi, coglierlo con delicatezza, come fosse una rosa, ma con decisione per non pungerci, e viverlo, pienamente per non avere nulla, o quasi nulla, un giorno da rimproverarci.

Il tempo è denaro, dice qualcuno. Forse è un'affermazione riduttiva. Sarebbe meglio dire che il tempo è tesoro.

Un tesoro che ha il potere speciale di rendere uniche e irripetibili le nostre relazioni con le persone che amiamo.

**“Tutto insegna, maturando, il tempo.” ESCHILO**

Alla prossima!

# Una Mela al Giorno

## L'inesorabile Cronos

ANGELO CARLA'

Medico

**Il** tempo non si vede, non si sente, non si tocca eppure c'è. I greci lo identificavano in un Titano chiamato Cronos. Era il padre di tutti gli Dei che per non perderne il controllo li mangiò. E' così che i greci, padri della nostra civiltà, avevano voluto sottolineare la presenza opprimente del Tempo, personificandolo. Nella professione di tutti scandisce i ritmi e i termini entro i quali svolgere e terminare il lavoro, ma sono poche le professioni nelle quali si lotta contro il tempo per salvare la vita a qualcuno che la sta perdendo. Nelle sale del Pronto Soccorso questa atavica lotta è identificata dal "codice rosso". Paziente a rischio della vita sul quale si deve intervenire senza perdere tempo. Ma non è solo questo il campo sul quale un medico si confronta con lo scorrere inesorabile ed inarrestabile del tempo. Esistono processi degenerativi che non minacciano la vita rapidamente, piuttosto la consumano poco a poco e pezzo per pezzo. Uno di questi è la demenza senile, un processo degenerativo del cervello che sgretola i processi cognitivi poco alla volta e gradualmente. Paradossalmente una delle prime funzioni che perde chi ne è affetto è la memoria per ciò che è accaduto nel passato prossimo e quindi la compromissione dell'orientamento nel tempo. La memoria a breve termine compromessa

induce il malato a non ricordare più quale sia l'anno in cui vive, poi la stagione, poi il giorno del mese, poi il mese ed infine, in una fase avanzata, non riesce più a distinguere se è giorno o notte. Il tempo che consuma la percezione di sé. Drammaticamente il medico ha l'ingrato compito di rallentare questo processo ricorrendo alle poche armi che la scienza gli ha messo a disposizione, spesso insufficienti e a volte inefficaci. Ma non per questo si può sottovalutare l'importanza del tempismo in questi interventi. Purtroppo, infatti, un intervento tardivo comporta un maggior rischio di fallire e quindi agire



per tempo risulta fondamentale. Esistono tuttavia situazioni in cui il tempo non detta i ritmi di intervento clinico, ma crea esso stesso una condizione di malattia. Mi riferisco a chi della percezione del tempo ne fa un problema totalizzante e ansiogeno. Chi per lavoro o chi per errata convinzione si affretta affinché possa svolgere

un compito nel minor tempo possibile. Il tempo però ha una struttura rigida e non è in grado di adattarsi alle esigenze fisiche di qualcuno. Così, chi non ha troppo tempo, viene colto dall'ansia e quindi dallo stress. Il tanto famoso stress al quale spesso si dà la colpa per i più vari disturbi fisici di lieve entità. E' un bene aver rispetto del tempo in quanto locomotiva senza freni che traina la nostra esistenza, ma saperlo riconoscere, organizzare e gestire è il modo migliore per tollerarlo e poterci convivere.

# Dentro e Fuori casa

## Chi ha tempo non aspetti tempo

**Giuseppe Semprini**

Alpino Volontario

“**C**hi ha tempo non aspetti tempo”. Questo era l’invito trasmesso dai nostri progenitori ai nostri padri, quando il tempo era scandito dallo scorrere del sole e non da esasperati congegni. Era un motivo ad utilizzarlo nel miglior modo consentitoci, prevedendo le necessità senza procrastinarle. L’uomo è sempre stato condizionato dal tempo ed ha sempre cercato di adattarlo ai propri desideri. Talvolta ci si attarda in bilanci consuntivi della propria vita, ma subito siamo pressati e deviati dal tempo presente e da quello futuro che incombe. Quando entriamo in una casa che ospita i nostri anziani e sappiamo ascoltare i loro racconti, il tempo sembra fermarsi, spesso i vissuti del tempo che fu affollano la loro memoria. Come quelli di Narciso, ospite della Casa Famiglia di Cormano, Alpino classe 1916, che ha dovuto passare guerre e tribolazioni. Oggi, tuttavia, è nella situazione di chi, dopo ardua ascesa, dalla cima del monte può guardare in basso nella valle dove scorre il fiume della vita. Egli, a differenza di chi ancora vi naviga e non può scorgere al di là della prossima ansa, vede tutto il suo corso dalla sorgente allo sbocco naturale.

Allora il tempo si rivela capace di adolcire le memorie, attenuare i dolori, rimodellare le passioni.

Della terribile e fratricida guerra di Spagna narra della sua camicia “borghese” che, consegnata ad una donna di quella zona, viene ricucita e trasformata in una piccola veste per la sua bambina.

Della sanguinosa guerra d’Albania lo assale il ricordo del distacco dalla sua mula, certo che la fedele compagna di tante ansie e sacrifici abbia condiviso con lui il suo dolore e i suoi singhiozzi di bambino. E, infine, del tempo di guerra ha memoria della lunga strada, percorsa a piedi, per ritornare “a baita”, ai propri affetti.

Soffermiamoci qualche tempo per ascoltare le esperienze delle generazioni che ci hanno preceduti, potremmo così riflettere e accettare che il tempo, questo galantuomo d’altre epoche, governa la nostra vita e la risolve.



CASA FAMIGLIA CASA APERTA

# Momenti di Vita ..in Casa Famiglia

## E' tempo di CDI

di Jole Saccone

Animatrice

“**C**’è un tempo per ogni cosa”... “Ogni cosa a suo tempo”.. Quante volte ognuno di noi ha utilizzato queste espressioni in diversi momenti nel corso della propria vita? Eppure, per quanto possano sembrare frasi “fatte” e di circostanza, tutti abbiamo fatto esperienza di quanto siano parole vere e sagge. Dal 4 ottobre 2011 è giunto il tempo del Centro Diurno Integrato, operativo dalle 9.00 alle 18.00 dal lunedì al venerdì e sono ancora disponibili alloggi protetti che consentono a coppie di anziani o ad anziani soli, di mantenere la loro autonomia seppure in un contesto comunitario rassicurante e garante del loro benessere. Il Centro Diurno Integrato è un luogo ampio, accogliente e attrezzato per rispondere a tutte le esigenze degli ospiti, dal bagno assistito, alla mensa, alla sala del riposo pomeridiano e il tempo al CDI è caratterizzato da numerose attività relative alle diverse tipologie di servizi che quotidianamente vengono elargiti: servizio medico, infermieristico, di fisiokinesiterapia e di animazione. Quest’ultima attività di cui mi occupo in prima persona è polivalente e determinante per migliorare il tempo degli ospiti. Per tutta la settimana organizziamo diverse attività: manipolativa, musicale, di lettura, di pittura, logico-verbale, tutte proposte con modalità ludico-ricreativa e tese a conservare il più a lungo possibile le ca-

pacità residue degli ospiti e contemporaneamente ad offrire loro momenti di scambio sociale e condivisione. La missione che sento di avere quando svolgo la mia attività è quella di prendermi cura dello “spirito” dell’anziano perché possa sentire il “qui ed ora” al Centro Diurno, un tempo fruttuoso e interessante in cui può ancora esprimersi, divertirsi, condividere e testimoniare la propria visione del mondo. Cerco, nel mio piccolo, aiutata in questa esperienza per me



nuova, da tutto lo staff, di stimolare l’anziano a spostare la sua attenzione dallo sguardo malinconico al passato e a ciò che non c’è più, al tempo presente, un tempo condiviso e “fertile” in cui prendono

forma non solo prodotti laboratoriali, ma si intesse la trama di relazioni sane, positive, autentiche tese alla solidarietà e alla partecipazione. Tutto questo è possibile perché ciò che si respira al CDI è il clima familiare che caratterizza da sempre la Casa Famiglia di Cormano, a tal proposito, un grande merito va alle numerose volontarie e volontari che tutti i giorni, con la loro preziosa presenza, contribuiscono a creare l’atmosfera di calore e di accoglienza e che da subito hanno rivolto anche a me facendomi sentire parte di un progetto così grande.

Grazie! Cosa dire ancora... le porte sono aperte, vi aspetto per visitare il centro, per partecipare alle nostre numerose iniziative e a farlo presto, perché “Chi ha tempo non aspetti tempo”!

# Storie d'altri Tempi

*Gli Ospiti Della Casa Famiglia raccontano..... "Come eravamo"*

*"Il tempo è inarrestabile  
e noi non possiamo fermare  
ciò che inesorabilmente  
scorre con i suoi lenti battiti.  
Nel teatro della vita di  
ciascuno di noi scorrono giorni,  
mesi, anni,  
ore, minuti  
e come degli attori siamo inten-  
ti a rappresentare  
una commedia quella della  
nostra vita, cercando  
di rubare anche  
un attimo al tempo."*

## Il tempo in Casa Famiglia

**A**driana: "Beh, la vita è fatta di tempi diversi... Prima avevo il ruolo di mamma, moglie e donna di casa, adesso faccio esperienze diverse. Ci sono delle attività e delle novità che comunque mi permettono di imparare e mi aiutano a vivere lo stesso con gioia. Nonostante sia passato il tempo, quest'esperienza di vita mi fa sentire utile e vitale quasi ogni giorno".

Rosa: "Da qualche mese sono qua in Casa Famiglia. Ho avuto un po' di problemini di salute ma ce l'ho fatta! Nonostante non sia passato tanto tempo da quando sono qui, so già che sto bene. Faccio cose che non ho mai fatto: vado



in palestra, faccio i giochi, faccio i lavori e sto facendo pure il teatro! E poi sono soddisfatta dei risultati che ottengo!!".

Maria: "Il tempo qui in Casa Famiglia scorre abbastanza veloce. Quasi tutti i momenti della giornata sono occupati: la Messa, le attività, la ginnastica... insomma, non c'è tempo per annoiarsi".

Fatma: "A me piace stare qua. Sono sicura che se fossi a casa il tempo non mi passerebbe mai. Che cosa farei? Forse guarderei la televisione tutto il giorno. No! Non mi piacerebbe. Qui, tra le altre cose, sono in compagnia, c'è il giardino, la palestra, la pittura, il cucito, il teatro. Per me questo è un bel passare del tempo, sì".

Enrichetta: "Io sto bene. Mi piace passare il tempo con queste persone! Qui in Casa Famiglia è tutto programmato: la sveglia, la colazione, la lettura del giornale, il pranzo e tutto! Si sta bene. A casa non sarebbe mai così, starei sempre da sola a far nulla. C'è da dire che noi che siamo qua, siamo molto molto fortunati!!".

Gigi: "Io è pochissimo che sto qui eppure sto già bene! Quello chi mi piace di più è la palestra e ritagliare i lavori che fanno le signore. Non mi piace molto dipingere, quindi preferisco ritagliare. Sto anche facendo una cosa mai fatta prima, cioè il teatro. Peccato che per un po' non ho fatto le prove, dato che sono stato in ospedale".

57

VIVERE IN CASA FAMIGLIA

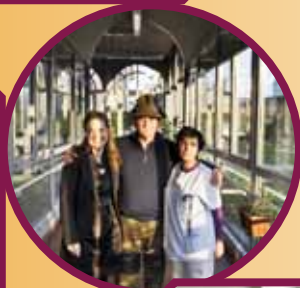
# Felici Momenti

## FESTA CON GLI ALPINI

*Grazie mille agli alpini per questa splendida festa!*



*La Santa Messa con gli Alpini e la lettura della lettera di Don Gnocchi."*



*Torta per tutti*



*Il momento della consegna della tessera onoraria di Alpino al nostro Narciso!!*



*Momento musicale tutti insieme!!*

# Momenti Felici

Giorno 27 Novembre. Castagnata con gli Alpini.



*La  
Castagnata  
dei  
grandi e dei  
piccoli!!*



*Momenti della festa!!  
C'è chi parla, chi si racconta,  
...chi si mette in posa*



VIVERE IN CASA FAMIGLIA 7



## TEMPO E AMORE

“**V**orreste misurare il tempo, l'incommensurabile, l'immenso. Regolereste la vostra condotta e dirigereste persino il corso del vostro spirito secondo le ore e le stagioni. Del tempo ne fareste un fiume per sostare presso la sua riva e guardarlo fluire. Ma l'eterno che è in voi sa che la vita è senza tempo e sa che l'oggi non è che il ricordo di ieri, e il domani il sogno di oggi. E ciò che in voi è canto e contemplazione dimora quieto entro i confini di quel primo attimo in cui le stelle furono disseminate nello spazio. Chi di voi non sente che la sua forza d'amore è sconfinata? E chi non sente che questo autentico amore, benché sconfinato, è racchiuso nel centro del proprio essere, e non passa da pensiero d'amore a pensiero d'amore, né da atto d'amore ad atto d'amore?”

E non è forse il tempo, così come l'amore, indiviso e immoto? Ma se col pensiero volete misurare il tempo in stagioni, fate che ogni stagione racchiuda tutte le altre, e che il presente abbracci il passato con il ricordo, e il futuro con l'attesa”. (Tratto da: “IL PROFETA” di K.Gibran). Sensibile scrittore, ma anche poeta, pittore e filosofo, K.Gibran in queste frasi attraverso una geometria metaforica racconta la vita e l'amore nel tempo. Lo scorrere della vita nel tempo attraverso le stagioni dalla nascita all'anzianità, stagioni allegoriche che costringono il nostro essere e la nostra condotta, passo dopo passo, anno dopo anno, scandendo l'età. Il fluire del fiume come il passare del tempo che non

si fa attendere, viaggia inesorabile fino al fondersi tra ieri, oggi e domani accompagnando la nostra esistenza. Il tema del tempo, che Gibran tratta con molta passione, mette in risalto che il tempo, anche se può essere utile per organizzarci la vita, non deve soggiogarci e deve essere in funzione dell'amore. La cosa più importante e significativa nella nostra vita sarà l'amore che riusciamo a donare durante l'arco del tempo che viviamo perché è eterno, rimarrà per sempre. Dobbiamo quindi imparare ad organizzare, a razionalizzare il tempo secondo le priorità dando la giusta importanza alle cose che ci circondano attraverso un sottile equilibrio ideale che non deve sconfinare nell'ossessione. Gestire il proprio tempo è fondamentale per non diventarne schiavo. Ognuno di noi ha una propria percezione del tempo, un proprio vissuto psicologico che direziona le nostre azioni, determinate dal presente, ma anche dalle aspettative sul futuro e dalle esperienze del passato già vissute e metabolizzate. L'equazione che ci presenta il poeta tra tempo e Amore, pone quest'ultimo al centro della propria esistenza, quindi al centro della vita, sottolineando il fatto che il vero amore è immoto, tendente all'infinito e solo il tempo è capace di comprendere la grandezza dell'amore. Il tempo è vita e la vita dimora nel cuore che è la sede degli affetti, quindi dell'Amore. La forza sconfinata dell'amore è l'unica a resistere al tempo che tutto si porta via.

Tutto si disperderà nel tempo, ma l'amore durerà in eterno.



# Adriana consiglia

## Non solo libri

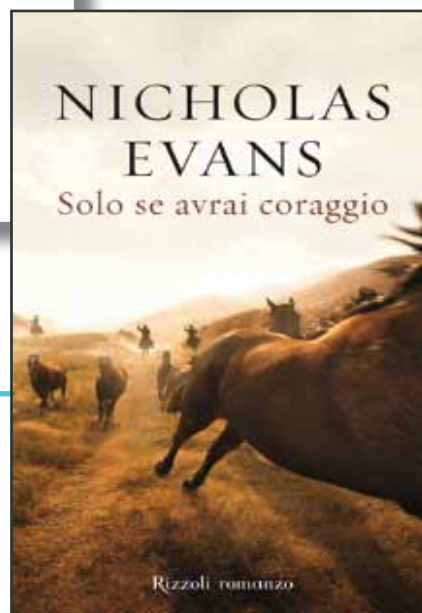
**Adriana Biglio**

*Ospite della Casa Famiglia*

*Titolo: Solo se avrai coraggio*

*Autore: Di Nicholas Evans*

*Editore: Rizzoli*



### *Solo se avrai coraggio*

*Di Nicholas Evans*

# La

*La vita di Tommy, il nostro protagonista, non è certo mai stata facile e serena, neppure da bambino.*

*Una rivelazione inaspettata lo porterà dall'Inghilterra agli Stati Uniti e lo farà vivere per poco tempo in quel mondo fantastico dei cowboys, che è sempre stato la sua passione.*

*Ma quando anche i sogni crollano, la realtà diventa terribile. Portare avanti una vita con certi segreti diventa difficile, crea problemi con la moglie, con il figlio, con il lavoro.*

*Solo l'accettazione, la condivisione e il tempo potranno portare, alla fine, un po' di pace e dare la forza per ricominciare a vivere.*

# 9

# IL CIRCOLO LETTERARIO

# MANI in PASTA

*L'importanza del tempo nell'Anziano*

**CHIARA CAPUTO**

Animatrice

“**M**“Ma sì! Così si passa il tempo!”. Spesso è questo che mi capita di sentire quando si parla di attività animative. In merito a quest’ affermazione vorrei specificare l’importanza dell’ animazione e dei progetti animativi che vengono creati e sviluppati all’ interno della nostra Casa Famiglia. A tal proposito vorrei fare una premessa. La nostra cultura di paese occidentale si fonda in prevalenza, su valori legati alla produzione ed al lavoro e, spesso, l’ esistenza dell’individuo è valutata eccessivamente in termini di capacità lavorativa. Da questo punto di vista può accadere facilmente che le ore da dedicare a favore del tempo libero finiscano con il costituire paradossalmente un problema per le persone non più in età lavorativa, soprattutto se non preparate ad una proficua utilizzazione di suddetto tempo. Dunque, nell’anziano il tempo libero rischia di diventare spesso un tempo di "forzata inattività" soprattutto per la difficoltà di vivere la sua età libera in maniera utile e creativa. Il tempo libero, quindi, concepito come “tempo liberato dal lavoro”, può risultare un tempo vuoto ed in grado di favorire un processo graduale di isolamento e di solitudine. Vale la pena di rilevare che non è tanto da temere la mancanza di un lavoro nel soggetto anziano, quanto la mancanza di una qualsivoglia attività, essendo questa uno dei bisogni fondamentali dell’uomo.

La persona anziana, infatti, che si mantiene attiva ed operosa può trovare nuovi incentivi e ruoli inopinabili anche nell’età postlavorativa, appagando così il proprio desiderio di vita. Tuttavia, spesso si può presentare la mancanza di motivazione a fare qualsiasi cosa che si presenti come attiva o che apporti

cambiamenti nella routine quotidiana. Lo scopo che si cerca di perseguire in quest’ ottica è quello di creare un ambiente e delle condizioni in cui l’ anziano abbia la possibilità di sentire che vale ancora la pena di impegnarsi con la vita e che lui stesso ha un valore per sé e per gli altri. E’ in questa prospettiva che vengono sviluppati e creati i progetti di animazione, attraverso la messa in atto della creatività personale e la creazione di rapporti significativi. Lo scorrere e la scansione del tempo rappresentano in un certo senso i motivi conduttori e il legame di tutti i progetti realizzati.

A tal proposito il punto fondamentale è sostanzialmente l’orientamento temporale e l’organizzazione delle attività secondo il ritmo delle ore della giornata, delle stagioni, degli eventi più importanti, delle feste rituali. Per l’anziano lo scorrere del tempo rischia spesso di perdere il proprio significato e lo scopo delle nostre attività è proprio quello di restituire ad ogni ospite il senso del tempo, delle stagioni, delle singole giornate, cioè in generale garantirgli il mantenimento dell’orientamento temporale. Ma il tempo per un anziano significa soprattutto il ricordo di momenti passati che, attraverso varie forme artistiche e di comunicazione, è nostro obiettivo tutelare valorizzando la memoria storica ed affettiva di ognuno di loro. Ciò nonostante, il percorso è pieno di ostacoli posti, a volte, dagli anziani stessi. Il lavoro dell’animatore, quindi, è molto più complesso di quanto potrebbe apparire. Il mondo in cui noi operiamo è in continua evoluzione, soggetto a variazioni di rotta spesso impreviste; ma, se si riesce a darsi una buona impostazione, sia a livello teorico, sia a livello di equilibrio interiore, questo lavoro arricchisce tantissimo dal punto di vista umano, grazie al contatto col mondo a volte imprevedibilmente gioioso, dell’anziano.

# BARZELLETTTE, VIGNETTE e GIOCHI...

*Una volta mia nonna mi  
porto' a mangiare in una  
trattoria all'aperto...  
si mise a piovere.  
Ci mise tre ore per finire il  
brodo.!*



*Perchè l'aria del mattino è  
molto fredda?  
Perchè e' stata fuori tutta la  
notte!*



*Perchè il calendario  
è sempre triste?  
Perchè ha i giorni contati!*



*"Scusi, che ora è?".  
"A che le serve, tanto cambia  
sempre!"*



# Auguri a...

## *Non ti auguro un dono qualsiasi...*

di Elli Michler

*Non ti auguro un dono qualsiasi,  
Ti auguro soltanto quello che i piu' non  
hanno.*

*Ti auguro tempo, per divertirti e per  
ridere;*

*se lo impiegherai bene,  
potrai ricavarne qualccsa.*

*Ti auguro tempo,  
per il tuo Fare e il tuo Pensare,  
non solo per te stesso,  
ma anche per donarlo agli altri.*

*Ti auguro tempo,  
non per affrettarti e correre,  
ma tempo per essere contento.*

*Ti auguro tempo,  
non soltanto per trascorrerlo,  
ti auguro tempo perche' te ne resti:  
tempo per stupirti  
e tempo per fidarti*

*e non soltanto per guardarlo sull'orologio.*

*Ti auguro tempo per toccare le stelle  
e tempo per crescere, per maturare.*

*Ti auguro tempo,  
per sperare nuovamente e per amare.  
Non ha piu' senso rimandare.*

*Ti auguro tempo per trovare te stesso,  
per vivere ogni tuo giorno, ogni tua  
ora come un dono.*

*Ti auguro tempo anche per perdonare.*

*Ti auguro di avere tempo,  
tempo per la vita.*

## **SETTEMBRE**

**ARMATI GIOVANNINA  
CALZAROSSA ANNA  
ORIANI TERESA  
RIGAMONTI SANTINA  
RUZZON ARMIDA  
SALAMI OLIVA**

## **OTTOBRE**

**ACQUATI PAOLINA  
CICCHITTI GIOVANNA  
DALL'ACQUA GIANFRANCO  
FERRARI ANGELA MARIA  
GIORDAN BRUNO  
OGGIONI MARIA**

## **NOVEMBRE**

**BARNABO' ANGELA MARIA  
CHICHI NUNZIATA  
CLEMENTE ROSA MARIA  
DURANTE ROSALIA  
SANTORO MARIA**

## **DICEMBRE**

**COMPIERCHIO ANNA  
PAGANI ASSUNTA LUCIA**



Redazione: gli ospiti della Casa Famiglia.

Beppe Gambino, Valeria Gambino, Marinella Restelli Mantovani, Chiara Caputo, Jole Saccone. Inoltre hanno collaborato: Angelo Carlà, Giuseppe Semprini.

Casa Famiglia per Anziani di Cormano

Via Mazzini, 23—20032 Cormano (Mi) Tel. 02/61540848—Fax 02/66307047  
e-mail: [cormano@fondazionemantovani.it](mailto:cormano@fondazionemantovani.it) - [www.fondazionemantovani.it](http://www.fondazionemantovani.it)