

# il Tempo delle Donne

FACEBOOK  
@corriere  
@la27esimaora  
@tempodelledonne

INSTAGRAM  
@corriere  
@la27esimaora  
@tempodelledonne  
@iodonna\_it  
HASHTAG  
#tempodelledonne



Bellezza  
in un click

L'intelligenza artificiale per l'equilibrio reale (della pelle). Academy (venerdì ore 10) moderata da Giancarla Ghisi con la Skin expert Olaz Rossella Galvani. Partecipazione gratuita con iscrizione su [iltempodelledonne.it](http://iltempodelledonne.it)

Da domani a domenica in Triennale a Milano la quinta edizione del **Tempo delle Donne**, 10-24 non stop. Più di 120 eventi con 368 ospiti: dal Teatro al Giardino incontri, musica, interviste e laboratori per ragionare insieme, conoscere nuove cose e divertirci

# IMPARARE LA FELICITÀ



Moltissime le iscrizioni già registrate per le Academy: evidentemente siamo tutti convinti che si possa insegnare ad essere felici

## È

un palinsesto così ricco quello che da domani a domenica comporrà la quinta edizione del Tempo delle Donne che persino un concetto sfuggente come la felicità si potrebbe spiegare con i numeri: 368 ospiti, 121 incontri, tre giorni di festa-festival alla Triennale di Milano, due concerti.

E (forse) non è finita: come se fosse una gigantesca calamita, il Tempo delle Donne continua ad aggiungere persone, storie: [iltempodelledonne.it](http://iltempodelledonne.it) è il sito dove si può trovare il programma in continuo aggiornamento, però di certo rispetto alle scorse edizioni ci

sono delle novità importanti. Prima di tutto, tre spin off che allargano il concetto di felicità agli «animali», alla vita delle persone «over» nell'età e agli affascinanti passaggi della «filosofia». Ospiti, dibattiti, proiezioni, performance artistiche e musicali, yoga: anche nel linguaggio ogni anno cerchiamo nuovi codici.

Per non parlare della ricerca di nuovi spazi: in questa edizione abbiamo «occupato» anche l'Agorà della Triennale, un luogo che sembra un teatro seicentesco, dove si snoderà un'altra novità, il Garage. «Non basta un garage, ci vuole una visione» è il titolo di un appuntamento che da venerdì a domenica metterà in scena un flusso di idee scaturite dalle parole di filosofi e filosofe, innovatori e innovatrici, imprenditori e imprenditrici. Senza un conduttore, con interventi che si susseguono. Solo l'essenziale: in fondo, per costruire il futuro — ambizione del progetto — non serve il superfluo.

Però, come sempre, si intrecceranno alfabeti differenti, a cominciare dall'apertura: domani alle 10 Claudio Marazzini, presidente dell'Accademia della Crusca, aprirà il fe-

stival con una lectio magistralis sull'italiano e, a seguire, Antonella Clerici racconterà la sua idea di felicità. Altri esempi: ci saranno Francesco De Gregori e Cesare Cremonini, Giulio Giorello e Al Bano, Azar Nafisi e Fabio Fazio, David Le Breton e Giovanni Vernia, Lella Costa e Anna Todd.

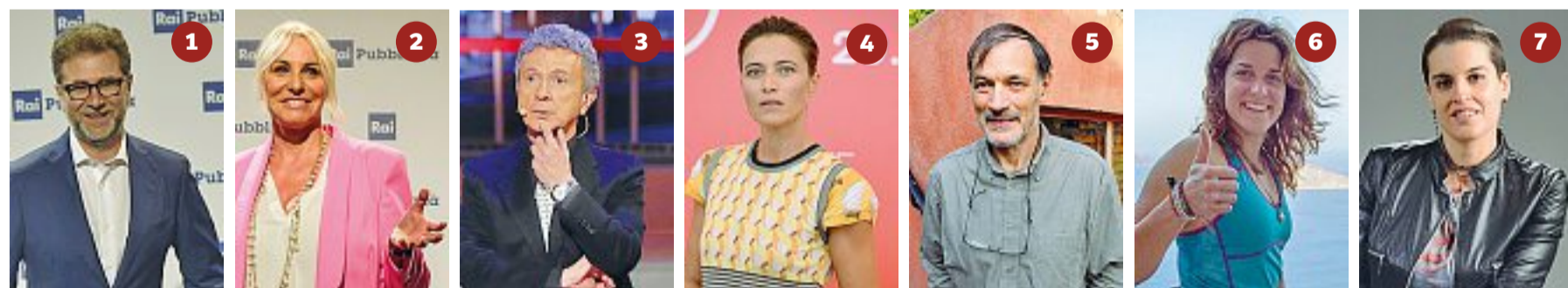
Sorprendente il capitolo academy: evidentemente siamo tutti convinti che la felicità si possa insegnare e imparare, a giudicare dall'alto numero di iscrizioni giunte finora: sul sito si può scegliere che cosa fare — scrivere bene? scegliere la ginnastica giusta? apprendere i codici dell'umorismo? — e prenotarsi. Mettersi in gioco, insomma, un po' come quelli che sceglieranno di seguire le lezioni di yoga, di partecipare alla installazione artistica collettiva o di prendere parte agli incontri organizzati da Valore D.

Tanti numeri, è vero. Però anche l'inchiesta sulla felicità che ci ha portato fin qui ha le caratteristiche di un numero: semplice nella sua complessità. E molto, molto elegante.

**Roberta Scorrane**  
rscorrane@corriere.it

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## La FELICITÀ. ADESSO



## Il gioco degli scacchi e la sfida ai pregiudizi Tutti gli incontri firmati da Valore D: dalla biodanza alla mindfulness

È stato proprio al *Tempo delle donne*, nel 2016, che Valore D ha iniziato a riflettere sulla felicità. E a far suo il tema. L'associazione chiamò allora a parlarne Alexander Kjerulf, cofondatore di Woohoo inc - Happiness at work. Coniugare lavoro e felicità sembra, in effetti, un'equazione difficile. Ma a Valore D sono

convinti che sia possibile e che a guadagnarne siano anche le aziende, all'inizio un po' diffidenti. Complice la crisi economica, hanno capito che l'unica cosa che potevano dare "a costo zero" per i lavoratori per renderli più soddisfatti e quindi anche più produttivi era proprio un miglior clima in ufficio o in fabbrica. Ma anche un modo di lavorare più flessibile. In

sintesi, una figura che sembrava stravagante, il Chief Happiness Officer, il manager che si occupa del benessere dei dipendenti, è diventato un'opzione possibile.

«Il *Tempo delle donne* è per noi una finestra sul mondo: un radar sui nuovi temi da proporre ad aziende e organizzazioni», raccontano a Valore D. La felicità ha stimolato una rifles-

sione a largo raggio, tanto che gli incontri proposti sono molti e vanno dalla Tecnofelicità (parola inquietante se si pensa al film del 2017 *The Circle*, ma ci torneremo) a Mindfulness e Biodanza, fino al Peer Mentoring (ossia un mentore che abbia un rapporto alla pari con la persona da formare) e alla presenza degli animali domestici in ufficio.

### Domani lo speciale

Un supplemento di 48 pagine in edicola gratis con il «Corriere della Sera» (o sulla Digital Edition) dedicato al Tempo delle Donne: gli ospiti, le interviste e gli approfondimenti per entrare nel vivo della festa-festival e le anticipazioni dell'inchiesta sulla Felicità.



## L'amore e la poesia

Domenica alle 11 (Triennale Lab) academy con Francesca Gentì, poetessa e autrice del saggio «La poesia è un unicorno» (Mondadori). Partecipazione gratuita con iscrizione a [iltempodelledonne.it](http://iltempodelledonne.it)



## Happy App

Sabato e domenica alle 15 il laboratorio «Andiamo a programmare!» dedicato a 25 giovani della scuola superiore. Partecipazione gratuita con iscrizione a entrambi gli incontri sul [iltempodelledonne.it](http://iltempodelledonne.it)



## Il potere di cambiare

Domenica alle 12 al Salone d'Onore con una performance di Chiara Di Biagio Marina Calloni, Mariangela Marsiglia, Valeria Perucca e Donatella Di Cesare. Conclusione musicale di Caterina Palazzi

## Agorà

# Cinquantacinque voci per trovare una bussola

## Futuro

Non è vero che non ci sono più bussole per leggere la realtà. Abbiamo però fra le mani bussole vecchie. Dobbiamo trovare un nuovo Nord, disegnare una nuova Rosa dei venti. All'interno del **Tempo delle Donne**, è nato così un palinsesto che segue regole proprie, con un format costruito come un flusso ininterrotto di idee, visioni, provocazioni, domande. Un ritmo incalzante, come incalzante è il futuro che è già qui e che chiede parole per essere compreso, codici per essere interpretato e una capacità d'immaginare per poter essere «costruito», pezzo per pezzo. «Non basta un garage, ci vuole una visione» è il nome di questo palinsesto in cui si confronteranno filosofi e filosofe, scienziati e scienziate, innovatrici e innovatori, donne e uomini di tecnologia. Perché la vera sfida non è immaginare cosa accadrà fra cinque, dieci, venti anni, ma decifrare cosa sta già accadendo. Adesso. **Edison** ha sposato fin da subito il progetto del «Garage» perché guarda allo stesso presente-futuro: punta sulla innovazione, ma senza dimenticare che sarà il cuore a portarci lontano. Chi si occupa di energie, del resto, si occupa di futuro, inteso come pluralismo di fonti, di possibilità, voci, pensieri, generazioni. Nessuna ricetta: la complessità non può essere compressa in una formula. Le 55 voci che animeranno i tre giorni del «Garage» — si parte domani alle 21, nell'Agorà della Triennale, per proseguire sabato e domenica dalle 15 — saranno garanzia di complessità, senza nessuna fretta di sintesi. Il flusso di idee correrà anche sui social per innescare e amplificare pensieri multipli, in un moltiplicarsi di domande e risposte. Il murales che porta all'Agorà diventerà in quei tre giorni il luogo su cui scrivere la propria «equazione del futuro»: useremo le parole che abbiamo, traducendole però dentro un contesto nuovo.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## Teatro

# Da John Leland ad Al Bano: come stare bene «dopo»

## Over

Si può essere felici dopo i 50 anni? L'abbiamo chiesto ai lettori con un sondaggio su [Corriere.it](http://Corriere.it) e, alla Triennale, lo chiederemo a scrittori, artisti, performer, cantanti. Il primo incontro dedicato agli over è venerdì, ore 10, all'Agorà: la coreografa **Silvia Gribaudo** propone un laboratorio di danza per chi ha superato i 60 anni. L'obiettivo? Riprendere contatto con la propria fisicità e individuare il modo migliore per esprimersi. Alle 14, sempre all'Agorà, il giornalista del *New Yorker*, **John Leland**, racconta il suo ultimo libro, «Scegliere di essere felici - Cosa ho imparato dai superanziani» (ed. Solferino): un ritratto di come gli ultranovantenni affrontano la vecchiaia. Figlio di un'inchiesta durata tre anni, dalle pagine esce un insegnamento che vale a ogni età: la vita va gustata in tutti i suoi aspetti, tirando fuori da noi stessi la forza per influenzare positivamente le nostre giornate. Lasciato il sabato alle riflessioni personali, domenica si torna a parlare di over o anziani o boomers o perennials. È **Antonio Polito**, vicedirettore del *Corriere*, partendo dal suo «Prove tecniche di resurrezione» (Marsilio), a chiedersi come bisogna chiamare chi è entrato nel quarto quarto di vita e come si può rinascere e avere un secondo primo amore. Questa riflessione, al Teatro dell'Arte ore 13, sarà il prologo dell'incontro con **Al Bano** che ha cantato la felicità, anche dopo un grande dolore. Proprio da qui, nel Salone d'Onore (ore 16), parte il dialogo «Disabilità allegra»: sul palco la storica **Eva Cantarella**, la stilista **Rosita Missoni**, la regista **Andrée Ruth Shammah** e la giornalista **Lina Sotis**. Infine, alle 18 al Teatro dell'Arte, saranno svelati i risultati del sondaggio proposto ai lettori su stereotipi e felicità degli over 50. E dopo una tavola rotonda con la scrittrice **Eliana Liotta** e l'attore **Paolo Hendel**, **Maria Grazia Cucinotta** premierà una delle sei donne che hanno raccontato al *Corriere* com'è migliorata la loro vita dopo i 50 anni.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## Giardino

# Persone non umane: impariamo a dividere la vita

## Animali

Ci affiancano nella vita di tutti i giorni, riempiono le nostre giornate, facendoci compagnia e amandoci a prescindere, senza chiedere altro in cambio. Ci aiutano nelle emergenze e a volte affiancano i medici aiutandoci a guarire. Gli animali sono parte integrante delle nostre società, «persone non umane», artefici del nostro benessere e della nostra felicità. Non potevano certo mancare in questa edizione del *Tempo delle Donne*. Sono sei gli appuntamenti che li vedranno protagonisti. Si inizia domani alle 15.30, in giardino, con «Un cane può cambiarvi la vita», dibattito sulla pet therapy e i cani eroi, partendo dal libro di **Manuela Porta** *Ciotole d'amore* (Cairo). Sul palco, oltre all'autrice, anche l'etologo **Roberto Marchesini**, il fondatore di Frida's onlus **Mario Colombo**, il prof. **Luca Bernardo**, direttore della casa pediatrica Fatebenefratelli-Sacco, e il direttore di Radio DeeJay **Linus**. A seguire una dimostrazione live di disc dog con il campione del mondo della specialità **Adrian Stoica**. Sabato si parlerà invece di approccio empatico all'educazione cinofila, con **Angelo Vaira** (giardino, ore 14). Nella stessa giornata, alle 14.30, nel salone d'onore, il workshop «Qua la zampa» con **Monica Cavallo** e la veterinaria **Monica Pais**, salvatrice e ora compagna di vita del cane **Palla**, protagonista di una triste vicenda conclusa in lieto fine. Due gli appuntamenti di domenica: alle 13 si parla di leggi a tutela degli animali con l'on **Michela Vittoria Brambilla**, la presidente di Enpa **Carla Rocchi** e **Andrea Morello**, presidente di Sea Shepherd Italia. A seguire «La felicità fa le fusa»: riflettori sui gatti con **Costanza Rizzacasa d'Orsogna** e l'inseparabile **Milo** e con **Anna Mannucci**. Per questioni organizzative non sarà possibile accedere agli incontri in compagnia dei propri animali.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## Triennale Lab



Lina Almaena



Paolo Giordano



Luciano Fontana

## Le fake news e i diritti: conversazioni estere

Come si combatte per i diritti, compreso quello alla felicità, nel Paese più conservatore al mondo? Ce lo racconterà Lina Almaena, fondatrice della prima squadra femminile di basket in Arabia Saudita. A Kim Leadbeater, sorella della deputata britannica Jo Cox, uccisa nel 2016, chiederemo come ha raccolto l'eredità di Jo portandone avanti la battaglia contro la solitudine, e con lei a parlare di comunità e utopie ci sarà lo scrittore Paolo Giordano. La videogiornalista di *Time* Francesca Trianni ci dirà del suo incontro con una madre siriana profuga in Grecia che ha emozionato il mondo. Jill Filipovic, editorialista di *New York Times* e *Cnn*, ci spiegherà che l'ultima sfida del femminismo passa proprio dalla felicità, mentre la scrittrice Pamela Druckerman ci dipingerà fragilità e promesse dei quarantenni. Infine, con il direttore del *Corriere della Sera* Luciano Fontana discuteremo della gioia e della fatica di informarsi e informare nell'era delle fake news.

È questo il «palinsesto» di «Conversazioni EsterE» — il progetto nato nel 2017 da un gruppo di giornaliste di *Corriere della Sera*, *Il Foglio*, *Radio Popolare* e *Rivista Studio* — ospite anche quest'anno al *Tempo delle donne* con l'idea di ragionare su felicità individuale e collettiva e su come anche le scelte della politica impattino sul nostro benessere. Ed è proprio focalizzato sul legame tra felicità e azioni dei governi il *World Happiness Report* del nostro partner, *Illy*.

**Marilisa Palumbo**

© RIPRODUZIONE RISERVATA



8



9



10



11



12



13



14

«Tecnofelicità» va spiegata. La diffusione della tecnologia, in particolare nei nuovi contesti di lavoro fa pensare a una «connessione permanente» e quindi al controllo e una conseguente «tecnoinfelicità». «Partiamo da due principi», spiegano a Valore D. «Primo: la tecnologia non va subita. Secondo: lavorare da remoto è una scelta che ha migliorato la vita di molte persone». Soprattutto donne, visto che, come puntualizzano a Valore D, «è ancora sulle donne che ricade il maggior carico di cura, di figli e genitori». Più flessibilità aiuta. E anche vero che, se lavorare da casa facilita nell'assol-



In ufficio L'obiettivo: ritagliare tempo per sé

vere altri impegni, lo stress può non calare. Anzi. Per questo servono altri strumenti. «Ma dobbiamo soprattutto dedicare spazio a noi stessi. Benessere fisico e mentale vanno di pari passo». Sono temi su cui non si scherza. Ma su cui si può giocare. Non a caso uno degli incontri di Valore D al *Tempo delle donne* è dedicato agli scacchi. O meglio alle giocatrici. Certo, gli scacchi sono ben più di un gioco. E anche in questo campo le donne sfidano pregiudizi secolari. Tra i giocatori professionisti le donne sono l'11%. Ci sono state solo due donne nella top 100 del ranking mondiale: la cinese

Hou Yifan e l'ungherese Judit Polgar. Polgar è famosa anche per aver sconfitto Garry Kasparov e altri campioni come Anatolij Karpov. Nel 2016 Peter Backus, economista dell'Università di Manchester, e alcuni colleghi di Barcellona, misero a confronto il gap sul mondo del lavoro tra uomini e donne e le competizioni sugli scacchi: non una bizzarria, ma la conferma che le donne tendono a farsi più «timide» nelle situazioni competitive con colleghi maschi. Risultano: cercano di scivolarne fuori, anche peggiorando le loro prestazioni.

**Valeria Palumbo**

© RIPRODUZIONE RISERVATA

1 Fabio Fazio 2 Antonella Clerici 3 Pupo 4 Anna Foglietta 5 David Le Breton 6 Tamara Lunger 7 Licia Troisi 8 Lella Costa 9 Dolcenera 10 Arisa 11 Paola Perego 12 Giuliano Sangiorgi 13 Massimiliano Ossini 14 Emanuele Coccia