

"È meglio esplorare la
vita e fare degli errori
che andare sul sicuro."

SOPHIA LOREN

Il mio Quaderno

Settimo mese:

Una Vera Bellezza

UNA STORIA DI PAZIENZA

WWW.ITALIANOCONAMORE.COM



UNA VERA BELLEZZA

Settimo mese



COSA IMPARERAI

**La canzone di un Maestro
del cinema**

**La ricetta dell'insalata
caprese**

**Focus di grammatica: i
verbi riflessivi**

L'italiano con Sophia Loren

ELEONORA SILANUS

Creatrice di Italiano con Amore

Questo mese imparerai italiano con la storia dell'attrice italiana più amata nel mondo: Sophia Loren.

Buon **#italianoconamore!**



IL MIO DIARIO



SOPHIA, LA NOSTRA COMPAGNA DI VIAGGIO DI QUESTO MESE, HA SEMPRE TENUTO UN DIARIO. FALLO ANCHE TU PER LA GIORNATA DI OGGI! COMPLETA GLI SPAZI CON I TUOI PENSIERI

DATA:/...../.....

UNA COSA CHE VOGLIO RICORDARE DI QUESTA GIORNATA:

OGGI MI SONO SENTITA/SENTITO...



AUDIO 1. INTRODUZIONE

Questo è il settimo mese del corso di Italiano con Amore!

Per prima cosa, ti voglio fare i **complimenti**: se stai ascoltando questo audio è perché stai seguendo il corso con **impegno e continuità**. Come Michelangelo, Domenico, Rita e tutti i nostri protagonisti **ti stai sforzando per raggiungere i tuoi obiettivi** con la lingua italiana, e io non posso che essere **orgogliosa di te!**

E allora, **continuiamo il nostro viaggio** nella lingua!

Per usare una frase che hai già ascoltato nei mesi passati, la protagonista di questo mese “non è un’italiana qualsiasi”. Indirettamente, ci ha già fatto compagnia: è stata proprio lei ad urlare quell’iconico “Robertoo!” durante la consegna degli Oscar di tanti anni fa.

Questa donna non ha bisogno di molte presentazioni, basta il suo nome: **Sophia Loren**.

È senza dubbio l’attrice italiana più **conosciuta e amata** nel mondo, ha lavorato con i più grandi registi ed attori, tra i quali il suo amatissimo Marcello Mastroianni, ha vinto un’infinità di premi e ha recitato in alcuni dei **film** più importanti della **storia del cinema**.

Questo mese però voglio farti conoscere non solo la diva, ma soprattutto la donna semplice che, con **pazienza e dedizione**, è riuscita a realizzare i propri sogni. Ricorda questa parola, “pazienza”, perché è la caratteristica più marcante del carattere di Sophia: certo, lei voleva diventare una grande attrice, ma senza sgomitare, semplicemente **lavorando e studiando** in attesa del suo momento.

Quando parla della sua vita Sophia dice *“ah quanto ho aspettato!”*. Ed è vero: ha aspettato per essere riconosciuta come attrice, ha aspettato per poter finalmente avere la famiglia che desiderava...te l'ho detto, no, che è una donna paziente?

Una delle cose che più mi hanno colpito della sua storia, è il modo in cui ha applicato la “pazienza” a tutto ciò che ha fatto: la sua non è mai stata un’attesa passiva. Al contrario, Sophia ha sempre **agito: si è preparata**, ha studiato, ha osservato e **si è impegnata** in tutto ciò che la vita le ha posto di fronte.

E fidati, la vita l’ha posta di fronte a **molte sfide**, sin da bambina. Gli anni della sua infanzia sono stati quelli della guerra. In quell’epoca, due erano le cose con cui gli italiani dovevano fare i conti tutti i giorni: la povertà e la fame. Come dice lei quando descrive quegli anni “non c’erano soldi”, e sembrava che le cose fossero destinate a non cambiare mai.

E invece, lei è riuscita a **cambiare la sua vita** e quella della sua famiglia.

Ma non è stato facile e ci sono voluti anni di sforzi: la sua storia rappresenta al meglio l’espressione italiana **“dare tempo al tempo”**. Con questo modo di dire vogliamo invitare qualcuno a non “forzare i tempi”, cioè ad attendere che gli eventi si sviluppino secondo il tempo necessario, senza fretta. Ecco, Sophia ha dato tempo al tempo, e questo atteggiamento l’ha premiata.

Ho scelto di raccontarti la sua storia perché oggi viviamo in una società in cui la fretta e l’**ansia del successo** sembrano guidare ogni scelta di vita. E invece una donna come lei ci mostra che non è con la fretta, ma è con la **pazienza e l’impegno** che possiamo fare tutto ciò che desideriamo.

Quando le è stato chiesto se l’eleganza, il fascino, la classe siano caratteristiche innate, lei ha risposto: *“Io non sono nata così: io mi arrangiavo a fare tutto, piano piano imparavo, assorbivo come una spugna.”*

In italiano **“arrangiarsi”** significa risolvere un problema o una difficoltà senza avere enormi mezzi, ma **lavorando con le proprie capacità**.

E Sophia ha fatto di tutto per far crescere le sue capacità, per migliorarsi, per essere all’altezza di ogni situazione. Anche quando le cose non andavano proprio come voleva lei, **continuava** a lavorare, senza perdere troppo tempo a lamentarsi.

Diceva:

“Quando credi in qualcosa, lavori e vai avanti. Se non vinci, stai zitta e riprovi. Così si impara!”

Beh, non so cosa ne pensi tu ma io direi che il suo metodo ha funzionato.

Quando parla del suo lavoro, Sophia dice che il “cinema è un sogno”: e allora è arrivato il momento, seguimi ed entriamo insieme nel **meraviglioso sogno di Sophia**.



AUDIO 2. LA STORIA

Sofia è nata a Roma nel 1934 ed è cresciuta a Pozzuoli, una piccola città vicino a Napoli. La sua è stata un'infanzia difficile: in quegli anni, in Italia c'era la guerra e i soldi scarseggiavano. Quando dico che i soldi "scarseggiavano" intendo dire che i soldi erano pochissimi, anzi per usare le parole di Sophia "i soldi non c'erano proprio".

Qual era la situazione in Italia in quegli anni?

- *C'era la guerra e i soldi scarseggiavano.*

Cosa significa "scarseggiavano"?

- *Significa che i soldi erano pochi, anzi, pochissimi.*

Per via del poco cibo a disposizione, Sophia era magrissima. A causa del suo fisico, in paese veniva chiamata "stuzzicadenti".

Come veniva chiamata Sophia?

- *"Stuzzicadenti".*

E perché?

- *Perché era alta e magrissima.*

In Italia quelli erano anni di povertà e fame. Spesso Sophia veniva incaricata da sua madre di andare a fare la spesa. Ecco, non pensare ad enormi acquisti di cibo, anzi: quando andava nel negozio del paese doveva comprare tutto contato. Se doveva comprare il caffè, ne chiedeva 8 chicchi. Sì, hai capito bene: non 80, 800 o 8000, proprio 8. E con quegli otto chicchi la sua famiglia doveva arrangiarsi.

Cosa faceva la madre di Sophia?

- *La incaricava di andare a fare la spesa.*

Era una grande spesa?

- *No, Sophia doveva comprare tutto contato.*

Fammi un esempio.

- *Ad esempio, comprava 8 chicchi di caffè.*

E bastavano per la sua famiglia?

- *No, ma dovevano arrangiarsi.*

Quando arrivava il momento di pagare, Sophia diceva alla negoziante “un'altra volta”, per dire che in quel momento non aveva soldi. Avrebbe pagato “un'altra volta”. Però, quell’altra volta” non arrivava mai. Forse è stato proprio in quell’epoca che Sophia ha iniziato a fare una cosa che avrebbe fatto per tutta la vita: aspettare, con pazienza. Aspettava che i momenti più brutti passassero. Quando in famiglia c’erano un po’ più di soldi, anche se magari solo per poco, insieme a sua sorella andava in un posto che amava: il cinema.

Cosa avrebbe fatto Sophia per tutta la vita?

- *Lei avrebbe aspettato, con pazienza.*

E qual era il suo rapporto con il cinema?

- *Quando c’era qualche soldo in più ci andava con sua sorella.*

E le piaceva?

- *Sì, lo amava.*

Parlando di quelle sue prime esperienze da spettatrice, Sophia ha detto: “Il cinema è un sogno. Ti innamori dei personaggi, soffri o ti diverti con le loro storie, il tempo passa e poi torni a casa.” Ecco, per lei, in quegli anni non facili, il cinema era davvero un sogno, uno dei più intimi. Sognava di vivere le vite delle attrici che vedeva sullo schermo, sognava di cambiare la sua vita ma lo faceva in silenzio, senza dirlo a nessuno. Pensava: “se lo dico, il sogno non si avvera.”

Un sogno “si avvera” quando si realizza.

Cosa rappresentava per lei il cinema?

- *Era uno dei suoi sogni più intimi.*

E perché lo definiamo “intimo”?

- *Perché lo teneva per sé, non lo raccontava a nessuno.*

E perché?

- *Pensava che se l’avesse raccontato non si sarebbe avverato.*

E lei era sul cammino giusto per farli avverare, i suoi sogni. E così in quegli anni Sophia viaggiava con la mente guardando i film di Carmen Miranda, Greta Garbo e le altre dive alle quali da adulta si sarebbe unita per fama e successo. Ma la sua strada era ancora lunga e - indovina un po’? - fatta di tanta pazienza.

Dopo la guerra, Sophia ha iniziato a lavorare e come modella e comparsa in piccoli film. Una “comparsa” è un attore o un’attrice che compare solo come

figurante per comporre una scena, magari con tante persone. La comparsa non parla o parlando pochissimo. È praticamente il contrario di un attore protagonista.

Che lavoro faceva in quei primi anni della sua carriera?

- Lavorava come modella e comparsa.

La comparsa ha molte battute in un film?

- No, una comparsa non parla o parla pochissimo.

Il suo nome d'arte in quel periodo era Sophia Lazzaro, glielo avevano dato perché si diceva che con la sua bellezza facesse "resuscitare i morti". Lei, da parte sua, non dava molto peso a queste cose, e non era per niente consapevole del fatto che stava dando i primi passi di una carriera sfolgorante: il suo unico obiettivo era guadagnare e poter partecipare all'economia di casa.

Perché la chiamavano "Sophia Lazzaro"?

- Perché si diceva che con la sua bellezza facesse resuscitare i morti.

E lei cosa ne pensava?

- Non le importava, il suo unico obiettivo era aiutare economicamente la famiglia.

Ad un certo punto, ancora giovanissima, è andata a vivere a Roma: chiunque volesse lavorare nel mondo dello spettacolo non aveva scelta, doveva andare là. E così ha fatto Sophia. Anche a Roma, ha continuato con piccoli ruoli.

Un giorno, proprio in quella nuova città, ha incontrato l'uomo che le avrebbe cambiato la vita: quella professionale certo, ma anche e soprattutto quella personale. Lui si chiamava Carlo Ponti, era un produttore cinematografico e un giorno sarebbe diventato suo marito. Ma non corriamo troppo con i tempi, dobbiamo fare come Sophia e avere pazienza!

Quale scelta ha fatto Sophia ad un certo punto?

- Ha scelto di andare e vivere a Roma.

E perché?

- Perché per lavorare nello spettacolo bisognava andare là.

Chi ha incontrato a Roma?

- Un uomo che le avrebbe cambiato la vita.

All'inizio, questo incontro l'ha semplicemente aiutata a conoscere più persone nel mondo del cinema, ma per i grandi ruoli avrebbe dovuto ancora aspettare parecchio. Aveva solo 16 anni, e davanti a lei avrebbe ancora dovuto fare molti anni di gavetta. "Fare la gavetta" è un'espressione che significa iniziare dai lavori di grado più umile - per poi arrivare a quelli più alti e di successo.

Bene, la gavetta di Sophia è stata lunga e intensa: ha partecipato a vari film in modo generico, sempre come comparsa e mai come protagonista.

Quanti anni di gavetta ha fatto Sophia?

- Molti.

E cosa ha significato per lei fare la gavetta?

- Ha significato partecipare a molti film come comparsa.

Insomma, continuava ad aspettare il suo momento. E cosa faceva mentre aspettava? Ma logico, lavorava! Osservava gli altri attori, imparava e ripeteva, metteva in pratica tutti gli insegnamenti che assorbiva. Per usare di nuovo le sue parole: era "come una spugna".

Cosa faceva Sophia mentre aspettava?

- Osservava, imparava e ripeteva.

Cosa vuol dire essere "come una spugna"?

- Vuol dire assorbire insegnamenti e consigli: come fa una spugna con l'acqua.

Ed ecco che hanno iniziato ad arrivare i primi ruoli importanti: negli anni '50 Sophia ha conosciuto e lavorato con i registi che l'avrebbero consacrata tra le dive del cinema: tra questi c'era Vittorio de Sica, che con lei e Marcello Mastroianni ha realizzato film iconici e indimenticabili del cinema italiano.

Cos'è successo negli anni '50?

- Sophia ha conosciuto i registi che l'avrebbero consacrata tra le dive del cinema.

Ma l'ascesa di Sophia era solo iniziata: doveva ancora diventare una star internazionale. E riesci ad indovinare come ha fatto a diventarlo? Ha aspettato e si è preparata. Per prima cosa ha capito che l'unico modo per poter avere una rilevanza nel cinema hollywoodiano era conoscere l'inglese. E allora, senza smettere di lavorare ai vari film che le proponevano in Italia, si è messa a studiare l'inglese.

Studiava tutti i giorni, si esercitava con una professoressa sul set e poi continuava a studiare costantemente anche da sola.

Cosa ha capito Sophia?

- Che avrebbe dovuto imparare l'inglese.

E allora cos'ha fatto?

- Si è messa a studiare.

E studiava saltuariamente?

- No, tutti i giorni, da sola e con una professoressa.

Anche in questo caso, la sua pazienza e dedizione l'hanno premiata: infatti, poco dopo aver iniziato a studiare è stata chiamata per fare un film negli Stati Uniti e, anche se non era ancora arrivata ad un livello perfetto, ha accettato la proposta dicendo: "sì certo, tanto l'inglese lo so!". E ha continuato a studiare più di prima, in modo da arrivare pronta sul set.

Cosa hanno fatto la sua pazienza e dedizione?

- L'hanno premiata.

In che modo?

- Le è stato proposto di fare un film negli Stati Uniti.

E lei cos'ha fatto?

- Ha accettato e ha continuato a studiare.

Da quel momento Sophia ha lavorato con i più grandi registi ed attori, e si è aperta le porte per un riconoscimento internazionale.

Ma le attese non erano finite: nel 1962 è stata candidata all'Oscar come miglior attrice protagonista per il suo ruolo nel film "La Ciociara". Sophia ha deciso di aspettare i risultati a casa, senza andare in California. Perché? La sua spiegazione è stata semplice, ha raccontato: "ho pensato: se devo svenire, meglio svenire a casa!". Svenire significa perdere i sensi: nel suo caso, lei aveva paura di perdere i sensi per la troppa emozione.

Cos'è successo nel 1962?

- È stata candidata all'Oscar come miglior attrice.

Sophia è andata in California?

- No, ha preferito aspettare i risultati a casa.

Ma perché?

- Per non rischiare uno svenimento sul palco degli Oscar!

E allora andiamo anche noi a casa di Sophia, in una delle notti più importanti della sua vita. Quella notte c'erano lei e suo marito, e in più il salotto era pieno di fotografi e giornalisti, pronti ad immortalare la felicità o la delusione. E secondo te Sophia cosa stava facendo? Ma certo, stava aspettando! Questa volta lo faceva vicino al telefono, voleva essere lì pronta a ricevere ogni notizia.

Chi c'era nel salotto di Sophia quella notte?

- Lei, suo marito, e molti fotografi e giornalisti.

Cosa volevano fare i fotografi?

- Immortalare per primi la reazione di Sophia.

E lei cosa faceva?

- Aspettava vicino al telefono.

Per via del fuso orario l'attesa è durata tutta la notte: erano già le 3 e non era arrivata ancora nessuna telefonata. Ricordiamoci che in quegli anni non esisteva internet: il modo più rapido di comunicare era il telefono, e quella notte il telefono non squillava.

I risultati sono arrivati presto?

- No, si sono fatte le 3 e ancora niente.

Come doveva arrivare la notizia?

- Via telefono.

Dopo le 4, per Sophia era arrivato il momento di accettare i fatti: non aveva vinto. Ha detto a se stessa: "dai, va bene così, sei già stata nominata, quello è l'importante." E proprio mentre metteva in pratica tutte le sue migliori doti di auto convincimento, verso le 6, il telefono ha squillato.

Che doti ha messo in pratica Sophia per non sentire la delusione?

- Tutte le sue doti di auto-convincimento.

Quando ha squillato il telefono?

- Verso le 6.

È andata lei a rispondere: ha sentito la voce di Cary Grant, che le ha detto solo tre parole: "Sophia, hai vinto!"

Chissà cos'ha pensato Sophia in quel momento: noi non possiamo saperlo, ma a me piace credere che dentro di lei ha sorriso a quella bambina che tanti anni prima sognava in grande in un piccolo cinema di paese.



AUDIO 3. STORIA IERI, OGGI, DOMANI

Come sai “Ieri, Oggi, Domani” è un film con Sophia Loren e Marcello Mastroianni, e allora questo mese il titolo dell’audio cade proprio a pennello!

- La seconda versione della storia è al futuro e in prima persona, come se fosse Sophia a raccontartela:

Nascerò a Roma e **crescerò** a Pozzuoli. La mia **sarà** un’infanzia difficile: saranno anni di fame e povertà. Per via del poco cibo a disposizione, **sarò** magrissima e **verrò soprannominata** “stuzzicadenti”. **Dovrò** aspettare che i momenti più brutti passino, e quando in famiglia **ci sarà** qualche soldo in più, insieme a mia sorella **andrò** nel mio posto preferito: il cinema. Lì, ammirando i grandi film, **sognerò** di cambiare la mia vita ma lo **farò** in silenzio, senza dirlo a nessuno. Penserò: “se lo dico, il sogno non si avvera.” Dopo la guerra, **inizierò** a lavorare come modella e comparsa in piccoli film. Ad un certo punto, ancora giovanissima, **andrò** a vivere a Roma. **Dovrò** fare molta gavetta e **continuerò** ad aspettare il mio momento, sempre lavorando. **Osserverò** gli altri attori, **imparerò** e **ripeterò**, **metterò** in pratica tutti gli insegnamenti che **avrò assorbito**: sarò “*come una spugna*”. Poi, finalmente, arriveranno i primi ruoli importanti: negli anni ’50 **lavorerò** con i registi che mi consacreranno tra le dive del cinema. Nel 1962 **sarò candidata** all’Oscar come miglior attrice protagonista. **Deciderò** di aspettare i risultati a casa, senza andare in California, **penserò**: “se devo svenire, meglio svenire in casa!”. Quella notte il mio salotto **sarà** pieno di fotografi e giornalisti, pronti ad immortalare la felicità o la delusione sul mio volto. E secondo te cosa **farò**? Aspetterò, di nuovo, questa volta vicino al telefono, pronta a ricevere ogni notizia. L’attesa **durerà** ore e, ti dico la verità, ad un certo punto **mi rassegnerò**: **penserò** di non aver vinto. Ma poi, verso le 6, il telefono **squillerà**. Sarà Cary Grant, che mi **dirà** solo tre parole, che non **potrò** mai dimenticare: “Sophia, hai vinto!”

Fine della seconda versione della storia.

Ora è il momento di fare un **esercizio** utilissimo per migliorare **pronuncia e conversazione**: usando la trascrizione sul quaderno, ascolta di nuovo questo audio leggendo ad alta voce la storia al futuro.

Pronuncia frasi e parole insieme a me, con lo stesso tono e alla stessa velocità.





AUDIO EXTRA. STORIA BREVE - PER NON PERDERE IL RITMO!

Sofia è cresciuta a Pozzuoli, una piccola città vicino a Napoli. La sua è stata un'infanzia difficile: in quegli anni, in Italia c'era la guerra e i soldi scarseggiavano.

Cosa significa che i soldi "scarseggiavano"?

- *Significa che i soldi erano pochi, anzi, pochissimi.*

A causa del suo fisico, in paese veniva chiamata "stuzzicadenti".

Come veniva chiamata Sophia in paese?

- *"Stuzzicadenti".*

Erano anni di povertà e fame. Quando doveva comprare il caffè, ne chiedeva 8 chicchi. E con quegli otto chicchi la sua famiglia doveva arrangiarsi.

Gli otto chicchi di caffè bastavano per la sua famiglia?

- *No, ma dovevano arrangiarsi.*

Sophia aspettava che i momenti più brutti passassero, e quando in famiglia c'erano un po' più di soldi, insieme a sua sorella andava in un posto che amava: il cinema.

Qual era il suo rapporto con il cinema?

- *Lo amava. Quando c'era qualche soldo in più ci andava con sua sorella.*

Sognava di vivere le vite delle attrici che vedeva sullo schermo, sognava di cambiare la sua vita ma lo faceva in silenzio, senza dirlo a nessuno. Pensava: "se lo dico, il sogno non si avvera."

Cosa rappresentava per lei il cinema?

- *Uno dei suoi sogni più intimi.*

Perché non lo raccontava a nessuno?

- *Pensava che se l'avesse raccontato non si sarebbe avverato.*

Dopo la guerra, Sophia ha iniziato a lavorare come modella e comparsa in piccoli film. Il suo nome d'arte in quel periodo era Sophia Lazzaro, perché si diceva che con la sua bellezza facesse “resuscitare i morti”. Lei non dava molto peso a queste cose: il suo unico obiettivo era guadagnare e poter partecipare all'economia di casa.

Che lavoro faceva in quei primi anni della sua carriera?

- *Lavorava come modella e comparsa.*

Perché la chiamavano “Sophia Lazzaro”?

- *Si diceva che con la sua bellezza facesse resuscitare i morti.*

E lei cosa ne pensava?

- *Non le importava, il suo obiettivo era solo poter aiutare economicamente la famiglia.*

Ad un certo punto, ancora giovanissima, è andata a vivere a Roma. Aveva solo 16 anni, e davanti a lei avrebbe ancora dovuto fare molti anni di gavetta.

Quale scelta ha fatto Sophia ad un certo punto?

- *Ha scelto di andare e vivere a Roma.*

E cosa ha significato per lei fare la gavetta?

- *Ha significato partecipare a molti film come comparsa.*

Insomma, continuava ad aspettare il suo momento. E cosa faceva mentre aspettava? Ma logico, lavorava! Osservava gli altri attori, imparava e ripeteva, metteva in pratica tutti gli insegnamenti che assorbiva: era “come una spugna”.

Cosa faceva Sophia mentre aspettava?

- *Osservava, imparava e ripeteva.*

Cosa vuol dire essere “come una spugna”?

- *Vuol dire assorbire insegnamenti e consigli: come fa una spugna con l'acqua.*

Ed ecco che hanno iniziato ad arrivare i primi ruoli importanti:

negli anni '50 Sophia ha conosciuto e lavorato con i registi che l'avrebbero consacrata tra le dive del cinema.

Cos'è successo negli anni '50?

- Sophia ha conosciuto i registi che l'avrebbero consacrata tra le dive del cinema.

Nel 1962 è stata candidata all'Oscar come miglior attrice protagonista. Sophia ha deciso di aspettare i risultati a casa, senza andare in California. Perché? La sua spiegazione è stata semplice: "ho pensato: se devo svenire, meglio svenire in casa!"

Cos'è successo nel 1962?

- È stata candidata all'Oscar come miglior attrice.

Perché Sophia è restata a casa?

- Per non rischiare uno svenimento sul palco degli Oscar!

Quella notte la sua casa era piena di fotografi e giornalisti, pronti ad immortalare la felicità o la delusione che sarebbe apparsa sul suo volto. E secondo te Sophia cosa stava facendo? Ma certo, stava aspettando vicino al telefono, pronta a ricevere ogni notizia.

Cosa volevano fare i fotografi?

- Immortalare per primi la reazione di Sophia.

E lei cosa faceva?

- Aspettava vicino al telefono.

L'attesa è durata ore e, dopo le 4, per Sophia era arrivato il momento di accettare i fatti: non aveva vinto. Ha detto a se stessa: "dai, va bene così, sei già stata nominata, quello è l'importante." Ma poi, verso le 6, il telefono ha squillato. Era Cary Grant, che le ha detto solo tre parole: "Sophia, hai vinto!"

Quando ha squillato il telefono?

- Verso le 6.

E cosa le ha detto Cary Grant?

- Le ha detto semplicemente: Sophia, hai vinto!

LA CAPRESE

Ricetta tipica della regione Campania



INGREDIENTI

- **4 Pomodori** (i più adatti sono i "*pomodori fiascone*", ma possiamo usare anche i pomodori da insalata chiamati "*cuore di bue*")
- **Mozzarella**
- **Olio extra vergine d'oliva**
- **Sale**
- **Basilico fresco**
- **Origano secco**

COME FARE

Lavate e asciugate i pomodori, poi tagliateli a fette spesse 6-7 mm. Metteteli su un piatto o tagliere e cospargeteli di sale.

Tagliare la mozzarella a fette e tamponare le fette con carta da cucina per eliminare l'eccesso d'acqua.

Montate il piatto: mettere alcune foglie di basilico sul fondo, poi alternate una fetta di pomodoro e una fetta di mozzarella. Ogni due o tre fette, inserite una foglia di basilico. Aggiungete l'origano secco e versate un filo d'olio d'oliva.

Qual è segreto per una vera caprese? Ingredienti freschissimi e di ottima qualità!

Buon appetito!

IMPARANDO

NON SOLO MOZZARELLA!

La caprese non è solo un'insalata!
Nei menù dei ristoranti italiani potete trovare anche un'altra "caprese", una torta preparata con cioccolato e mandorle.

Origine del nome "caprese"

Questo piatto è originario dell'isola di Capri, per questo si chiama "caprese".

IL VOCABOLARIO IN CUCINA

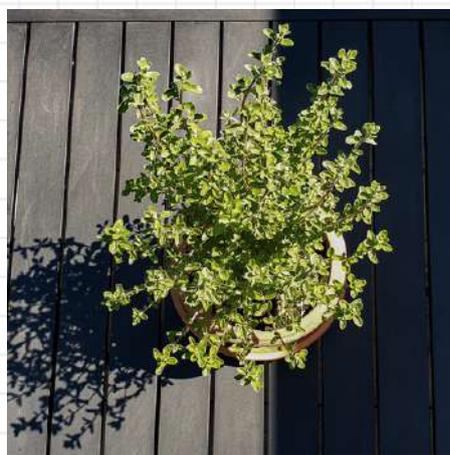


Questo mese parliamo delle erbe più usate in cucina!



BASILICO

Perfetto per una pizza o una caprese.



ORIGANO

È il compagno perfetto del pomodoro! A volte si aggiunge alla passata di pomodoro usata per la pizza.



ROSMARINO

Molto usato per le patate al forno o la focaccia classica.



SALVIA

Ottima per dei ravioli "burro e salvia", si può anche friggere per un aperitivo diverso dal solito!



TIMO

Buono in cucina e bellissimo nell'orto con i suoi piccoli fiori viola.



PREZZEMOLO

Così amato dagli italiani che per noi va bene con tutto!

SCRIVIAMO!

Esercizio di scrittura 1



Sei una persona paziente?

La storia di Sophia ci parla di pazienza e capacità di aspettare. Tu ti consideri una persona paziente o impaziente? Perché?

VERBI RIFLESSIVI

I verbi riflessivi si riconoscono dall'infinito che termina con "SI" (lavarsi, alzarsi, vestirsi, ecc.) e si formano con i pronomi riflessivi **mi, ti, si, ci, vi, si**.

VERBI RIFLESSIVI - PRESENTE

IMPEGNARSI

Io mi impegno
Tu ti impegni
Lui/lei si impegna
Noi ci impegnamo
Voi vi impegnate
Loro si impegnano

METTERSI

Io mi metto
Tu ti metti
Lui/lei si mette
Noi ci mettiamo
Voi vi mettete
Loro si mettono

VESTIRSI

Io mi vesto
Tu ti vesti
Lui/lei si veste
Noi ci vestiamo
Voi vi vestite
Loro si vestivano

VERBI RIFLESSIVI - PASSATO PROSSIMO

IMPEGNARSI

Io mi sono impegnata/o
Tu ti sei impegnata/o
Lui/lei si è impegnata/o
Noi ci siamo impegnate/i
Voi vi siete impegnate/i
Loro si sono impegnate/i

METTERSI

Io mi sono messa/o
Tu ti sei messa/o
Lui/lei si è messa/o
Noi ci siamo messe/o
Voi vi siete messe/o
Loro si sono messe/o

VESTIRSI

Io mi sono vestita/o
Tu ti sei vestita/o
Lui/lei si è vestita/o
Noi ci siamo vestite/o
Voi vi siete vestite/o
Loro si sono vestite/o

Come funzionano:

La mattina mi alzo, mi lavo i denti e poi **mi vesto**.
(Io vesto chi? Me stessa)



Un verbo è riflessivo quando **soggetto** e **complemento oggetto coincidono**.

- Francesco **si è arrabbiato** con suo figlio perché è rientrato tardi dalla discoteca.
(non "ieri si ha rilassato" X)



Il passato prossimo dei verbi riflessivi vuole sempre l'**ausiliare "essere"** e mai "avere".

Esempi:

- Lucia e Giordano **si alzano** tutti i giorni molto presto, poi fanno colazione insieme e **si preparano** per andare a lavorare.
- A che ora **ti svegli** al mattino?
- Durante un carnevale di tanti anni fa o e la mia amica **ci siamo vestite** da coccinelle. 🐞
- Sophia **si è impegnata** molto per diventare una grande attrice.

VERBI RIFLESSIVI

facciamo pratica!

Tenere un diario è un ottimo modo per mettere in pratica i verbi riflessivi!

Esercizio: Scrivi un breve testo raccontando come trascorri la domenica.
Usa almeno 4 dei seguenti verbi riflessivi:

ALZARSI - VESTIRSI - PREPARARSI - LAVARSI - PETTINARSI - ADDORMENTARSI - DIVERTISI

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

G
R
A
M
M
A
T
I
C
A



Ecco una **lista** di altri **verbi riflessivi**:

CHIAMARSI - DIVERTIRSI - PREOCCUPARSI - ALZARSI - SVEGLIARSI - ADDORMENTARSI -
ASCIUGARSI - SENTIRSI - TRUCCARSI - LAUREARSI - FERMARSI - LAMENTARSI - PERDERSI -
PREPARARSI

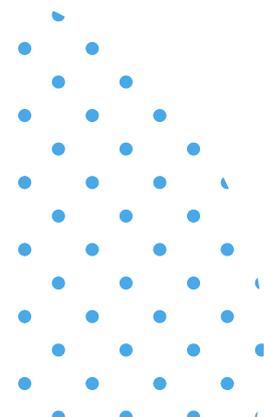


ATTENZIONE:

Il verbo **METTERSI A** è un riflessivo "apparente". Segue la regola dei verbi riflessivi ma significa *cominciare a*.

Esempi:

- Adesso **mi metto a** studiare!
- Dopo il pranzo di Natale di solito **ci mettiamo a** giocare a tombola.
- Sophia **si è messa a** studiare l'inglese.



IN ITALIA *con amore*

VESUVIO

IL VULCANO DI NAPOLI

DOVE: Il Vesuvio è un vulcano che si trova di fronte al Golfo di Napoli, nella regione Campania.

QUANDO: Le stagioni migliori per visitare il vulcano sono la **primavera e l'autunno**. Il clima è mite e i paesaggi naturali sono splendidi.

VUOI SAPERNE DI PIÙ? Entra nel sito ufficiale del Parco Nazionale del Vesuvio [cliccando qui.](#) 

Cosa vedere nei dintorni?

Non si può andare a vedere il Vesuvio senza fare un giro a Napoli! Prova la vera pizza napoletana e ammira le bellezze del Golfo di Napoli passando uno o due giorni in questa città unica.

Considerato uno dei simboli della storia passata e presente di Napoli, il Vesuvio è un vulcano che si trova all'interno del **Parco nazionale del Vesuvio**. È conosciuto in tutto il mondo per l'eruzione del 79 d.C., che distrusse numerose città tra cui Pompei ed Ercolano, oggi importanti **siti archeologici**. Il vulcano ha un'altezza di 1281 metri ed il suo cratere è profondo 230 metri, con un diametro massimo di 650 metri circa. Il Vesuvio è sempre stato, per la sua storia e la sua conformazione, un vulcano che ha saputo ispirare storie, **miti e leggende**. Proprio per questa sua aurea misteriosa e affascinante sono molte le persone che decidono di **organizzare un'escursione** per visitarlo. Le attività che si possono fare in questa zona sono diverse, come organizzare una visita al suggestivo **cratere del Vesuvio** o percorrere uno dei meravigliosi sentieri del Parco e scoprire così la flora* e la fauna** del luogo.

Per ammirare il cratere del vulcano è possibile percorrere il **sentiero** noto come "il Gran Cono". Lungo quasi 4,00 km, tocca la quota massima di 1175 metri. Regala una **vista incredibile** sul Monte Somma, sulla Valle del Gigante, che in primavera si tinge di giallo per la presenza della macchia a ginestra, e su tutto il **Golfo di Napoli**. Il cratere e il suo particolare substrato costituiscono, inoltre, **l'habitat ideale** per diverse specie di uccelli.

Adattato da campania.info

* Flora: insieme delle specie vegetali

** Fauna: insieme delle specie animali

CANZONE DEL MESE



SE TELEFONANDO
MINA



SE TELEFONANDO

MINA

Esercizio 1: ascolta la canzone due volte e leggi il testo

[Clicca qui per ascoltare!](#)



Lo stupore della notte spalancata sul mar
 Ci sorprese che eravamo sconosciuti io e te
 Poi nel buio le tue mani d'improvviso sulle mie
 È cresciuto troppo in fretta questo nostro amor
 Se telefonando **io potessi dirti addio**

Ti chiamerei

Se io rivedendoti fossi certa che non soffri
 Ti rivedrei

Se guardandoti negli occhi sapessi dirti basta
 Ti guarderei

Ma non so spiegarti

Che il nostro amore appena nato

È già finito

Se telefonando io potessi dirti addio

Ti chiamerei

Se io rivedendoti fossi certa che non soffri
 Ti rivedrei

Se guardandoti negli occhi sapessi dirti basta
 Ti guarderei

Ma non so spiegarti

Che il nostro amore appena nato

È già finito

SE TELEFONANDO

MINA

Esercizio 2: completa il testo con i verbi. Poi ascolta la canzone e controlla

[Clicca qui per ascoltare!](#)



Lo stupore della notte spalancata sul mar
 Ci sorprese che eravamo sconosciuti io e te
 Poi nel buio le tue mani d'improvviso sulle mie
 È cresciuto troppo in fretta questo nostro amor
 Se telefonando io dirti addio
 Ti
 Se io rivedendoti fossi certa che non soffri
 Ti
 Se guardandoti negli occhi sapessi dirti basta
 Ti
 Ma non so spiegarti
 Che il nostro amore appena nato
 È già finito
 Se telefonando io dirti addio
 Ti
 Se io rivedendoti fossi certa che non soffri
 Ti rivedrei
 Se guardandoti negli occhi dirti basta
 Ti
 Ma non so spiegarti
 Che il nostro amore appena nato
 È già finito

IMPARA CON LA MUSICA:

2. TI RICORDI IL PERIODO IPOTETICO? COMPLETA LA TABELLA PER RIPASSARLO!

Ipotesi/possibilità (Congiuntivo Passato)	Conseguenza eventuale (Condizionale Presente)
lo potessi dirti addio	→ Ti chiamerei (chiamare)
lo sapessi dirti basta	→
lo fossi certa che non soffri	→

SOLUZIONI:
lo fossi certa che non soffri, ti chiamerei.
Se lo sapessi dirti basta, ti guarderei.
Se fossi certa che non soffri, ti rivedrei.

Periodo ipotetico

Approfondiamo:

- Il **periodo ipotetico** della canzone è quello **del 2° tipo** (chiamato **della "possibilità"**)

Si forma con il **congiuntivo imperfetto (potessi)** e il **condizionale presente (chiamerei)**.

Usiamo questa struttura quando vogliamo esprimere una **possibilità** (*se io potessi dirti basta*) e una **conseguenza che potrebbe verificarsi** (*ti chiamerei*).

Ti sembra **difficile**? Non preoccuparti, questa è una delle strutture più complesse della lingua italiana. Io sono qui per aiutarti! La **ripetizione** è il metodo più efficace per rendere spontanee anche le cose più complicate. **Inizia subito: canta la canzone molte volte** per immergerti nel periodo ipotetico!

Comprensione del testo

1. Di cosa parla la canzone secondo te? Come descriveresti la relazione sentimentale raccontata dalla canzone?

.....

.....

.....

.....

.....

Curiosità!

Il testo di questa canzone è stato scritto da Maurizio Costanzo e Ghigo de Chiara, due autori televisivi. La **musica** invece è stata composta dal maestro **Ennio Morricone**.

La canzone è stata cantata da **Mina**, la cantante più amata in Italia. È considerata **la più grande interprete italiana** di musica leggera.

PARLARE ITALIANO

Al cinema

DIALOGO DEL MESE

1. Leggi il dialogo tra Rita ed Elena: sono appena uscite dal cinema e stanno commentando il film che hanno visto.

Rita: Allora che ne dici, ti è piaciuto il film?

Elena: Moltissimo, l'ho trovato poetico e intenso, poi con quel finale mi sono commossa.

R: Anche a me è piaciuto, la storia mi ha appassionato, e gli attori sono stati davvero bravi.

E: E pensare che non avevo grandi aspettative.

R: Neanch'io, avevo letto alcune recensioni e devo dire che non è piaciuto a tutti.

E: Sì, alcuni hanno criticato la storia troppo triste e la lunghezza del film.

R: Invece devo dirti che il tempo è volato!

E: Sono d'accordo. E quale scena ti è piaciuta di più?

R: Una delle scene che più mi hanno emozionato è stata quella del treno.

E: Oh sì! Mi sono sentita dentro il film, come se stessi soffrendo con i due protagonisti mentre si salutavano per l'ultima volta.

R: Sì, se ci penso ancora mi emoziono.

E: Per non parlare della fotografia! Gli scenari erano davvero meravigliosi, e che luce in quella scena di fronte al mare.

R: Beh, gran parte del film è stata girata vicino a Napoli, il regista è nato lì!

E: Ah, non lo sapevo, interessante.

R: Che fai adesso? Se non sei impegnata potremmo andare a prenderci un gelato.

E: Sì, volentieri!

PARLARE ITALIANO

Al supermercato

DIALOGO DEL MESE

2. Adesso completa il testo con i verbi riflessivi usati dalle due amiche. Poi controlla leggendo di nuovo il dialogo.

Usa questi verbi (non sono in ordine!):

Sentirsi - Appassionarsi - Emozionarsi (x2) - Arrabbiarsi - Commuoversi

Rita: Allora che ne dici, ti è piaciuto il film?

Elena: Moltissimo, l'ho trovato poetico e intenso, poi con quel finale

R: Anche a me è piaciuto, la storia, e gli attori sono stati davvero bravi.

E: E pensare che non avevo grandi aspettative.

R: Neanch'io, avevo letto alcune recensioni e devo dire che non è piaciuto a tutti.

E: Sì, alcuni hanno criticato la storia troppo triste e la lunghezza del film.

R: Invece devo dirti che il tempo è volato!

E: Sono d'accordo. E quale scena ti è piaciuta di più?

R: Una delle scene che più è stata quella del treno.

E: Oh sì! dentro il film, come se stessi soffrendo con i due protagonisti mentre si salutavano per l'ultima volta.

R: Sì, se ci penso ancora

E: Per non parlare della fotografia! Gli scenari erano davvero meravigliosi, e che luce in quella scena di fronte al mare.

R: Beh, gran parte del film è stata girata vicino a Napoli, il regista è nato lì!

E: Ah, non lo sapevo, interessante.

R: Che fai adesso? Se non sei impegnata potremmo andare a prenderci un gelato.

F: Sì, volentieri!

PARLARE ITALIANO

VOCABOLARIO: AL CINEMA

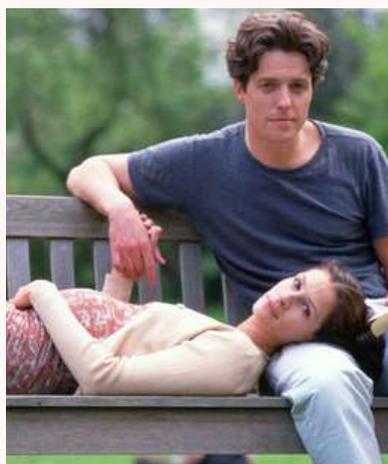
GIRARE UN FILM: Realizzare un film.

REGISTA: Persona che dirige il film. (Roberto Benigni è il regista de La Vita è Bella).

FOTOGRAFIA: Processo di realizzazione delle immagini di un film (posizionamento delle luci delle scene, posizione degli attori rispetto allo scenario, ecc.).

RECENSIONE: Commento al film da parte di un critico o del pubblico. La recensione può essere positiva o negativa.

I GENERI DEI FILM



COMMEDIA ROMANTICA

È un film che tratta un argomento amoroso con caratteristiche umoristiche (inganni, equivoci, momenti comici).



FANTASCIENZA

Genere che narra una storia al limite dell'incredibile mescolando fantasia e scienza.



AVVENTURA

Film che racconta avventure eroiche, battaglie. Un film d'avventura comprende molte scene d'azione.

CURIOSITÀ DEL MESE

"UNA GIORNATA PARTICOLARE" DI ETTORE SCOLA



UN FILM SENSIBILE E COMMOVENTE

Tra i tanti film girati da Sophia Loren e Marcello Mastroianni questo è uno dei più belli (per me il più bello!).

La "giornata particolare" è quella del 6 maggio del 1938, data della storica visita di Adolf Hitler a Roma durante il regime fascista.

Il film ruota intorno all'**incontro** tra Antonietta e Gabriele, due persone che per motivi diversi sono esclusi dai festeggiamenti e dalla società repressiva di quel periodo. La conoscenza e il rapporto tra i due personaggi è raccontato in modo **profondo** e **poetico**, e i loro dialoghi riescono a mostrare le **ingiustizie** del regime senza mai dover uscire dal condominio in cui si trovano.

CURIOSITÀ

In un film fortemente antifascista, nel ruolo di una delle figlie di Antonietta recita anche Alessandra Mussolini, nipote di Benito Mussolini (nonno) e di Sophia Loren (zia). Infatti, la sorella di Sophia Loren è stata sposata per un breve periodo con il figlio di Mussolini e con lui ha avuto due figlie.



Giorno 25

Audio 4

Anche questo mese siamo arrivati all'**ultima settimana!**

Le nuove domande ti aspettano sul quaderno ma prima, come al solito, voglio dirti ancora qualcosa sulla nostra protagonista.

Ascoltando la storia di Sophia avrai sicuramente percepito quanto fosse **dedicata** ed **innamorata** di quello che faceva. Ha amato e ama davvero il suo lavoro, e difficilmente si lamentava di ciò che doveva fare sul set di un film. Ascoltando le sue interviste risulta chiaro che il suo obiettivo è sempre e solo stato uno: fare bene in suo lavoro, con tutto lo sforzo che questo comportava.

Spero che questa sua caratteristica possa ispirarti come lo fa con me: non c'è nulla di più bello dell'avere la possibilità di **fare il lavoro che ci piace** e di **farlo bene**, mettendoci il **massimo** del nostro **impegno**.

Ma veniamo ora ad un altro tratto distintivo della personalità di Sophia: poche persone al mondo hanno rappresentato e rappresentano l'italianità più di lei. Il suo **temperamento**, la **vivacità**, la **gioia di vivere**, si incastrano perfettamente nell'immaginario dell'**Italia nel mondo**.

E allora voglio terminare con un **aneddoto** che non può far altro che confermare questa sua italianità dirompente!

Pensa che quando viveva a Hollywood, la sua vicina di casa era niente meno che **Audrey Hepburn**. Un giorno Audrey ha invitato Sophia e suo marito per **pranzo**. Bene, loro ovviamente hanno accettato l'invito e si sono presentati a casa sua all'ora di pranzo. Dopo i primi convenevoli, il pranzo è stato servito: nei piatti c'erano poche foglie di **insalata** accompagnate da una **piccola polpetta**. Dopo aver mangiato Audrey ha detto: "*mamma mia come sono piena, ho mangiato troppo!*". Sophia e suo marito invece si sono guardati, l'hanno ringraziata per il pranzo e appena arrivati a casa hanno mangiato un bel panino con un bicchiere di vino... insomma, più italiana di così!

Bene, siamo arrivati alla **fine di questo mese**, continua a seguire il calendario e io ti **aspetto tra pochi giorni** con una **nuova meravigliosa storia!**

PRIMA DOMANDA

1. Come descriveresti l'infanzia di Sophia?

Scrivi qui sotto la tua risposta con parole chiave o frasi complete, come preferisci. La risposta può essere breve e concisa. Ricorda: **usa nella tua risposta le parole e le espressioni che hai imparato questo mese.**

Vuoi un esempio di risposta? Lo trovi nella prossima pagina!



IO AVREI RISPOSTO COSÌ ALLA PRIMA DOMANDA

L'infanzia di Sophia non è stata facile. È cresciuta negli anni della guerra, e la sua famiglia era povera, come lo erano molte famiglie italiane in quel periodo. Andare a fare la spesa in quell'epoca significava andare a comprare il cibo "contato", perché non c'erano i soldi per fare diversamente. Nei periodi in cui la situazione in casa migliorava, Sophia amava andare al cinema con sua sorella. Seduta sulle poltrone davanti allo schermo, le piaceva viaggiare con la mente e sognare la vita delle attrici protagoniste dei film.

SECONDA DOMANDA

2. Perché possiamo definire Sophia una persona paziente?

Scrivi qui sotto la tua risposta con parole chiave o frasi complete, come preferisci. La risposta può essere breve e concisa. Ricorda: usa nella tua risposta le parole e le espressioni che hai imparato questo mese.

Vuoi un esempio di risposta? Lo trovi nella prossima pagina!



IO AVREI RISPOSTO COSÌ ALLA SECONDA DOMANDA

Perché per tutta la vita ha preferito aspettare piuttosto che avere fretta. La sua non è stata una pazienza passiva: si è preparata attivamente per poter essere al meglio nelle situazioni che le si presentavano. Quando non riusciva a raggiungere i risultati che desiderava, semplicemente continuava a migliorarsi, aspettando la prossima occasione.

TERZA DOMANDA

3. Cos'è successo la notte degli Oscar del 1962?

Scrivi qui sotto la tua risposta con parole chiave o frasi complete, come preferisci. La risposta può essere breve e concisa. Ricorda: usa nella tua risposta le parole e le espressioni che hai imparato questo mese.

Vuoi un esempio di risposta? Lo trovi nella prossima pagina!

IO AVREI RISPOSTO COSÌ ALLA TERZA DOMANDA

Quella notte Sophia era in casa con suo marito, e il salotto era pieno di fotografi e giornalisti. Sophia stava aspettando vicino al telefono, voleva essere lì pronta a ricevere ogni notizia. I risultati sono arrivati solo verso le 6, quando Sophia stava iniziando a perdere le speranze. Il telefono ha squillato, e dall'altro lato della cornetta Cary Grant, ha pronunciato solo tre parole: “Sophia, hai vinto!”

**PARLA
ITALIANO!**

Ora immagina di dover fare un piccolo discorso parlando di Sophia Loren.

Pronuncia ad alta voce le tre risposte che hai scritto negli ultimi giorni!



Sfida del mese

Pianta un albero!

Sai qual è il modo migliore per alimentare la nostra
pazienza? Aspettare la crescita di un **albero!**

E allora questo mese prendi un **seme** e seminalo nel tuo
giardino o in un **vaso**.

Potrai vedere **crescere la tua pianta** piano piano e
praticare la **pazienza** con gioia, come ha fatto Sophia!



COMPLIMENTI!

Hai terminato questo mese di



Il tuo viaggio continua.

Il prossimo mese riceverai un nuovo modulo pieno di ispirazione e lingua italiana!

Per continuare a sentirti in Italia visita il sito:

www.italianoconamore.com

PARLA CON ME:



eleonora@italianoconamore.com



@italianoconamore