



**Notiziario**

# SOMS

Anno XXVIII° - Numero 1, Inverno - Gennaio 2024

della Società Operaia di Mutuo Soccorso

## Modena

Spedizione in abbonamento postale/70% - Poste Italiane filiale di Modena. Tassa riscossa  
Direttore responsabile: Giovanni De Carlo

[www.somsmodena.it](http://www.somsmodena.it)



**SOMS Modena**

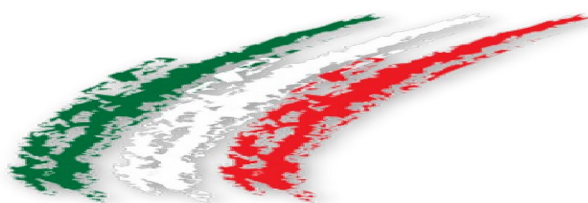


**@SOMSMODENA**

**Il nuovo Consiglio di Amministrazione della SOMS Modena  
a seguito dell'Assemblea ordinaria del 25 novembre 2023**



**Marco Baraldi — Presidente**  
**Franca Saltini — Vice Presidente**  
**Gabriella Bartolacelli — Segretaria**  
**Consiglieri:**  
**Claudia Bernardi - Claudia Carretti**  
**Enzo Crotti - Luca Martinelli**  
**Eros Scaltriti - Lucia Giberti**  
**Federica Ferrari - Nara Bellei**  
**Sergio Ori - Simona Dugoni**  
**Gloria Ghelfi - Vincenzo Lembo**



## **1863 - 2023**

**160 anni di vita per  
la S.O.M.S. di Modena**



# Tesseramento 2024



Ricordiamo ai Soci che è possibile rinnovare la tessera direttamente in segreteria (negli orari di apertura) versando la quota sociale, **esclusivamente in contanti**, che anche per quest'anno è confermata in **30,00 €**.

Il pagamento della quota sociale può avvenire anche con bonifico bancario sul conto corrente della S.O.M.S.:

presso BPER IBAN: IT62C053871290000000028278

presso UNICREDIT IBAN: IT02Y0200812930000003147966

indicando, nella causale: "rinnovo tessera Soms 2024" ed il nome del socio per il quale viene effettuato il pagamento. Rinnovando in questo modo, la segreteria invierà la tessera al domicilio del socio.



## ***Ricordiamo alcuni dei vantaggi per i soci. Maggiori informazioni circa le convenzioni in vigore, sono disponibili in segreteria.***

**SUSSIDI:** vengono elargiti sussidi in caso di parto, tumulazioni, cronicità, malattie ed infortuni. E' necessario che siano trascorsi gli anni di iscrizione richiesti dal regolamento.

**SCONTI:** vari sono i Poliambulatori privati che riconoscono ai soci una riduzione sulle tariffe applicate per le prestazioni mediche.

**PREMI** agli studenti meritevoli che si distinguono per i buoni risultati scolastici. E' necessario che siano trascorsi gli anni di iscrizione richiesti dal regolamento.

**CONFERENZE** ed incontri organizzati in sede.

**GITE:** ogni anno viene proposto un ventaglio di gite per viaggiare, ammirare e conoscere nuove città e località italiane e straniere in piacevole compagnia, organizzate insieme a TÒLA DÒLZA SOMS MODENA - APS

**BPER:**  
Banca



Corso Canalchiaro 46  
41121 Modena  
Telefono fax: 059.222154







**“Per rinnovare la nostra Società, senza perdere di vista i principi sui quali è basata, vi invitiamo a fare proposte che favoriscano la vostra partecipazione attiva”**

**Questo il tema proposto per il saggio degli studenti:**

**“Negli ultimi venti anni è cresciuta la consapevolezza dell’importanza della salute mentale e nel frattempo lo stigma legato all’assistenza psicologica è diminuito. Riflettete sull’evoluzione degli strumenti offerti (come lo sportello di supporto psicologico a scuola, l’utilizzo di farmaci ....) e sugli strumenti e le pratiche che andrebbero adottate per il futuro”**

**e questo il risultato:**

#### **Studenti Medie inferiori**

Che cos'è il sostegno psicologico? Per noi ragazzi della S.O.M.S. il sostegno psicologico è un intervento il cui obiettivo è il miglioramento della qualità di vita dell'alunno e degli equilibri adattivi in tutte le situazioni scolastiche. Ed è per questo che gli alunni/e che soffrono di ansia, preoccupazioni e turbamenti riguardanti lo studio, gli impegni, le verifiche eccetera fanno fatica a godersi la scuola, gli amici, gli sport. Infatti, nel 1969 si sono costituiti i primi aiuti psicologici nelle scuole. Noi ragazzi crediamo che questi aiuti siano necessari nelle scuole elementari (quarto e quinto anno): ad esempio quando i bambini cominciano ad andare verso le medie, sono ansiosi di scoprire un nuovo mondo che li aspetta, hanno bisogno di un aiuto o di una spinta: abbiamo visto che questi aiuti sono stati assenti finora. Anche nelle scuole secondarie di primo e secondo grado c'è bisogno di molti più aiuti/sostegni verso i ragazzi e i docenti, perché se in una scuola c'è una quantità di alunni che supera il migliaio, non bastano pochi sportelli. Comunque non si può negare che ci sono continui aiuti e sostegni nelle scuole secondarie con le lezioni di educazione civica o gli incontri con gli psicologi in classe; tuttavia questi aiuti non riescono sempre ad aiutare studenti. Ed è per questo che noi pensiamo possano essere più efficaci se trattassero di temi più interessanti dal nostro punto di vista (cyberbullismo, bullismo, sfrontatezza..). Rilevante è anche l'atteggiamento dei docenti che a volte possono condizionare lo stato d'animo degli studenti, facendogli subire un grande stress per colpa dello studio imposto, magari anche per la sfrontatezza di un altro alunno che non si è comportato rispettosamente nei confronti del docente. Crediamo che anche il coronavirus abbia influito sul metodo di studio, l'applicazione degli studenti o la loro capacità di integrarsi nella classe e stabilire legami facilmente.

#### **Studenti Medie superiori**

##### **Introduzione**

Quando si pensa alla sanità mentale alcune delle prime parole che vengono in mente sono psicologo, depressione, sentimenti e aiuto. L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) afferma che "La salute è uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, e non semplice assenza di malattia o di infermità". Questo ambito, è quindi individuato come prioritario e parte integrante del benessere umano. La salute mentale, dopo secoli in cui è stata trascurata, nell'ultimo ventennio è rientrata tra gli ambiti di interesse maggiori della nostra società; una maggiore attenzione al discorso, ha portato ad una diminuzione dello

stigma che la riguarda. Da un punto di vista oggettivo, la percezione che abbiamo della salute mentale è migliorata: nel passato era considerata un tabù per il quale era difficile, se non impossibile, aprirsi riguardo al proprio malessere interiore. Paradossalmente il non parlarne, aggrava lo stato di salute: esternare i propri disagi è il primo passo per risolverli. Oggi per quanto ancora non sia completamente sdoganato, il discorso sulla salute mentale è affrontato e preso in considerazione, soprattutto dai giovani. La nostra generazione è visibilmente più sensibile al tema: ce ne si accorge, ad esempio, parlandone con i propri genitori che, davanti a tali difficoltà, ti consigliano di risolvere senza ricorrere a esperti o strumenti specifici. Il bisogno di questi ultimi, però, è sempre più evidente e richiesto: basti pensare che 9 studenti su 10 si rivolgono a psicologi: per quanto sia utile aprirsi con amici e parenti, spesso davanti ad alcune problematiche è necessario affidarsi ad esperti e specialisti.

### **Caratterizzazione medica della salute psicologica**

E' importante, quando si parla di salute mentale, sottolineare la diversa natura delle ragioni per le quali si accede agli strumenti di supporto psicologico e psichiatrico, a partire dalla distinzione di queste due figure professionali, prima presentate. In particolare lo psichiatra, caratterizzandosi per la possibilità di prescrivere medicinali -e dunque di somministrare terapie farmacologiche - si configura come l'attore preposto all'intervento in presenza di disturbi mentali che possono necessitare di un trattamento di natura medica e non psicoterapeutica. Più in generale, dunque, l'accezione di salute mentale risulta tanto varia quanto lo è la controparte legata alla fisicità: è chiaro come una contusione o un infarto necessitino di approcci diversi, eventualmente anche di natura medica: come è autoevidente la necessità di rivolgersi a un medico per curare malattie di natura fisica, deve diventarlo quando ci si trovi davanti a malattie di natura mentale che necessitano di professionisti, senza cadere nella semplificazione o nella negazione dell'esistenza del disturbo: con un eufemismo, non si cura la depressione con una risata nella misura in cui non si cura una frattura con un cerotto. Per questo, se ansia, pressioni sociali, senso di perdita, solitudine e apatia tra gli altri sono disagi per affrontare i quali (quando di contenuta severità) ci si rivolge allo psicologo, esistono condizioni, propriamente definite come disturbi - e dunque malattie - che necessitano di sostegno psichiatrico, dei quali vale la pena parlare in modo dettagliato, in quanto la conoscenza e la consapevolezza della complessità della realtà è la chiave per combattere lo stigma.

### **Depressione**

La depressione è un disturbo dell'umore che si manifesta con sintomi riconoscibili: frequenti e intensi stati di tristezza, mancanza di motivazione, poca voglia di vivere, incapacità di provare piacere, malumore, pensieri negativi su sé stessi e sul proprio futuro, angoscia.

### **ADHD**

L'ADHD consiste in un disordine dello sviluppo neuro psichico del bambino e dell'adolescente, caratterizzato da iperattività, impulsività, incapacità a concentrarsi.

### **Disturbo bipolare**

Il disturbo bipolare è una seria condizione caratterizzata da periodi di depressione e periodi di mania o ipomania, intervallati solitamente da una fase di umore normale. Le due fasi si alternano spesso in modo più o meno regolare (prima la depressione e poi la mania)

### **DCA**

Si definisce disturbo del comportamento alimentare un disturbo o disagio caratterizzato da un alterato rapporto con il cibo e con il proprio corpo e che arriva a compromettere la qualità della vita e dei rapporti sociali. Spesso si associa erroneamente un disturbo alimentare ad una patologia fisiologica, in quanto la malattia si riflette principalmente sul corpo, e si ignora tutto l'aspetto psicologico e mentale del disagio. In realtà è importante comprendere che la maggior parte di questi disturbi partono da fattori psicologici scatenanti, spesso inizialmente ignorati persino dalla persona stessa, quali la competizione e la costante paura di non essere perfetti e all'altezza. Ultimamente, purtroppo, i disturbi alimentari (anoressia, bulimia, binge eating, obesità), sono sempre più diffusi tra i giovani attraverso l'utilizzo dei social e, attraverso questi, esposti costantemente a competizioni estetiche. Ogni condizione psicologica, così come ogni malattia legata alla salute mentale, non si presenta in ogni persona allo stesso identico modo, ma esistono sfaccettature diverse. Gli psichiatri fanno riferimento a studi scientifici per effettuare le diagnosi riconoscendo i sintomi generici e specifici del paziente.

### **Gli strumenti a nostra disposizione**

Ogni persona combatte per la propria salute mentale in modo diverso, individualmente o con l'aiuto di professionisti e non. Tra le persone più qualificate a trattare questo tipo di problema figurano in primo piano gli psicologi e gli psichiatri: i primi si focalizzano sugli aspetti emotivi e cognitivi del disturbo mentale, mentre i secondi si occupano nello specifico dei disturbi mentali a carico del sistema fisico dell'essere umano, solo questi ultimi sono però autorizzati a prescrivere



farmaci come ansiolitici e antipsicotici. Spesso e volentieri viene anche consigliata la partecipazione al tipo di terapia che potrebbe aiutare maggiormente l'individuo ad affrontare il proprio disturbo (pet therapy, musicoterapia, terapia di gruppo o di coppia). Negli ultimi anni perfino la scuola ha cercato di prevenire i disturbi mentali offrendo agli studenti la possibilità di usufruire gratuitamente degli aiuti psicologici, inserendo all'interno della struttura scolastica il personale qualificato a trattare gli argomenti. Infatti, non è marginale il peso economico di un percorso di questo tipo, non sempre alla portata di tutte le famiglie. Oltre alla figura dello psicologo, all'interno di alcune scuole è inoltre presente la figura del mediatore scolastico, il quale durante la settimana predispone degli incontri, talvolta individuali, al fine di aiutare gli studenti nella mediazione delle questioni sociali scolastiche ed extrascolastiche. Oltre al rivolgersi a figure ufficiali adibite al trattamento della salute mentale, tra i giovani è però molto comune chiedere aiuto anche a persone a loro più vicine (come familiari, amici o insegnanti) o trovare altri metodi personali per sfogarsi tra cui ascoltare musica, fare sport o scrivere i propri pensieri su carta.

### **Una nostra esperienza diretta**

L'utilizzo degli strumenti risolutivi per i problemi che riguardano la salute mentale sono aumentati in seguito alla pandemia di Covid-19, non solo privatamente ma anche a livello scolastico: nella mia scuola era stato potenziato il supporto psicologico così da recuperare la socializzazione persa nei due anni precedenti e per aiutare gli studenti che si erano chiusi in sé stessi durante la lunga permanenza in casa. Nella mia classe erano stati fissati alcuni incontri con la psicologa per amalgamare il gruppo classe tramite attività che avrebbero unito maggiormente quei soggetti che risultavano in gruppi diversi. In particolare la psicologa ha deciso di affrontare il tema dell'esclusione, tramite disegni da analizzare e scene da interpretare, così che ci mettessimo nei panni della persona esclusa per comprendere i suoi sentimenti. Durante l'ultimo incontro ci è stato chiesto di scrivere in anonimo su un bigliettino le nostre paure più profonde e le nostre insicurezze, in questo modo ci siamo resi conto che molte paure erano ripetute: la paura di rimanere da soli è stata quella più scritta. In questo modo tra sé e sé ogni persona che aveva scritto la propria paura, sentendo che anche altri la condividevano, si è sentito più vicino a livello emotivo al gruppo classe, perché ci ha permesso di realizzare che nel profondo abbiamo tutti le stesse angosce.

## **Studenti universitari**

### **Consapevolezza sulla Salute Mentale: Passato, Presente e Futuro**

Nel corso degli ultimi vent'anni grazie alla diffusione dei media, a campagne di sensibilizzazione, alla testimonianza di personaggi pubblici e al riconoscimento da parte delle istituzioni sanitarie della gravità delle malattie mentali, la consapevolezza dell'importanza della salute mentale è cresciuta in modo esponenziale.

In particolare, come evidenziato dal Sole24Ore, questa crescita ha subito l'aumento più significativo negli anni della pandemia con l'aggravarsi di malattie mentali, come ansia, depressione e insonnia (+10%) e disturbi dell'attenzione e concentrazione (+20%).

Questo ha evidenziato la necessità di investire ulteriormente nelle risorse per l'assistenza mentale e di garantire che siano disponibili per tutti coloro che ne hanno bisogno.

Mentre in passato la salute mentale era quindi considerata un argomento tabù, oggi è diventata una parte integrante della vita quotidiana e il profondo stigma sociale che circondava il supporto psicologico sta gradualmente diminuendo. Le persone sono quindi sempre più inclini a cercare aiuto quando si trovano ad affrontare problemi mentali, compiendo in tal modo il primo e fondamentale passo verso la guarigione e il benessere.

Gli strumenti offerti in supporto alla salute mentale sono diversi e in costante evoluzione.

Uno degli strumenti più significativi dell'assistenza psicologica, in particolare per i giovani, sono gli sportelli di supporto psicologico a scuola. In passato, l'accesso al supporto psicologico nelle scuole era limitato o addirittura inesistente. Oggi invece, molte scuole offrono servizi di consulenza psicologica, consentendo agli studenti di accedere a professionisti qualificati per discutere sui loro problemi. Questo approccio ha dimostrato di essere efficace nel rilevare precocemente i problemi di salute mentale, riducendo il rischio di crisi e migliorando il benessere degli studenti. Gli sportelli di supporto psicologico a scuola contribuiscono anche a ridurre lo stigma associato alla ricerca di aiuto, poiché diventa parte della cultura scolastica.

Anche il bonus psicologo è un ottimo strumento messo a disposizione dallo Stato per portare soccorso a coloro che soffrono di disturbi mentali. Si tratta di un primo ma importante passo verso il riconoscimento della centralità del benessere psicologico e della responsabilità delle Istituzioni affinché più persone possibili possano curare la propria salute mentale al pari delle altre patologie fisiche.

Gli ultimi vent'anni hanno visto inoltre un incremento dell'uso di farmaci per trattare i disturbi mentali, in particolare farmaci psicotropi, come antidepressivi, ansiolitici e stabilizzatori dell'umore. Essi sono diventati una parte rilevante del trattamento dei disturbi mentali, offrendo sollievo dai sintomi e migliorando la qualità della vita per molte persone.

Tuttavia, a causa della sempre più facile reperibilità di tali farmaci, il loro abuso è diventato fonte di preoccupazione crescente e ha fatto emergere l'importanza della divulgazione degli effetti collaterali, di una severa regolamentazione e di un attento monitoraggio da parte dei professionisti.

Infine, tra gli strumenti che recentemente sono diventati un elemento chiave per la crescita della consapevolezza sulla salute mentale ci sono i social media. Queste piattaforme online costituiscono un palcoscenico di rilevanza straordinaria, permettendo a chiunque di poter condividere le proprie esperienze in modo aperto e sincero. Un esempio significativo del potere dei social media è quello del 10 ottobre, la Giornata Mondiale della Salute Mentale, occasione in cui ogni anno sempre più influencer e celebrità sfruttano la loro influenza mediatica per diffondere messaggi di sostegno e consapevolezza sulle piattaforme social.

Attraverso blog, video, post su Facebook, Twitter e Instagram, molte persone raccontano le proprie sfide mentali, dimostrando che non c'è nulla di sbagliato nel chiedere aiuto o nell'affrontare i propri problemi, e ispirando altri a fare lo stesso.

Inoltre, le piattaforme social forniscono accesso a informazioni preziose sulla salute mentale e permettono agli utenti di poter seguire pagine e account dedicati, che offrono consigli, risorse e notizie rilevanti, e permettono di acquisire una comprensione più approfondita dei disturbi mentali, dei sintomi e dei trattamenti disponibili.

Ovviamente queste piattaforme non sono sufficienti per la risoluzione dei problemi e possono essere erroneamente utilizzate per effettuare la pericolosa autodiagnosi. Sono strumenti fondamentali per fornire supporto emotivo alle persone che si credono sole nell'affrontare i propri problemi, ma celano diversi rischi. Innanzitutto la presenza di fake news diffuse da non professionisti e notizie contrastanti che possono generare confusione e disinformazione. In secondo luogo gli utenti che utilizzano i social e Internet come fonte primaria d'informazione possono incorrere negli effetti collaterali dell'autodiagnosi e della falsa convinzione del non necessitare di aiuti esterni e professionali.

Rivolgersi a medici specialisti e psicologi rimane pertanto il mezzo principale da integrare con qualunque altro strumento di supporto al benessere psicofisico.



## Prossimi appuntamenti (annotateli sulla vostra agenda)

**Sabato 10 febbraio: cena di carnevale (vedi pag.17 iscrizioni aperte)**



**Sabato 9 marzo: gita a Pomponesco-Sabbioneta-Guastalla-Gualtieri (programma da definire)**



**Sabato 23 marzo: cena degli auguri di Pasqua**



**Mercoledì 17 aprile: gita a Pisa (programma a pag.16 - iscrizioni aperte)**





Anche quest'anno agli studenti che si sono distinti nel percorso di studi e che hanno redatto il saggio sul tema proposto per l'anno 2023, sono stati assegnati i premi di incoraggiamento.

## PRANZO SOCIALE 2023: gli studenti premiati:





## Scene dal Pranzo Sociale 2023

*Ecco alcune fotografie del Pranzo Sociale 2023 durante il quale sono stati premiati gli studenti che si sono distinti per gli ottimi risultati scolastici. Ospite d'eccezione il Presidente della Regione Emilia Romagna Stefano Bonaccini che ha premiato il nostro Presidente uscente, Enzo Crotti, e la socia Paola Fornasari che ha raggiunto i 50 anni di tesseramento.*







# Il gruppo palle di lana (di Nara Bellei)



Quest'anno, per le feste natalizie, nella sede SOMS è stato allestito un grande albero di Natale addobbato con palle, tutte fatte a mano, frutto del lavoro del gruppo "palle di lana" che si è ritrovato nel corso del 2023 in numerosi pomeriggi per lavorare tutte insieme. Bisogna ammettere che il bellissimo risultato, ottenuto grazie allo sforzo e all'impegno di tutte, ha avuto molto successo tra soci e socie!

Ringrazio tutte le partecipanti al gruppo per tutto il tempo che hanno voluto dedicare a questa iniziativa, per il lavoro svolto durante questi mesi e per la gradita compagnia nei bei momenti passati insieme.

Ma non finisce certo qui ..... i pomeriggi in sede continueranno anche nel 2024, magari con altre idee che verranno cammin facendo.

Tenetevi aggiornate consultando i canali Facebook (somsmodena) e Instagram (@somsmodena)

**Ancora GRAZIE a tutte!!!!**







## 6 gennaio 2024: arriva la Befana (festa riservata ai più piccoli)








# TÒLA DÒLZA SOMS MODENA - APS



N° soci: 47

**Ricordiamo che è nata l'associazione di promozione sociale per organizzare:**

**il costo della tessera è di soli 5€.  
ISCRIVETEVI**

  
cene  
  


giochi  
e  
tornei  
  
  
  


**potete ritirare il modulo di iscrizione in sede o richiederlo a:**

[toladolzasomsmodena@gmail.com](mailto:toladolzasomsmodena@gmail.com)

gite e viaggi  
  
  
  
  
  


**RINGRAZIAMENTI:**  
grazie a tutti i partecipanti alla cena di Natale ed in particolare a Bertoni Clara per il contributo economico lasciato all'APS

**Queste le attività' svolte in sede in  
collaborazione con TOLA DOLZA SOMS MODENA**



## **Cena di Natale**

**Anche quest'anno la cena di Natale ha visto l'adesione di molti soci per festeggiare tutti insieme: è stato un bel momento di allegria con ricchi premi per le tombole finali!**

**AUGURI A TUTTI PER UN BUON 2024**





## COLAZIONE IN SEDE

Per la prima volta, in occasione della tradizionale Fiera di Sant'Antonio, tenutasi come sempre il 17 gennaio, è stata organizzata una ricca "COLAZIONE", aperta ai soci SOMS, ai soci Tola Dolza e ai loro ospiti



TÒLA DÒLZA SOMS MODENA - APS  
SOCIETÀ OPERAIA DI MUTUO SOCCORSO

### ME N U'

BRIOCHES  
GNOCCO AL FORNO  
TORTE FATTE IN CASA  
CAFFE'  
CAFFE' D'ORZO  
CAPPUCCINO  
SUCCHI DI FRUTTA  
THE CALDO/FREDDO

CONTRIBUTO OBBLIGATORIO  
5€ A PERSONA





## La Soms a Napoli, la città del sole... 16-17-18-19 novembre

di Simona Dugoni



Eccoci in partenza all'alba, direzione Bologna, dove la Freccia Rossa ci aspetta insieme ai nostri compagni di viaggio bolognesi. Direzione Napoli per quattro giorni alla scoperta della città insieme a Marco, collaudato accompagnatore di tante gite.

Al nostro arrivo, partiamo subito con una passeggiata alla scoperta della città, e la nostra prima tappa è al "Complesso Museale Santa Maria delle Anime del Purgatorio" nella centralissima via dei Tribunali, una chiesa eretta dalle famiglie nobili napoletane nel 1600 per dare degna collocazione alle anime delle persone povere della città, le famose "anime Pezzentelle", praticamente un luogo di sepoltura in centro città. Poi un veloce pranzo libero sul quale non abbiamo riscontrato nessuna difficoltà nella scelta, tra pizza fritta, "cuoppo", panzerotti, babà e sfogliatelle. Nel pomeriggio ci siamo recati al "Museo Archeologico Nazionale": qui sono raggruppate importanti collezioni di reperti vesuviani delle vicine Ercolano e Pompei; l'origine e la formazione delle collezioni sono legate alla figura di Carlo di Borbone, sul trono del Regno di Napoli dal 1734, e alla sua politica culturale.

La nostra prima giornata nella città Partenopea volge al termine e, arrivati in albergo, a cena veniamo coccolati dal cuoco Fabio con piatti deliziosi.

La mattina seguente, dopo un'ottima colazione, siamo partiti per la visita al "Museo di Capodimonte" scoprendo una grandissima pinacoteca, un museo reale, una raccolta di capolavori di Tiziano, Raffaello, Michelangelo e Caravaggio, che lo pongono tra i primi musei di arte italiana.

Il museo è circondato da un parco di centoquaranta ettari, meraviglioso e perfettamente curato, dal quale si gode una meravigliosa vista sulla città di Napoli. Il museo nel 1700 nasce come Reggia di Capodimonte, la sua storia è collegata alla dinastia Borbone, al dominio francese di Murat, al Regno d'Italia sotto i Savoia fino alla costituzione della Repubblica Italiana del 1946.





Nel pomeriggio inizia la nostra passeggiata denominata "Miglio Sacro", attraverso i vicoli del Rione Sanità, in compagnia dei fantastici ragazzi della "Cooperativa la Paranza", come guide. Questa cooperativa nasce venti anni fa da un'idea di Padre Antonio Loffredo per dare ai ragazzi del rione la possibilità di costruirsi un futuro mostrando aspetti artistici e caratteristici del loro quartiere e per allontanare pregiudizi e preconcetti.

Partiamo dalle Catacombe di San Gennaro, disposte su due livelli non sovrapposti, entrambi caratterizzati da spazi veramente ampi, a differenza delle più famose catacombe romane, grazie alla lavorabilità e alla solidità del tufo. Esistono, infatti, diversi tipi di sepoltura: le più umili erano scavate a terra o lungo le pareti, a rilevare l'importanza delle famiglie contribuivano le decorazioni delle sepolture, esse potevano essere ad affresco oppure a mosaico.

Il nostro percorso prosegue verso la Basilica di San Gennaro Extra Moenia, un luogo di culto recentemente restituito alla città, che si trova all'interno dell'Ospedale di San Gennaro.



Arriviamo poi alla Basilica di Santa Maria della Sanità, punto di riferimento del quartiere. La Basilica è stata costruita tra il 1602 e il 1610 e il suo tratto distintivo è la cupola con maioliche gialle e verdi, conosciuta da tutta la città perché è subito visibile attraversando il ponte della Sanità. Sotto la Basilica, scendendo qualche scalino, si trovano le catacombe di San Gaudioso. Continuando per i vicoli del Rione incontriamo la Basilica di San Severo, piccola chiesa che contiene un capolavoro dello scultore Yago. Simboli più famosi del Rione che ha dato i natali a Totò, sono il Palazzo Sanfelice con la scalinata esterna ad ali di falco e il Palazzo dello Spagnuolo, entrambi usati come sfondo per molti film girati a Napoli.

Il giorno successivo non poteva mancare la visita alla Cappella di San Severo per ammirare un autentico capolavoro "il Cristo Velato", e la bellezza non è data solo dalla scultura assolutamente unica, ma anche da tutte le opere che si trovano nel suo intero.

Proseguendo arriviamo al Complesso Monastico di Santa Chiara, con il famoso chiostro maiolicato, un susseguirsi di colori tra il giallo e il verde perfettamente conservato. Rimanendo nel centro storico non potevamo non visitare "Il Pio Monte della Misericordia" un antico palazzo del 1600 situato al centro di Napoli dove, nell'altare maggiore della Cappella, troneggia una delle opere più spettacolari di Caravaggio: "Le sette opere della Misericordia", un'opera di una bellezza assoluta che lascia il visitatore completamente affascinato dalla potenza del dipinto.

La nostra serata finisce in piazza del Gesù nella pizzeria "O Munaciello" con un'ottima pizza napoletana.



Al mattino, a colazione, il disponibilissimo cuoco del nostro albergo ha voluto deliziarci con un'ottima pastiera napoletana, per iniziare bene la nostra ultima giornata nella meravigliosa città di Napoli. Partiamo dalla piazza del Plebiscito, circondata dal famoso colonnato con al centro la chiesa di San Francesco da Paola, e proprio di fronte possiamo ammirare il maestoso Palazzo Reale, che per oltre tre secoli è stato sede del potere per tutta l'Italia meridionale. All'interno di questo imponente e severo edificio si celano una serie di porticati, cortili e giardini che conducono a spazi un tempo occupati dalle corti e dalle tante funzioni di servizio di una reggia. Nell'Appartamento Storico troviamo dipinti, marmi,

stucchi, arazzi e arredi preziosi che raccontano le vite degli occupanti del Palazzo e con esse tanti momenti salienti della storia d'Italia e d'Europa. Nel pomeriggio la nostra gita diventa una bellissima passeggiata nella Napoli più viva: attraversando i "Quartieri spagnoli". Facciamo un tuffo nella vivacità che caratterizza questa parte della città e saliamo fino al punto più importante per i tifosi napoletani: il murales dedicato a Maradona, e tutt'intorno il colore azzurro, simbolo del Napoli calcio, riempie ogni vicolo e ogni balcone. La nostra gita volge al termine. Abbiamo un treno da prendere che ci riporterà a casa, con il ricordo della favolosa accoglienza del popolo napoletano e con la meraviglia negli occhi dei luoghi visitati: i giorni in questa città non bastano mai e ad ogni ritorno c'è qualcosa da scoprire. Arrivederci alla prossima avventura...

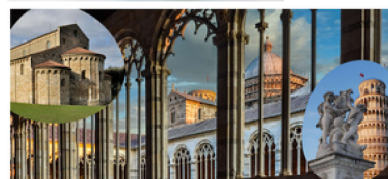


# Le Gite SOMS di primavera

Le interessanti proposte ai nostri Soci organizzate insieme a TÒLA DÒLZA SOMS MODENA

## PISA

La città del CAMPO DEI MIRACOLI



**mercoledì 17 aprile 2024**

### Orari e luoghi di partenza

- alle ore 6.30 Modena Piazzale Risorgimento
- alle ore 6.40 Modena Piazza Manzoni Stazione Piccola

Sistemazione in pullman e partenza, via autostrada, direzione Pisa, città natale di Galileo Galilei, padre della scienza moderna e una delle più nobili città d'arte italiane per monumenti e complessità del tessuto viario, una bellezza sfolgorante e unica che tiene vivo nei secoli il ricordo del suo passato di Repubblica Marinara, a lungo padrona di gran parte del Mediterraneo. Appuntamento con la guida presso **San Piero a Grado**, interessante Basilica, edificata tra il X e il XII secolo sul luogo dove, secondo la tradizione, sbarcò San Pietro nel 44 d.C.; si tratta di un complesso ben conservato, oggetto nel tempo di numerose trasformazioni, testimoniate da accurati scavi archeologici. Trasferimento in pullman al parcheggio/terminal bus e proseguimento con il trenino-navetta sul **Lungarno Mediceo** dagli splendidi palazzi cinquecenteschi e gli eleganti ponti che attraversano l'Arno. Passeggiata in vista dei principali edifici e monumenti del centro storico come la Torre della Muda, dove venne rinchiuso il conte Ugolino citato nella Divina Commedia, la rinascimentale Piazza e il Palazzo dei Cavalieri.

Proseguimento fino a raggiungere **Campo dei Miracoli**, il più grande ed illustre complesso architettonico dell'Europa romanica, una delle piazze più famose e fotografate d'Italia, caratterizzata dallo splendido prato verde e dalla singolare **Torre Pendente**. Tempo a disposizione per il pranzo libero. E/o eventuale **salita alla Torre\*\***. Nel pomeriggio visita del complesso con ingresso al **Camposanto al Duomo** e al **Battistero**. Al termine si raggiungerà quindi il pullman, con una passeggiata di circa 1km. Inizio del viaggio di rientro, con arrivo a destinazione previsto in serata.

**QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE (minimo 25 partecipanti): EURO 110,00**  
**QUOTA SOCI SOMS EURO 105,00**

La quota comprende: viaggio in pullman g.t.; intera giornata di visite con guida locale; navetta dal parcheggio pullman ai lungarni; ingressi al Camposanto/Battistero/Cattedrale; accompagnatore; assicurazione.

La quota non comprende: pranzo; mance ed extra di natura personale; eventuali altri ingressi: Torre pendente vedere nota.

\*\* il costo della salita alla Torre è di € 20,00 circa a persona (si può salire ogni 15 minuti / sono circa 260 gradini fino alla cella campanaria / per saltare le code si può acquistare il biglietto in anticipo online – consultare individualmente il sito [www.opapisa.it/](http://www.opapisa.it/)).

*Nota: le visite potrebbero variare nell'ordine*

## LE ISCRIZIONI SONO APERTE

POSSIBILITA' DI PAGAMENTO ANCHE TRAMITE BONIFICO BANCARIO INDICANDO:

COGNOME, NOME E VIAGGIO

IBAN UNICREDIT: IT 02 C 02008 02480 000002855440 intestato a Petroniana Viaggi



**Organizzazione tecnica: Petroniana Viaggi e Turismo,  
Via del Monte 3G, Bologna, tel. 051.261036. [www.petroniana](http://www.petroniana)  
Maggiori informazioni ed il programma dettagliato del viaggio, possono essere richieste presso la segreteria della Società.**



**TÒLA DÒLZA SOMS MODENA - APS**  
con la Società Operaia di Mutuo Soccorso

**ORGANIZZANO LA**

# *Cena di Carnevale*

**10 FEBBRAIO 2024**

prenotazione obbligatoria  
maggiori dettagli telefonando in segreteria

Vi aspettiamo in Sede per festeggiare  
insieme alle ore 20:00!  
la serata si concluderà con  
giochi/quiz a squadre



## Proposte da condividere

**16 giugno: degustazione in  
CANTINA FRANCIACORTA giro in  
barca sul Lago d'Iseo**

**17 ottobre: Reggia di Monza**

**22 settembre: PAVIA e La Certosa**

**10 novembre: TREVISO e la strada  
del Prosecco**

**XX dicembre: weekend a Londra**

**Se interessati potete scrivere a:**

**[attivita@somsmodena.it](mailto:attivita@somsmodena.it)**

**oppure**

**[toladolzasomsmodena@gmail.com](mailto:toladolzasomsmodena@gmail.com)**



**stay  
TUNED**

**Anno nuovo  
nuove attività**

**Il gruppo di lavoro che nel corso del 2023 ha realizzato gli addobi per l'albero di Natale torna ad incontrarsi con nuovi progetti. Rimani collegato ai nostri canali Facebook ed Instagram per conoscere cosa bolle in pentola**

**Il circolo TÒLA DÒLZA SOMS MODENA - APS ha intenzione di riprendere gli incontri della domenica pomeriggio per giocare a carte e per altre iniziative a partire dal 18 febbraio. Per valutare adesioni e interesse vi chiediamo di contattarci scrivendo a:**

**[toladolzasomsmodena@gmail.com](mailto:toladolzasomsmodena@gmail.com)**

**[attivita@somsmodena.it](mailto:attivita@somsmodena.it)**

**a cui potrete inviare anche le vostre proposte**

La Soms dà il benvenuto  
ai nuovi soci e socie:

SONIA BUGAMELLI  
FRANCA FERRARI  
MARCO LANZONI  
FRANCA MUZZIOLI

### Ringraziamenti:

alla socia ANNA MARIA TURCI per il contributo  
lasciato da utilizzare nelle attività dedicate ai  
giovani soci della SOMS

La Soms esprime le più sincere e sentite condoglianze:

- alla socia CLEMENTINA BARBIERI per la scomparsa del marito ANGELO LUGLI, deceduto il 15 dicembre 2023;
- ai soci Sofia ed Eugenio Rovatti e Nicoletta Poppi per la scomparsa della nonna e suocera Giovannina Zoin (Anna).

## PROGETTO 2025

### ISLANDA IN FEBBRAIO/MARZO

## PER VEDERE LE AURORE BOREALI

(se volete venire con noi cominciate a risparmiare)




DREAMS

i nostri  
sogni nel  
cassetto



**BPER:**  
Banca



Diamo fiducia  
al tuo domani,  
insieme.

BPER Banca sostiene  
la cultura per contribuire  
alla crescita sociale.

Per saperne di più, vai su  
istituzionale.bper/sostenibilita

Vicina. Oltre le attese.

Notiziario informativo della  
**Società Operaia di Mutuo Soccorso di  
Modena**

Publicazione trimestrale gratuita  
Autorizzazione Trib. 1385 del 30/04/1997

**Direttore Responsabile:**  
**Giovanni de Carlo**

Proprietario:  
**Società Operaia di Mutuo Soccorso**

Stampa: GRAFICHE RONCHETTI, MODENA

Direzione, Redazione, Amministrazione:  
Corso Canalchiaro 46, 41121 Modena  
Orari d'ufficio:  
martedì, giovedì, sabato: ore 10.00 - 12.00  
Telefono: 059.222154

**Sito Internet:** [www.somsmodena.it](http://www.somsmodena.it)  
Mail: [info@somsmodena.it](mailto:info@somsmodena.it)

Grafica ed impaginazione a cura della Redazione  
**Redazione: Marco Baraldi**

*Quanto scritto negli articoli firmati e nelle  
rubriche non rispecchia necessariamente il  
punto di vista della redazione, né della  
SOMS stessa. Infatti, la collaborazione è  
aperta a tutti, lasciando agli autori la  
massima libertà di espressione. Questo,  
tuttavia, non impedisce alla redazione la  
scelta degli articoli da pubblicare.*