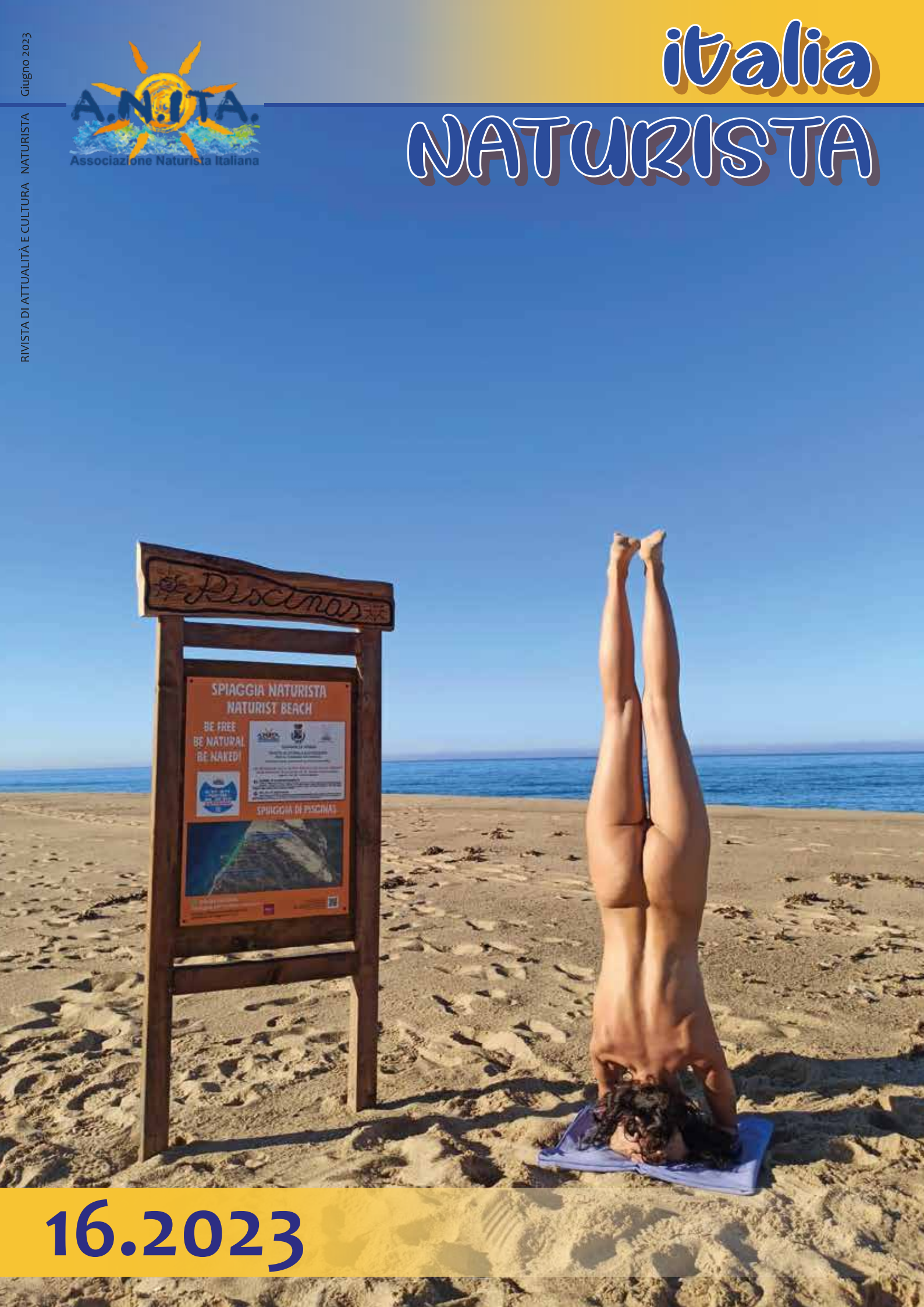




italia

# NATURISTA



16.2023

**CINQUANTASETTE ANNI, NUDI, INSIEME  
NATURISMO COME STILE DI VITA  
UN MODO DI VIVERE  
IN ARMONIA CON LA NATURA  
NEL RISPETTO DI SÉ STESSI  
E DEGLI ALTRI**



**PER CONTINUARE AD ESSERE MOVIMENTO NATURISTA  
ABBIAMO BISOGNO DI TE**

**iscriviti ad A.N.ITA.  
[www.naturismoanita.it](http://www.naturismoanita.it)**

## **Nudo**

Il respiro ha una sorgente  
che strappa i vestiti dalla mente,  
Luce, acqua e pensiero trasparente.

Nudi, senza maschere e finzioni,  
lo spirito non può dare delusioni,  
la Natura non è Tempo in frazioni.

Gocce di verità sulla tua pelle,  
piedi scalzi su polvere di stelle,  
Primitive, semplici, vertigini emozioni,  
quelle belle.

*Marco Nicoló*

## **italiaNATURISTA**

RIVISTA DI  
ATTUALITÀ E  
CULTURA NATURISTA  
Giugno 2023

### **Hanno collaborato in questo numero**

Giampietro Tentori  
Maurizio Biancotti  
Marina Paul  
Claudio Rali  
Luca O'Connor  
Pamela Deiana  
Elena Discepoli  
Giuli Hall

### **Editore e Redazione**

A.N.ITA.  
Località Stopada  
23868 Valmadrera  
[redazione@italianaturista.it](mailto:redazione@italianaturista.it)  
C.F. 80203710159  
**Direttore Responsabile**  
Giampietro Tentori

Testata giornalistica  
registrata presso il  
Tribunale di Lecco il  
28/02/2023, numero  
fascicolo: 407/2023

testata telematica pubblicata su  
[www.italianaturista.it](http://www.italianaturista.it)

copie stampate  
per i soci richiedenti servizio  
presso  
Modulgrafica CALDERA  
P.IVA 00657310983

## **Indice**

- |    |   |
|----|---|
| 4  | Quando l'idea naturista si fa progetto            |
| 6  | Volti nuovi nel Consiglio Direttivo dell'A.N.ITA. |
| 9  | Donne & Naturismo                                 |
| 13 | In vacanza con gli amici dell' A.N.ITA.           |
| 16 | La classe di Milena Vukotic                       |
| 18 | Il vocabolario del Pride                          |
| 20 | L'angolo Legale del Nudiverso                     |
| 21 | La regola delle 3 R                               |



## Quando l'idea naturista si fa progetto

Eccoci ancora una volta a parlare di Distretti del Turismo Naturista. L'intuizione che abbiamo avuto qualche anno fa e che ora, mentre sta prendendo corpo, sembra aprirci nuovi orizzonti.

Come ho avuto più volte modo di dire, anche su queste pagine, personalmente ritengo che l'affermazione del Naturismo, in particolare in Italia, sia stata frenata dal nostro restare chiusi in noi stessi.

Addirittura il Naturismo, organizzato, si affaccia nel nostro paese nel 1965, con la fondazione dell'Unione Naturisti Italiani. Addirittura quella nascita avvenne in Svizzera perché i fondatori ritenevano che in Italia non fosse possibile avere un'associazione Naturista.

Lo stesso anno, Giuseppe Ghirardelli, un ingegnere di Milano, non convinto che in Italia non fosse possibile avere un'associazione naturista, fa pubblicare sul Corriere della Sera un brevissimo annuncio pubblicitario che recita: *"Naturisti: costituenda regolare associazione naturista italiana invita aderenti e simpatizzanti a prendere contatto per incrementare e incoraggiare questa iniziativa"*.

A fianco di Ghirardelli si ritrovano Claudio Foa e Giovanni Pellegrino, quest'ultimo avvocato di Milano, che studia il primo statuto dell'Associazione Naturista Italiana, che avrà come acronimo l'attuale A.N.ITA., il cui statuto verrà registrato il 30 luglio 1966 presso lo studio notarile di Milano.



NuDiVerso  
Il Distretto del Turismo naturista della regione Marittimo-Maritime  
NuDiVerse  
Le District de Tourisme Naturiste de la Région Maritime-Marittimo



Da subito l'A.N.ITA. cominciò a proporre ritrovi naturisti lungo il Ticino e già da allora nacque l'atavica contrapposizione tra chi sosteneva il nudismo in spiagge libere e chi invece lo riteneva possibile e sostenibile solo in terreni organizzati.

Quello fu il primo dei tanti fattori divisivi che, purtroppo, hanno caratterizzato il movimento naturista italiano. È però altrettanto vero che quelli furono i primi passi di un lungo cammino e come tali, anche se magari oggi facciamo fatica a comprenderli, dobbiamo rispettarli per quello che sono.

Va poi detta una cosa: se vogliamo l'accettazione diffusa del Naturismo, dobbiamo comprendere i limiti che abbiamo nel portare avanti le nostre istanze. Fermo restando che trascorrere un paio di settimane in un campeggio naturista, come facciamo Paola ed io da molti anni e come fa la quasi totalità dei nostri soci, è qualcosa di impagabile come benessere psicofisico, è quasi facile affermare che stare nudi dentro dei recinti è sicuramente un limite all'accettazione del Naturismo da parte della gente. Più difficile dire che è altrettanto un limite stare nudi su una spiaggia e non avere nessuna relazione con il territorio che ospita quella spiaggia. È un limite perché diventiamo corpi estranei di quel territorio oppure oggetto di desideri morbosi o primitivi.

Oggi stiamo provando, tra le tante cose che facciamo e proponiamo, a percorrere una strada di relazione con la società civile. Ci stiamo relazionando con sette comuni, cinque sardi e due toscani, due parchi regionali, Tepilora in Sardegna e San Rossore in Toscana, la Regione Sardegna, la Federazione Naturista Francese e una serie di operatori economici sia italiani sia francesi. L'occasione ci è data dal bando europeo Interreg-Marittimo 2021-2027, che coinvolge la Sardegna e la Corsica, la Regione francese della P.A.C.A., la Liguria, anche se qui siamo deboli come idea naturista, le province marittime della Toscana. L'obiettivo del progetto, che abbiamo voluto chiamare NUDIVERSO - Il Distretto del Turismo Naturista della Regione dell'Alto Tirreno-, è quello di promuovere un sistema transfrontaliero per lo sviluppo del turismo naturista e della pratica legale della nudità sociale, per rafforzare il ruolo della cultura della sostenibilità e del turismo sostenibile nello sviluppo economico, nell'inclusione e nell'innovazione sociale. Al momento non sappiamo se verrà finanziato. Quello che è certo è che questa nuova progettualità sul turismo naturista ci sta aprendo tante occasioni di dialogo con istituzioni e imprenditori, ma soprattutto ci ha permesso di parlare con diversi interlocutori partendo dal concetto della "normalità dello stare nudi". Ecco, credo che questo sia un nuovo modo per sviluppare progettualità legata al nostro mondo. È un altro tassello che stiamo provando a mettere nel *puzzle* che vogliamo ci porti all'affermazione e accettazione diffusa dell'idea naturista. Attenzione però a pensare che questa sia l'unica strada. Appositamente ho parlato di *puzzle*.



Partendo da quel messaggio del 1965 di Ghirardelli sul *Corriere della Sera*, ciascun naturista, non solo i presidenti o i consiglieri che si sono susseguiti alla guida dell'A.N.ITA. o delle altre associazioni, ha messo un tassello dentro il *puzzle*. Ne mancano ancora tanti e, forse, quello che stiamo costruendo sarà un quadro in perenne evoluzione, ma soprattutto dovrà essere un quadro senza una cornice che lo stringe nei suoi confini.



Giampietro Tentori



# Volti nuovi nel Consiglio Direttivo dell'A.N.ITA.

## Elena e Pamela

Nel nostro percorso di presentazione dei nuovi consiglieri A.N.ITA. siamo giunti a conoscere due donne di carattere: **Elena** e **Pamela**. Marchigiana la prima e sarda la seconda. Due ottimi acquisti. Sappiamo bene quanto sia difficile coinvolgere le donne nel naturismo, a volte sembra di non essere ancora pronti per un naturismo universale. **Elena** e **Pamela** sapranno portare equilibrio e intelligenza. Ora conosciamole meglio.

### Ciao Elena e Pamela, vi chiedo di presentarvi ai nostri soci

“Sono **Elena Discepoli**, ho 48 anni, vivo nella città di mare di Senigallia, nelle Marche e faccio



l'avvocato civilista e penalista. Non ho figli ma sono una moglie che condivide tante passioni con il proprio marito, tra cui anche l'amore per la natura e quella di stare nudi in essa; e proprio questa passione ci ha portato entrambi a entrare nell'A.N.ITA.”

“Ciao, sono **Pamela**. Non amo presentarmi elencando quello che faccio; mi piacerebbe potermi identificare con quello che sono e con quello che sento. Ma, se la società ha bisogno di identificarsi con il mestiere che svolgiamo, allora dirò che sono attualmente un'insegnante, dopo essere stata una Tagesmutter, una danzatrice, una sarta e tante altre cose. Sono filosofa per titolo e per vocazione, attivista per la laicità dello Stato, per i diritti LGBT, per la libertà di tutti e tutte e per l'inclusione. Sono anche celebrante laico-umanista ma, soprattutto sono una madre e una moglie.

### Come siete arrivate a vivere la vostra prima volta naturista?

“La mia prima volta naturista è stata in un centro benessere del nord Italia. – ci racconta **Elena** - Lì è normale stare nudi perché dal costume possono uscire particelle chimiche che nuocciono alla salute. Ho cominciato così a cercare spiagge naturiste e luoghi naturisti ed è da allora che inseguo sempre più la mia libertà fisica che dà vita e sfocia nella mia libertà psichica e la cosa è anche più facilitata perché ho un camper che agevola, in qualsiasi momento, la mia voglia di trovare luoghi a stretto contatto con la natura.”  
“Vivevo in un attico con la mia famiglia d'origine – è invece il racconto di **Pamela** - e ricordo, ancora bambina, mia madre che si vantava con chiunque di poter prendere l'abbronzatura integrale sulla nostra terrazza. Alcune



mattine ospitava le sue amiche a cui offriva il nostro sole, e loro regalavano al nostro appartamento profumo di tiarè o di mallo di noce. Ho cominciato così a mal sopportare i segni bianchi lasciati sul mio corpo dal costume indossato in spiaggia. Da ragazza, avrò avuto poco più di vent'anni, sono riuscita ad andare finalmente in una spiaggia naturista, e da allora faccio fatica a tenere addosso un costume da bagno.”

### Perché così poche donne nelle associazioni naturiste e soprattutto perché così poche donne sole?

**Elena:** “Si parte sempre dal presupposto che una donna, in molti casi, è più debole di un uomo sia fisicamente sia mentalmente. Nelle associazioni naturiste ci sono così poche donne sole perché, magari, si vergognano di comunicare ai propri compagni o ai propri mariti che piace loro stare nude o per il timore che, se glielo comunicassero, sarebbero giudicate in malo modo.”

**Pamela:** “La condizione femminile è una condizione di fragilità ovunque: per strada, sui mezzi pubblici, sul posto di lavoro, sulle



spiagge e, duole dirlo, anche in famiglia. Nella nudità siamo tutti più esposti e vulnerabili e questa vulnerabilità è indubbiamente maggiore per le donne. Credo che questa possa essere la risposta alla tua domanda. Nelle associazioni naturiste ci sono poche donne perché per una donna non è facile stare nuda: in primis se non accetta prima di tutto sé stessa con il suo corpo, se non si piace.”

### Quale sarà il vostro apporto in A.N.ITA. nei prossimi tre anni?

“Nei prossimi tre anni – è l'impegno di **Elena** - vorrei far conoscere il più possibile l'associazione A.N.ITA. a tutti coloro che ancora non la conoscono, vorrei far conoscere i progetti, gli ideali e le finalità dell'A.N.ITA. perché ci possano essere ancora più numerosi aderenti all'interno di quest'associazione. Altresì vorrei dare il mio contributo professionale per venire incontro a problematiche di carattere legale in cui gli associati si potrebbero trovare.”

“Ho una lunga storia di attivismo nel mio bagaglio di esperienze, anche in ruoli di rilievo. – è quanto ci racconta **Pamela** - Ho un buon

successo nel gestire gruppi di lavoro e mi sento portata nel *problem solving*. In A.N.ITA. vorrei offrire non solo le mie competenze, ma anche la mia vitalità e il mio entusiasmo, ricevendone altrettanto in cambio.”

### Se doveste invitare un'amica a fare naturismo come vi approccereste? Per capirci meglio, cambio domanda. Naturismo fa

*rima con sesso libero perché sembra che le donne in spiaggia vengano subito approcciate per sesso?*

**Pamela:** Devo rispondere che è vero. Le donne vengono spesso approcciate per sesso, ma non solo se sono nude su una spiaggia. La nudità viene interpretata come disponibilità, quindi in quel caso l'approccio può farsi più diretto e, talora, violento. Ho invitato molte amiche, negli anni, a fare naturismo e sono sempre riuscita a coinvolgerle solo garantendo loro la presenza di fidatissimi amici maschi pronti a proteggerle.

**Elena:** Se dovessi invitare un'amica a far naturismo cercherei innanzitutto di conoscerla meglio, soprattutto psicologicamente. Cercherei di farle capire che il naturismo ha poco a che fare con il sesso, il naturismo è semplicemente un modo per vivere in armonia con la natura e soprattutto con il proprio corpo.

### Avete l'impressione che in altri Paesi sia più semplice?

“Non ho molta esperienza di





naturismo all'estero, - afferma **Pamela** - ma ho sempre visto donne straniere nelle nostre spiagge, spesso sole. Le ho sempre percepite più sicure e disinvolte di noi. Forse mi sono fatta l'idea che questo loro atteggiamento possa dipendere da una maggior accettazione del Naturismo nei loro paesi, ma potrei sbagliarmi.”  
 “Premettendo che non ho mai praticato naturismo all'estero, - è il pensiero di **Elena** - ho come l'impressione che in altri paesi, a differenza che in Italia, sia più semplice essere naturista. In Italia sembra che essere naturista sia un peccato, un tabù, una specie di handicap.”

Maurizio Biancotti



## Donne & Naturismo

*Riflessioni/intervista sullo sfondo dello splendido scenario della spiaggia di Punta Crena. In un week-end di Luna Piena e con la visita inaspettata della megattera, che ci ha regalato le sue emozionanti evoluzioni a pochi metri da riva! Silvia, una delle più importanti stylist del mondo musicale e dello spettacolo, ci ha raccontato il suo personale percorso nel naturismo. Abbiamo poi chiesto a Sara, Viola e Margarita, giovani ventenni, cosa rappresenta per loro e come lo vivono.*

### **Quando hai iniziato ad avvicinarti al naturismo e cosa hai provato?**

**SILVIA:** L'approccio al naturismo è duplice e questo è molto interessante perché è una storia comune, secondo me, a tante persone. Da una parte ho coltivato una sorta di pudore inconscio, intrinseco, legato anche alla formazione cattolica ricevuta dalla mia famiglia, che mi ha portato a sviluppare fino ai 17/18 anni, un certo rapporto col mio corpo. Dall'altra parte nel momento della post adolescenza, le prime vacanze da sola al mare hanno portato alla scoperta del proprio corpo, in modo più profondo, attraverso se stessi e gli altri. Per esempio il bagno a mezzanotte nudi, che per me era la ribellione, si è trasformata poi in una condizione di libertà con il naturismo stesso, che ha iniziato a sciogliere determinate convinzioni dentro di me. Il momento di

ribellione si è trasformato in un momento di libertà. Questo mi ha permesso di sciogliere i condizionamenti che erano dentro di me, attraverso la naturalezza del gesto: fare un bagno nudi è un fatto naturale, invece di farlo a mezzanotte, quando non ti vede nessuno, ora posso farlo al mare con tutti. Prima la ribellione, adesso la natura, la libertà, la normalità.

La prima volta che ho praticato il naturismo è stato indoor, attraverso una meditazione con un gruppo che mi ha permesso, da una parte di praticarla in modo attivo e dall'altra di sperimentare il naturismo. E di constatare quanto dentro di me fosse aumentato all'ennesima potenza anche lo sviluppo di endorfina, di capire come il mio corpo praticando senza vestiti, riuscisse a buttare fuori una certa quantità e qualità di endorfine diversa rispetto ad avere i vestiti. E' una cosa abbastanza scientifica ed oggettiva che ho potuto constatare dentro di me, poi ho iniziato a praticarlo anche outdoor al Trebbia. Da lì ho sdoganato tutto e ho capito che era una cosa sicuramente molto più semplice, più pulita di quello che molti pensano. Nella sua naturalezza è un modo per avere un rapporto diverso con il proprio corpo e con se stessi nella propria integrità, rispetto agli altri e alla società intera. La cosa che più mi ha sconvolto è il constatare come in una spiaggia naturista l'incontro con gli altri è molto più profondo, ci si spoglia non solo dei vestiti ma di tutto ciò che rappresentiamo, dei nostri ruoli nella società, di qualsiasi tipo di impostazione, per avere semplicemente l'incontro con l'essere, con la persona nel suo intimo.

VIA IV MORI 19- CABRAS (OR)

**Sa Cottilla**

AFFITTACAMERE  
 info@sacottilla.it  
 www.sacottilla.com  
 +39 3332295405

Sconto del 10% sul soggiorno e per l'affitto dell'intera struttura  
 Solo prenotando direttamente





### Come ti aiuta il naturismo nel tuo quotidiano?

**SILVIA:** Per me è importantissimo, rappresenta una costante del mio mondo quotidiano, dato che il mio lavoro, la mia professione è esattamente l'opposto. Io mi occupo di vestire persone, quindi di creare delle maschere ai personaggi. Perciò in realtà faccio esattamente l'opposto e mi serve tantissimo questo momento. Mi serve per rielaborare, per estraniarmi totalmente, per rivalutare, riformulare e ricordarmi di che cosa vuol dire la vita reale e che cos'è la mia persona, al di là dei miei personaggi. Dato che un po' tutti dobbiamo fare i conti, chi più chi meno, con questa realtà. Per me soprattutto, essendo all'interno del mondo dello spettacolo, mi serve sia per ricentrarmi e ricalibrare il rapporto con me stessa e con la natura, ma allo stesso tempo anche per ripulirmi ed ottenere nuove ispirazioni, per poi creare. Nel momento della creazione avere un canale pulito, rispetto al mio prossimo progetto, alle mie prossime maschere, è sicuramente un momento di ispirazione fondamentale.

Una cosa fondamentale che mi piacerebbe sempre più comunicare, quello che vorrei che arrivasse a tutti, è proprio il fatto che qui non ci sono zone torbide, non esistono. E' un modo semplice di vivere la Natura e di rispettarla così com'è ed è il modo migliore per farlo. Non c'è nessun altro motivo per cui si dovrebbe iniziare a praticarlo, solo il fatto di vivere il mare, la montagna o comunque vivere una vita semplicemente nel rispetto della Natura.

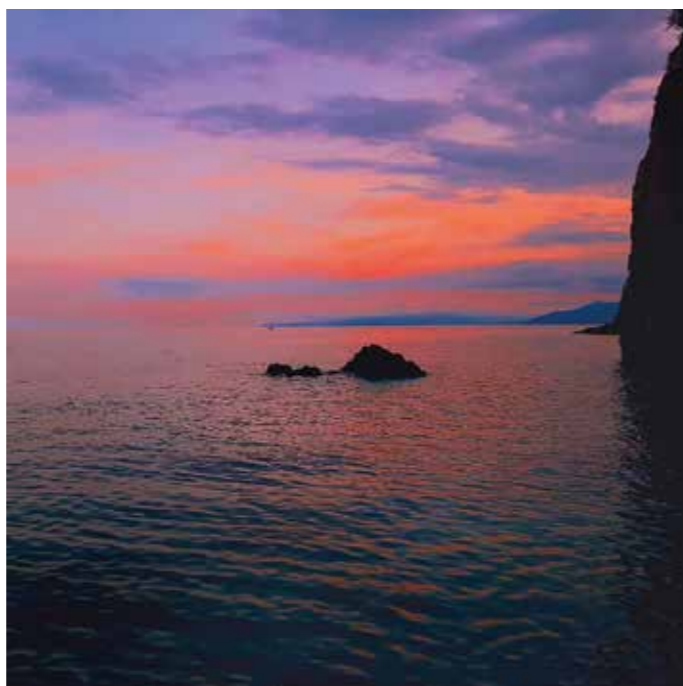
### Come possono le donne evolvere attraverso il

### naturismo utilizzandolo anche come un percorso di crescita personale, di lavoro su se stesse?

**SILVIA:** La donna oggi arriva da un percorso storico molto complesso anche strumentalizzato dalla politica e dalla società, è stata condizionata doppiamente, un po' anche da quella che è la storia, che l'ha voluta prima madre, creatrice, poi l'ha voluta lavoratrice, si è caricata quindi di una funzione che non è parte della sua natura e che la condiziona. Tutto questo arriva anche in modo inconscio e crea dei pattern, delle memorie inconse.

Nel momento in cui la donna si spoglia, si spoglia anche di tutti questi ruoli. Diventa semplicemente una donna davanti al mare, davanti alla natura, con i piedi nudi sull'erba e raggiunge lì uno stato naturale dell'essere, senza condizionamenti derivanti dal suo tipo di storia, inizia il processo di destrutturazione del pattern. Lì non ci sono esempi da seguire, ci sono soltanto sensazioni da provare, si ritorna a uno stato tale per cui lei ritorna a se stessa, in modo semplice. Innalza la sua personalità e riconosce l'essere. E' molto importante anche per rivalutare il rapporto con il proprio corpo, completamente desessualizzato, proprio in una forma, in uno stato naturale, con la consapevolezza di fluire solamente nella propria anima, senza pensare al fatto di essere donna o uomo ma semplicemente, completamente centrata in una forma superiore. Così facendo è molto più semplice sicuramente farlo, perché siamo spogli... donne, uomini è uguale.

La Natura ha tutte le informazioni, basta saperla ascoltare. Il naturismo è l'inno alla Natura, un linguaggio per viverla in modo semplice.



### Sara, Viola e Margarita, cosa rappresenta per voi, giovani ventenni, il naturismo?

**SARA:** Per me è una liberazione. Non lo facevo da tanto, mi capitava da piccola perché i miei genitori mi portavano al mare e mi lasciavano nuda, non lo vedevano come nulla di male, un bambino nudo non è niente di così scandaloso. Poi dopo un po', frequentando anche i posti giusti, ho sentito proprio questa sensazione di volermi effettivamente liberare, stando nuda. A differenza di altre persone, non trovo che i vestiti siano un qualcosa che ti lega o che ti caratterizza, però lo stare nudi invece ti rende proprio parte anche "animale" con le altre persone, con gli altri esseri umani. Si ritorna proprio a quello stato più ancestrale che secondo me è importante da ricordare. Questa è la mia idea sul naturismo, a



me capita anche di stare in casa nuda e ha migliorato tantissimo anche il rapporto col mio corpo. Non mi vergogno ad andare in giro nuda con altre persone, è proprio un momento in cui ci si sente liberi e si ritorna proprio a quello stato puro e animale dove tutto quanto, la terra, la sabbia, l'acqua, gli alberi sono come noi, parte di noi.

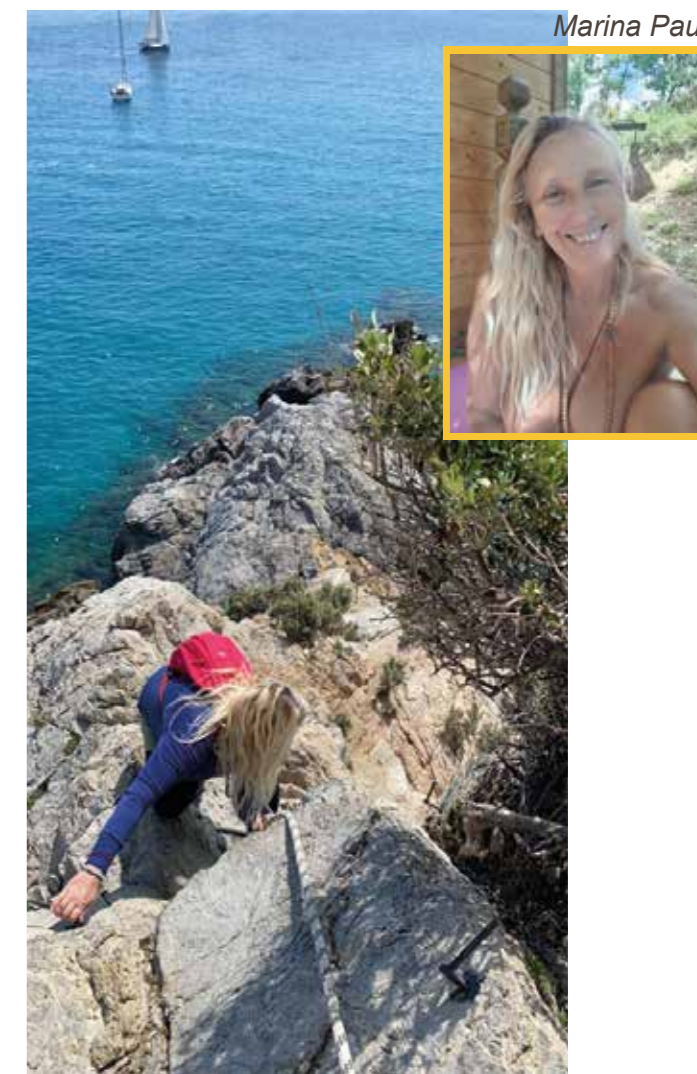
**VIOLA:** Io invece è da poco che vivo il nudismo, da quando ho conosciuto le persone giuste per poterlo fare. In realtà ti rende libero e anche fedele in tutto. Essere nudi secondo me vuol dire anche avere fiducia nell'altro, non avere pregiudizi. Il mondo in cui viviamo è pieno di pregiudizi quindi è normale crearseli, invece così mi metto a nudo letteralmente.

**MARGARITA:** In realtà mi ha aiutato molto, da quando ho iniziato a stare nuda, a sentirmi meglio col mio corpo, in posti in cui mi sentivo al sicuro per

farlo, come appunto in valle (la valle della Luna in Sardegna). La prima cosa che penso di solito è la forma dei corpi, il mio corpo, il corpo delle altre persone, così bello da vedere e il fatto che comunque non ci siano specchi, ci sentiamo più liberi dagli sguardi e dai giudizi.

**SARA:** Aiuta il fatto come tu hai detto, che non ci sono specchi. Io stavo proprio pensando alle spiagge normali dove ci sono sempre i bagni con tutti quegli specchi, di ogni tipo. Per esempio, sempre in valle della Luna ho passato un mese senza guardarmi allo specchio ed è stato bellissimo!

**VIOLA:** A me ha aumentato molto l'autostima mettermi a nudo, vedendo anche i corpi delle altre soprattutto, ho imparato ad apprezzarmi e a non dire "ma tu sei peggio di quella ragazza lì..." E più guardo le altre ragazze e più mi rendo conto che anche il mio corpo è bello. Perché siamo tutti belli nella nostra unicità. E' più importante poi guardare gli occhi delle persone ed entrare in quella sfera spirituale in cui non c'è più il corpo ma c'è il "dentro". Osservare il dentro e non il fuori, è una cosa molto bella anche se molto difficile.



Marina Paul

## Crociere Naturiste

a bordo di RONIK - Jeanneau Sun Odyssey 52.2  
in CREWED CHARTER con skipper ed hostess



Sconti per tutti i soci con bollino INF/FNI in corso di validità



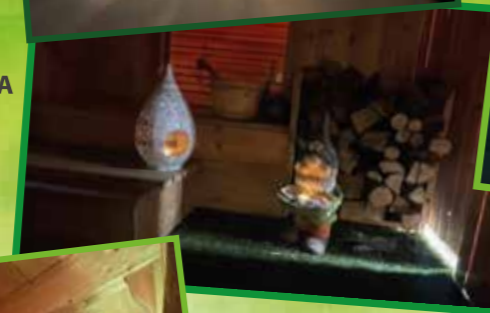
*"Siamo Betty e Mauro, hostess e skipper professionisti.  
Saremo noi stessi l'equipaggio ufficiale della vostra vacanza,  
liberandovi da tutte le incombenze logistiche.  
Quindi dovrete solo "rilassarvi e divertirvi"!!!"*

Sailing RONIK  
Basi Nautiche: Marina di Andora (SV) - Sardegna  
Tel.: +39.335.6765359  
E-mail : info@arundelyachting.com  
Web : www.arundelyachting.com



CENTRO BENESSERE MISTO E NATURISTA

La più grande  
sauna a calore  
naturale della  
Lombardia



Per tutti i Soci A.N.ITA. con  
bollino INF/FNI in corso di validità:

- 20% Sconto sul biglietto d'ingresso;
- 15% Sconto sui Trattamenti;
- 10% Sconto sui Massaggi.

www.olimpicsaunacenter.it  
Borgosatollo, Via Molino Vecchio, 205 angolo Via Bettole 2  
030.6480009 - 380.1336845

## In vacanza con gli amici dell' A.N.ITA.

Marzo 2020. Una data che ha cambiato molte cose nel tempo. Il mondo che si ferma. Sembra tutto così irreali. Nessuno se la sente più di spendere per investire in un futuro che sembra non esserci più; nessuno se la sente neanche di prendersi un impegno per promettere sconti e vantaggi ai clienti della propria attività, attività che non vedono un futuro.

Lo stesso vale per noi, come A.N.ITA. Dopo avere provato a bussare a più porte per riuscire a trovare aziende che fossero in grado di promettere sconti e vantaggi ai nostri associati in regola con l'iscrizione annuale, oppure che volessero investire una manciata di euro per comparire come sponsor sulla nostra rivista o sui nostri canali digitali, di fronte ad una serie di dinieghi ci siamo resi conto che forse non era proprio il momento d'insistere e magari bruciare delle opportunità future, abbiamo quindi pensato bene e deciso di archiviare e rimandare a momenti migliori, tenendo in calendario a data da destinarsi e bene in vista, anche questo tipo di attività. Siamo fermamente convinti di poter dare il nostro apporto commerciale e fare a volte la differenza con il turismo che si genera intorno alle attività naturiste, ne abbiamo già avuto riprova e conferma da parte di commercianti.

Come A.N.ITA. ci teniamo a riuscire anche in questo tipo di attività proprio per ringraziare tutti coloro che nonostante le difficoltà che si sono presentate hanno comunque rinnovato e continuano a rinnovare negli anni l'adesione all'associazione e credono nel lavoro costante ed impegnativo che da essa e dai suoi soci viene continuamente svolto in silenzio ma con grande impegno di tempo ed energie personali, per riuscire a diffondere e normalizzare uno stile di vita che amiamo, come quello rappresentato dal naturismo, abbattendo tabù e luoghi comuni del mero discutere senza avere conoscenza di ciò di cui si parla.

2022. Qualcosa comincia a muoversi di più, comincia ad esserci un certo fermento nell'aria; si avverte la voglia di svoltare, di cambiare pagina. A.N.ITA. in ogni caso non si è mai fermata, ha cercato di essere sempre presente sfruttando il canale digitale. Cominciamo anche noi dell' "UFFICIO" SPONSOR & CONVENZIONI" a riprendere l'attività. Piano piano si rinnovano le vecchie convenzioni e ne arrivano di nuove, anche da parte di coloro che avevamo sentito in passato e che si sono ricordati di noi, cominciano a capire l'apporto che potremmo dare alle loro attività.

5 MAGGIO 2023 Finalmente sembra finire ufficialmente l'emergenza Covid.

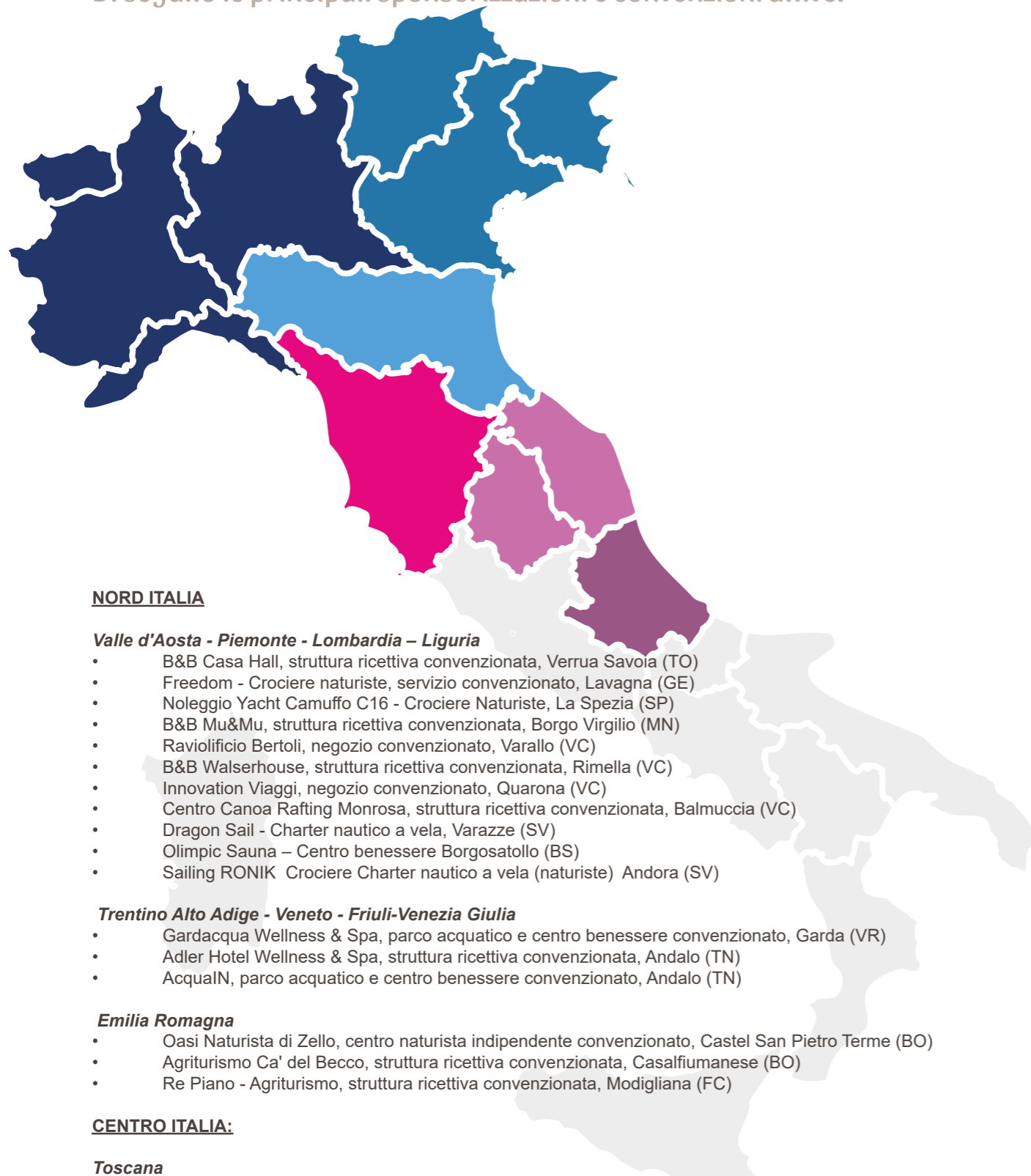
Arrivano finalmente i primi sponsor di A.N.ITA. Vedono in essa un partner interessante al punto che decidono di farsi appunto sponsorizzare sui canali social dell'associazione per farsi conoscere ed allargare così il proprio bacino di utenza, sempre con un occhio di riguardo verso gli associati.

Li potrete trovare nel Banner di Italia Naturista, con vantaggi e proposte adeguate alle esigenze degli iscritti ad A.N.ITA.

Quindi, grazie a tutti voi, grazie ai nostri sponsor ed ai nostri esercizi convenzionati che possano aumentare a dismisura! Presentatevi da loro con la vostra tessera A.N.ITA. e avrete gli sconti a noi riservati.

Claudio Reali

Di seguito le principali sponsorizzazioni e convenzioni attive:



#### **NORD ITALIA**

##### **Valle d'Aosta - Piemonte - Lombardia - Liguria**

- B&B Casa Hall, struttura ricettiva convenzionata, Verrua Savoia (TO)
- Freedom - Crociere naturiste, servizio convenzionato, Lavagna (GE)
- Noleggio Yacht Camuffo C16 - Crociere Naturiste, La Spezia (SP)
- B&B Mu&Mu, struttura ricettiva convenzionata, Borgo Virgilio (MN)
- Raviolificio Bertoli, negozio convenzionato, Varallo (VC)
- B&B Walserhouse, struttura ricettiva convenzionata, Rimella (VC)
- Innovation Viaggi, negozio convenzionato, Quarona (VC)
- Centro Canoa Rafting Monrosa, struttura ricettiva convenzionata, Balmuccia (VC)
- Dragon Sail - Charter nautico a vela, Varazze (SV)
- Olympic Sauna - Centro benessere Borgosatollo (BS)
- Sailing RONI K Crociere Charter nautico a vela (naturiste) Andora (SV)

##### **Trentino Alto Adige - Veneto - Friuli-Venezia Giulia**

- Gardacqua Wellness & Spa, parco acquatico e centro benessere convenzionato, Garda (VR)
- Adler Hotel Wellness & Spa, struttura ricettiva convenzionata, Andalo (TN)
- AcqualN, parco acquatico e centro benessere convenzionato, Andalo (TN)

##### **Emilia Romagna**

- Oasi Naturista di Zello, centro naturista indipendente convenzionato, Castel San Pietro Terme (BO)
- Agriturismo Ca' del Becco, struttura ricettiva convenzionata, Casalfiumanese (BO)
- Re Piano - Agriturismo, struttura ricettiva convenzionata, Modigliana (FC)

#### **CENTRO ITALIA:**

##### **Toscana**

- Locanda di Terramare, struttura ricettiva convenzionata, Gabbro - Rosignano Marittimo (LI)
- BNatural Naturism & Glamping, struttura ricettiva convenzionata, Piombino (LI)
- Casa Vacanze Pievevecchia, struttura ricettiva convenzionata, Santa Fiora (GR)
- B&B Mondo Selvaggio, struttura ricettiva convenzionata, San Cassiano di Controne (LU)

##### **Umbria - Marche**

- B&B Pomario di Montepiglio, struttura ricettiva convenzionata, Amelia (TR)

##### **Abruzzo**

- La Sorgente - Casa Vacanze, struttura ricettiva convenzionata, Catignano (PE)
- Abruzzo Charter & Sailing Nautica Turismo
- Park Hotel Villa Immacolata, struttura ricettiva convenzionata, Pescara (PE)

#### **SUD ITALIA:**

##### **Puglia - Basilicata**

- Grottamiranda Resort Naturista, struttura ricettiva certificata FENAIT, Carovigno (BR)
- Naturist Park Coppa della Nuvola, struttura ricettiva convenzionata, Peschici (FG)
- Grand Hotel Dei Cavalieri, struttura ricettiva convenzionata, Campomarino di Maruggio (TA)
- B&B Villa Boschetto, struttura ricettiva convenzionata, Maruggio (TA)
- B&B Lune Saracene, struttura ricettiva convenzionata, Maruggio (TA)
- B&B Agriverde Club, struttura ricettiva convenzionata, Torre Chianca (LE)
- Casa Solento, struttura ricettiva convenzionata, Maruggio (TA)
- Casa Pisaturu, struttura ricettiva convenzionata, Cocumola (LE)
- Luvi Affittacamere, struttura ricettiva convenzionata, Maruggio (TA)
- Casa Vacanze Villa Bruno, struttura ricettiva convenzionata, Maruggio (TA)
- Casa Vacanze EDEN, struttura ricettiva convenzionata, Trani (BT)

##### **Campania - Calabria**

- Emozioni Visive, negozio convenzionato, Villa San Giovanni (RC)
- Smak Gioielli, negozio convenzionato, Pizzo (VV)
- Villa Desidera a Pizzo, struttura ricettiva convenzionata, Pizzo (VV)
- Ev.d Photo: Fotografi Freelance, negozio convenzionato, Taverna di Montalto Uffugo (CS)
- B&B Casa Canale, struttura convenzionata, Reggio Calabria (RC)
- Koku's Village Camping - area sosta camper attrezzata, Stignano (RC)



#### **ISOLE:**

##### **Sicilia - Sardegna**

- B&B Naturista Physis, struttura ricettiva convenzionata, Mazara del Vallo (TP)
- Crociere naturiste Physis, servizio convenzionato, da Castellamare del Golfo (TP)
- A.A. Camper/Roulotte/Tende - Baglio Maragani, Sciacca (AG)
- B&B Le Dune, struttura ricettiva convenzionata, Lascari (PA)
- B&B Eteuo, Belpasso (CT)
- Casa Gioiosa, struttura ricettiva convenzionata, Gioiosa Marea (ME)
- Casa Vacanza "Il sogno House Gallery", Cuglieri (OR)
- Pà Blank B&B, struttura ricettiva convenzionata, Alghero (SS)
- Cala Bona Apartment, struttura ricettiva convenzionata, Alghero (SS)
- B&B Sa Cottilla, Cabras (OR)
- Cooperativa Alea, escursioni guidate nella Penisola del Sinis, Cabras (OR)



## La classe di Milena Vukotic

Ci sono giorni fortunati e può capitare di trovarsi faccia faccia con un mito del cinema italiano: Milena Vukotic.

Grazie all'amico comune Carlo Confalonieri, abbiamo potuto incontrare questa grandissima attrice, che per noi attori in erba è un monumento.

Famosa per le sue interpretazioni in *Gran bollito* di Mauro Bolognini, *Il fascino discreto della borghesia* di Luis Buñuel, *Amici miei* e *Amici miei - Atto II°* di Mario Monicelli, Milena Vukotic ha conosciuto il grandissimo successo per il ruolo di Pina Fantozzi, moglie del famoso ragioniere Ugo nella saga di Paolo Villaggio.

Per i più giovani è stata invece protagonista de *Un medico in famiglia* nella parte di Enrica, la moglie di Libero Martini (nonno Libero interpretato da Lino Banfi).

Milena Vukotic è stata diretta dai più importanti registi: Ettore Scola, Mario Monicelli, Lina Wertmüller, Dino Risi, Steno, Carlo Lizzani, Federico Fellini, Carlo Verdone, Luis Buñuel, Bernardo Bertolucci, Sergio Martino, Andrej Tarkovskij, Nagisa Ōshima, Walerian Borowczyk, Franco Zeffirelli e Ferzan Özpetek.

Buongiorno signora Milena Vukotic, siamo Maurizio e Luca e vorremmo intervistarla per ItaliaNaturista la rivista dell' A.N.ITA., l'Associazione Naturista Italiana.

Non vogliamo approfittare della sua pazienza e le faremo tre sole domande. Naturalmente decida lei se vuole rispondere.



Foto di Dario Fava

### Prima domanda.

**Qual è il suo rapporto col corpo oggi? E com'era da giovane, da ragazzina?**

*Ho sempre avuto una grande attenzione del mio corpo.*

*Io vengo dalla danza classica che è stata la mia prima grande passione. La danza classica è molto dipendente da ogni parte del corpo inteso come organismo perfetto.*

*Il corpo per i ballerini è fondamentale e si ha da subito la consapevolezza di questo.*

**Quindi quella sua postura, che sembra quasi statuaria in alcuni momenti, è legata proprio alla sua formazione. Quanto l'ha aiutata nel cinema e nel teatro?**

*Mi ha dato un senso della disciplina e della realtà perché è una cosa quasi matematica, senza l'assoluta conoscenza di ogni parte del corpo è difficile sviluppare questa ambizione. Anche nella trasmissione *Ballando con le stelle* è stato importante riscoprire questa disciplina. Quella è stata una bella sfida.*



Foto di Dario Fava

Passiamo a parlare di corpo nudo. Noi due abbiamo recitato in una pièce teatrale di Antonio Mociola, alla *Pirate* di Carlo Confalonieri e in scena eravamo nudi.

**La seconda domanda è appunto quindi questa. Ha mai recitato nuda in teatro o al cinema?**

*No, a parte una scena in un film di Bolognini nella quale interpretavo una serva sordomuta, non mi è mai capitato. Nella mia carriera mi hanno assegnato quasi sempre parti che mi imbruttivano e spesso il mio corpo è stato mortificato.*

*Ci fu però il fotografo Angelo Frontoni che un giorno mi disse: "Ti fanno apparire sempre così brutta... perché non ti fai ritrarre nuda?" Io rimasi sorpresa, ma accettai la sfida: Le foto piacquero ai responsabili e venne fatto un servizio su *Playboy* che venne accompagnato da un bel testo di Alessandro Blasetti che parlava della femminilità. C'erano nello stesso servizio le mie foto da brutta e queste in cui potevo mostrarmi in modo diverso. La mia nudità era molto mitigata e camuffata. Gli scatti di Frontoni per *Playboy*, però, in quegli anni, fecero il giro del mondo.*

*Ero contenta che la gente mi conoscesse anche in questo modo, ma non volevo che le foto fossero di nudo fine a se stesse. La nudità un po' di imbarazzo me lo crea, comunque. Bisognerebbe avere sempre gli occhi dei bambini, per loro il pudore non esiste.*

**Un'ultima domanda. Perché, soprattutto in Italia, la nudità sembra portare sempre al sesso?**

*Credo che sia per la rigida educazione che molti hanno avuto in obbedienza alla Chiesa Cattolica lo stessa, per quanto riguarda la mia famiglia, non ho mai parlato di nudità. Ho però avuto una crescita più libera. In teatro però è diverso. Ricordo di aver visto scene di *Living Theatre* molto libere.*

Non vogliamo sottrarre altro tempo, grazie davvero per questa chiacchierata e per la sua cortesia.

Dall'intervista scritta non traspare l'emozione, ma, davvero, abbiamo conosciuto una delle attrici che hanno fatto grande il cinema e il teatro.

Luca O'Connor e Maurizio Biancotti



# Il vocabolario del Pride

Giugno è il mese del Pride. Abbiamo già scritto in precedenza, su questa rivista, qualche informazione relativamente alla ricorrenza del 28 giugno, quando nel 1969 si diede inizio ai *Moti di Stonewall*. Dall'anno successivo, un corteo celebra questo evento, rivendicando le proprie identità e chiedendo riconoscimento giuridico e sociale. Per essere *ri-conosciuti* occorre prima essere *conosciuti*, vale a dire che la *conoscenza* è alla base di ogni rapporto con l'*altro*, quindi offre gli strumenti di comunicazione e di conseguente inclusione. Da questo assunto nasce l'esigenza di fornire qualche

convenzionale che permette lo scambio di pensieri, idee ed emozioni. Se non abbiamo dimestichezza con un linguaggio appropriato e rispettoso, rischiamo di non comprendere e, di conseguenza, di commettere errori inconsapevoli che potrebbero ferire il nostro interlocutore. Partiamo proprio dal Pride, l'evento che in tutto il mondo (o quasi) si svolge a metà strada tra una festa e un urlo di affermazione, un urlo collettivo che vuole farsi sentire, che vuole dire "noi ci siamo, e siamo *orgogliosi* di esserci". Ma noi chi? Noi tutti e tutte, *noi* che incontriamo per strada, *noi* che dividiamo l'ufficio con te, *noi* che siamo gli insegnanti dei tuoi figli o che siamo i tuoi vicini di casa. Noi, persone come te, ma senza i tuoi diritti, senza un riconoscimento giuridico, che

amici. Ma con dentro un *orgoglio*, e *pride*, in inglese, significa proprio orgoglio. Una volta si chiamava Gay Pride, era la parata dell'orgoglio gay, ma più recentemente si è preferito usare solo *Pride*. Perché questa scelta? Perché non esistono solo i gay, altre persone sentono la necessità di rivendicare i propri diritti manifestando il proprio *orgoglio*, il Pride è così diventato più inclusivo, accoglie veramente tutti e tutte. In generale, ma solo in generale, distinguiamo le persone tra *eterosessuali* e *omosessuali*: le persone eterosessuali sono quelle che si relazionano sessualmente e/o affettivamente con persone del sesso opposto (etero=diverso), mentre le persone omosessuali quelle che si relazionano con persone dello stesso sesso

esso correlati, dobbiamo approfondire alcuni concetti ed appropriarci di un vocabolario più preciso. Partiamo dalla comprensione della singola persona e distinguiamo sesso biologico, identità di genere e orientamento sessuale. L'identità di genere è la percezione che una persona ha di se stessa, indipendentemente dagli organi genitali di cui è dotata: un maschio, cioè una persona xy, può percepirsi uomo (in questo caso si dice cisgender) oppure può percepirsi donna (e si dice transgender MtoF, cioè Male to Female); allo stesso modo una femmina, cioè una persona xx, può percepirsi donna (cisgender) oppure uomo (transgender FtoM). Facciamo sempre attenzione ad usare correttamente i pronomi!!! Le persone transgender devono essere appellate con il pronome del genere in cui si riconoscono!!! L'orientamento sessuale, invece è il genere verso cui una persona è attratta, l'attrazione può essere di tipo sessuale, affettivo, romantico o tutti insieme: un uomo attratto da un altro uomo si chiama gay, una donna attratta da un'altra donna si chiama lesbica, un uomo o una donna attratti sia da uomini che da donne si chiamano bisessuali. Recentemente si tende ad utilizzare l'acronimo LGBT (Lesbian Gay Bisex e Transgender) oppure LGBTQ, o ancora LGBTQI+ o LGBTQIA+, dove Q sta per Queer, I per Intersex, A per Asexual e il simbolo + lascia aperta la definizione a tutte quelle persone che non si riconoscono nelle prime lettere dell'acronimo ma sono comunque parte della

comunità Arcobaleno (chiamata così proprio perché contiene tutte le sfumature cromatiche possibili). Stiamo parlando di linguaggio, e non possiamo non fare qualche riferimento rispetto all'uso di segni quali l'asterisco, \*, e lo schwa, ə, tentativi di neutralizzare parole maschili o femminili che, nella lingua italiana, non hanno il genere neutro. Nella lingua scritta si possono trovare frasi come "*buongiorno a tutt\**" oppure "*buongiorno a tuttə*" ma nella lingua parlata non esiste un suono corrispondente, anche se alcune persone provano a pronunciare omettendo la lettera finale della parola. Nel parlato si sta usando sempre di più il plurale inclusivo maschile insieme a quello femminile, per esempio "*buongiorno a tutti e a tutte*", modalità espressiva che comincia a comparire anche in

scritti ufficiali come inviti, circolari, regolamenti e presentazioni. La lingua si evolve continuamente in base alle esigenze di comunicazione tra le persone, e anche la comunità LGBT cerca costantemente un linguaggio che possa rappresentarla al meglio: certe volte sembra facile, altre volte sembra un problema insuperabile. Per adesso, partecipiamo numerosi e numerose ai prossimi Pride, perché i diritti sono *di tutte*.

Pamela Deiana



strumento che permetta di avvicinarci a una comunità ancora discriminata e ancora vittima di pregiudizi ed emarginazione. Il linguaggio è quella struttura

dobbiamo vivere nell'ombra e nascondere la nostra vita privata per mantenere il nostro posto di lavoro o la nostra casa, per non perdere l'affetto della nostra famiglia e dei nostri

(omo=uguale). Questa distinzione può ancora valere in linea di massima ma, se vogliamo comprendere un po' meglio il mondo che ruota intorno al Pride e a tutti gli altri eventi ad



## L'angolo Legale del Nudiverso

È giusto? Devo sopportare questa situazione? Posso reagire? Ho il diritto di fare, dire od ottenere qualcosa? A chi mi rivolgo per esercitare i miei diritti?

Quante volte ci siamo fatti domande di questo tipo? Quante volte avremmo voluto avere a portata di mano un avvocato o, comunque, una persona che fosse in grado di rispondere alle nostre domande? Talvolta abbiamo ottenuto risposta; talvolta siamo rimasti nel dubbio o abbiamo ricevuto consigli che non ci hanno convinto. Ci siamo trovati a subire, quando potevamo reagire, rinunciando così a diritti che potevamo far valere.

Questa rubrica intende far conoscere quali sono i diritti e i doveri per non subire ingiustizie e per non farsi imbrogliare.

Sapere, ad esempio, come ci si deve comportare nelle problematiche legate alla nostra vita di tutti i giorni e come comportarsi per essere tutelati nel nostro diritto allo stare nudi nel rispetto del prossimo.

A Voi lettori si chiede di pormi quesiti legali di Vostro interesse.

Avv. Elena Discepoli

### È reato il Nudismo?

Il codice penale afferma che si considerano osceni gli atti e gli oggetti che, secondo il comune sentimento, offendono il pudore.

Con un'importante sentenza del 2000, la Corte di Cassazione ha stabilito che il nudo integrale, se praticato in luoghi (ad esempio, spiagge) riservati o frequentati solamente o prevalentemente da chi condivide il naturismo, non costituisce reato, in quanto non offende la moralità o il pudore di chi osserva. Ovviamente, a patto che il nudo non sia accompagnato da atteggiamenti erotici da parte di chi lo esibisce.

Nel 2012 la Corte di Cassazione è tornata sul tema punendo un bagnante che mostrava le sue parti intime in una spiaggia non riservata ai nudisti.

Il nudo integrale nelle spiagge normalmente frequentate da nudisti non costituisce il reato di atti osceni in luogo pubblico perché non offende il pudore degli altri bagnanti.

Al contrario, si incorre in sanzione se la spiaggia (o il luogo pubblico) non è "preparato" a questo tipo di esternazioni.

Alla luce di quanto sopra detto, si può dire che il nudismo costituisce reato quando è praticato in luoghi non adatti all'esibizione del corpo così come Madre Natura l'ha fatto: si pensi a chi viaggia nudo in treno o in autobus, ma anche a chi prenda la tintarella completamente privo di costume in una spiaggia per famiglie.

Il codice penale, oggi, dice che chiunque, in luogo pubblico o aperto o esposto al pubblico, compie atti osceni è soggetto alla sanzione amministrativa pecuniaria da cinquemila a trentamila euro.

Resta invece il reato (reclusione da quattro mesi a quattro anni e sei mesi) se il fatto è commesso all'interno o nelle immediate vicinanze di luoghi abitualmente frequentati da minori e se da ciò deriva il pericolo che essi vi assistano.

Girare nudi per strada nei paraggi di una scuola, quindi, integra il reato di atti osceni anche se nessun bambino osservi: è sufficiente il semplice pericolo che ciò accada.

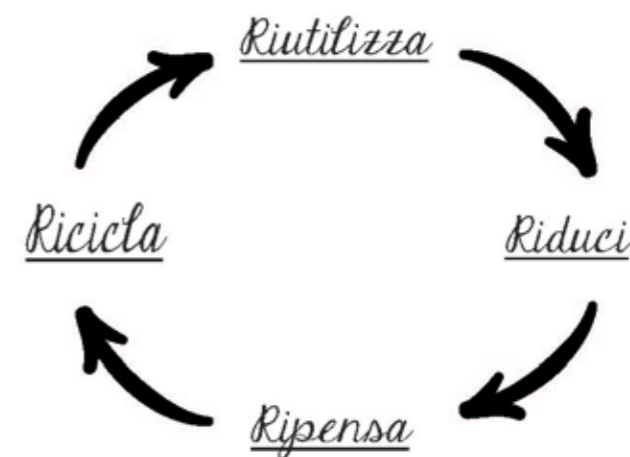
Avv. Elena Discepoli

## La regola delle 3 R

(che ormai sono diventate 4)

Cos'è la regola delle 3 R? Possiamo definirla come una summa delle regole che concorrono alla difesa dell'ambiente, ma anche spunto per una riflessione quasi filosofica; non spaventatevi! Questa regola si ispira ad una figura geometrica circolare, un'immagine, una figura, cioè, che non ha né inizio né fine. Dove i diversi concetti che concorrono alla sua formazione sono così strettamente collegati, intrecciati l'uno con l'altro, che non si può individuare un inizio e una fine.

Quali sono i concetti che concorrono a formare questa regola? **Riciclare**, **Riutilizzare** e **Ridurre**, ossia i concetti base dell'ecologia e del rispetto ambientale. Con il passare del tempo e con l'approfondirsi della riflessione, a questa triade si è aggiunto un altro elemento: **Ripensare**. Ecco quindi che accanto ai primi tre, alquanto pratici, se ne aggiunge un quarto più teorico.



Dopo questa breve introduzione, spero chiara, proviamo a cercare di spiegare e di approfondire un poco il significato di questi quattro termini.

### Riciclare

Molti considerano il *Riciclo* di tanti oggetti non più utilizzati come la medicina universale, la panacea per risolvere i problemi dell'ambiente. Oggi non c'è quasi confezione o prodotto che non esibisca sull'etichetta la percentuale di riciclo possibile; addirittura molti produttori di automobili, tanto per fare un altro esempio, con fierezza denunciano non trascurabili percentuali di riciclo.

Ma, in realtà, pur essendo un'ottima pratica, il riciclo, è solo l'ultimo aspetto della soluzione. Riciclare gli oggetti non risolve il problema costituito dallo stile di vita consumista responsabile dell'enorme produzione di rifiuti.

Possiamo riciclare molto della nostra produzione, fonderla e rifonderla, ma se non mettiamo in discussione lo stile di vita dell'umanità intera rimarremo sempre a metà del guado.

### Ridurre

Ecco l'altro aspetto del problema, uno dei noccioli duri del dibattito, forse il più difficile da affrontare: *Ridurre* la produzione.

"Ridurre la produzione di cosa?" Di oggetti inutili, certo! Cominciamo però a ridurre la produzione di rifiuti. Uno, due, tre strati di carta, plastica e alluminio (spesso insieme) per imballare un etto di prosciutto o un pezzo di formaggio. "Sì, ma dov'è il problema?" dice qualcuno, "... io li riciclo", già, ma quanta energia si utilizza per produrli e poi quanta ancora ne occorre per riciclarli (oltre all'inquinamento)? Senza considerare poi che acquistando il prodotto, in definitiva, l'acquirente li paga.

Senza voler entrare in diatribe economiche poniamoci una domanda: non sarebbe meglio non produrne e per quanto possibile riusare?

## Riusare

Cosa significa *Riusare*? Un esempio quasi banale: perché non andare a fare la spesa con una nostra borsa di stoffa: "Vuole una borsa?", "No, grazie, ho la mia".

Riusare significa utilizzare circuiti dell'usato, noleggiare sci, mobili o auto, ma anche voltare un foglio stampato su un lato per prendere appunti, o provare a far riparare qualche piccolo elettrodomestico o quel paio di pantaloni scuciti.

È vero che questi artigiani in taluni luoghi sono difficili da trovare, però anche loro fanno parte del circuito economico e siccome molte volte la domanda crea l'offerta, guarda caso in molte città stanno tornando; cerchiamoli, utilizziamoli e sosteniamoli!

## Ripensare

Ecco il quarto elemento sul quale alcuni chiederanno spiegazioni circa le motivazioni che hanno portato ad includerlo nella nostra figura circolare.

"Cosa c'entra il *Ripensare* con la difesa dell'ambiente?" C'entra, eccome se c'entra! Difendere l'ambiente è uno stile di vita, che implica scelte continue e coerenti. Perché ripensare, riflettere, meditare sui nostri comportamenti quotidiani può portare ad individuare atteggiamenti di poco o per nulla virtuosi e a sostituirli con altri, non più faticosi o che possono non richiedere impegni gravosi, ma rispettosi ed ecologicamente sostenibili.

Elenchiamo alcuni comportamenti, una sorta di decalogo di piccoli gesti quotidiani che ognuno di noi, senza particolare fatica, solo con un poco di buona volontà, potrà mettere in pratica:

- con l'acqua della pasta, lasciata raffreddare, si possono innaffiare le piante; l'amido e i sali minerali rendono il terreno più fertile
- usare i contenitori in metallo o in vetro per acquistare e conservare caffè, tè e tisane, farina, zucchero, sale, biscotti, pasta... nei negozi leggeri (ossia dove si vendono i prodotti sfusi)
- riutilizzare le bottiglie di vetro per latte, olio, detersivi alla spina...
- riutilizzare i barattoli in vetro, perfetti per conserve di verdure, marmellate di frutta di stagione, congelare i cibi precedentemente cucinati, conservare spezie...
- durante le feste ognuno si porta piatti in ceramica, bicchieri di vetro e posate in metallo e poi si lavano in lavastoviglie

Giuli Hall



**ANIMA SELVA**  
**30 GIUGNO**  
**1 - 2**  
**LUGLIO**

ASSOCIAZIONE NATURISTA EMILIANO ROMAGNOLA  
**ANER**  
www.naturaner.it  
info@naturaner.it

**A.N.I.T.A.**  
Associazione Naturista Italiana

**ALLA SCOPERTA DELL'IO**  
**IL CICLO DELLA VITA**  
**ACQUA TERRA**  
**ARIA FUOCO**

**CA' LE SCOPE**  
**MARZABOTTO (BO)**

**ISCRIZIONI:**  
**EVENTI@NATURISMOANITA.IT**  
**WWW.ITALIANATURISTA.IT**



Via Tharros, 145, 09072 Cabras OR  
www.aleambiente.it  
info@aleambiente.it  
Tel.: 0783299033

La Penisola del Sinis offre panorami insoliti e affascinanti che vi aiuteremo a scoprire con gradevoli passeggiate tra gli intensi profumi della macchia mediterranea e le bianche spiagge di quarzo. Grazie alle nostre escursioni apprezzerete le caratteristiche di alcuni tra gli angoli più belli di questo territorio della provincia di Oristano ancora poco conosciuto. Luoghi in cui la natura e le vicende umane hanno contribuito ad esaltare bellezza e varietà.



REGIONE AUTONOMA DI SARDEGNA  
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

teatro **d**inverno



SARDEGNA

31 AGOSTO \_ 03 SETTEMBRE

# ISOLA NUDA FESTIVAL

edizione 2023

ALGHERO \_ baia delle ninfe  
SASSARI \_ porto ferro

NATURA MUSICA DANZA TEATRO

