

Con racconti selezionati laddove ne abbiamo apprezzato l'autenticità, la purezza, la mancanza di quell'inquietante urgenza che a volte sembra inquinare messaggi e rapporti sacrificati sull'altare dell'apparenza. D'istinto, allora, dal web alcune vicende abbiamo scelto di trasportare sulla carta. In qualcosa che potrebbe essere visto come un assurdo e incoerente cambio di direzione, un pezzo pretenzioso, un gesto che chissà perché, forse è così. La verità è che c'era una sorta di nostalgia ad alimentarci, la voglia di stringere qualcosa fra le mani, riempirsi di un odore, inseguire qualcosa di concreto. Fruscii, pieghe, porosità. Il sogno di lasciare un oggetto che potrebbe essere trovato per caso, raccolto, scoperto, conservato.

**MAG, numero zero** nasce da qui, è un esperimento e nulla più. Il tentativo di dare una dignità diversa e forse antica a qualcosa che per noi ha un valore. Storie, luoghi, persone. Esempi e ispirazioni, spunti e osservazioni. Un foglio solo, non programmato, stampato in casa. Piegato a mano una copia alla volta. Aprilo, se volete. Come una vela. E leggete a pieni occhi. Fate una pausa, respirate. A pieni polmoni. Sentitevi a casa. Bello no?

segue dalla prima

Due valigie, una da cabina e l'altra da stiva. Un biglietto per volare da Roma a Keflavik, poi via in taxi verso Akureyri, la città del sole di mezzanotte, in Islanda. Quanti sono gli aerei che partono ogni ora da Roma Fiumicino? Chissà. La hostess del check-in di laura in Ingegneria chiede biglietto e passaporto, Gabriele Lunardi presenta le carte in ordine. Le generosità: 22 anni, residente a Molino di Basiglio, nell'entroterra romagnolo. Occupazione: studente universitario. Mese di gennaio, anno 2022. Quando la hostess restituisce il passaporto a Gabriele, un altro aereo decolla verso chissà quale meta. Quanti passeggeri, quanti piani, sogni, zone e vivere una situazione

**Perché partire?** Era un'opportunità per lasciare la mia comfort zone e vivere una situazione

Fantasticare è un modo per distarsi, allontanare quella fastidiosa punta d'ansia che accompagna ogni fase di cambiamento. Gabriele è il primo studente dell'Università di San Marino a sfruttare l'opportunità di un semestre nella realtà nord-europea. Iscritto al secondo anno del corso di laurea in Ingegneria Gestionale, vive sulle sue spalle tutte le incognite di un'esperienza di studio all'estero e non sapevo davvero cosa aspettarmi. Mi ero riempito di ansie e paranoie essenziali e inutili. Una volta partito, è svanito tutto.

**Ansia, prima della partenza?** Era la mia prima esperienza di studio all'estero e non sapevo davvero cosa aspettarmi. Mi ero riempito di ansie e paranoie essenziali e inutili. Una volta partito, è svanito tutto.

**Com'è stato l'impatto con la realtà accademica islandese?** L'Università di Akureyri, nonostante sia la seconda

DI ROSSELLA SPINELLI

Alcune domande al primo iscritto dell'Ateneo sammarinese a sfruttare l'opportunità di un periodo di studio in Islanda: la sua avventura fra aule, tavole e tradizioni

La storia

totalmente nuova che mi avrebbe potuto anche aiutare anche nella futura carriera lavorativa. L'Islanda mi affascinava. E poi lì tutti parlano inglese. Era un'occasione in più per per studenti stranieri, una palestra gratuita aperta giorno e notte, un bar, una biblioteca e moltissime sale studio. Era la mia prima esperienza di studio. Una struttura decisamente moderna e con un simpaticissimo personale.

**Ansia, prima della partenza?** Era la mia prima esperienza di studio all'estero e non sapevo davvero cosa aspettarmi. Mi ero riempito di ansie e paranoie essenziali e inutili. Una volta partito, è svanito tutto.

**Com'è stato l'impatto con la realtà accademica islandese?** L'Università di Akureyri, nonostante sia la seconda

più grande del Paese, conta circa 2.000 studenti, non tantissimi quindi. Questo però non comporta poche infrastrutture, anzi. Ci sono mensa, dormitori per studenti stranieri, una palestra gratuita aperta giorno e notte, un bar, una biblioteca e moltissime sale studio. Era la mia prima esperienza di studio all'estero e non sapevo davvero cosa aspettarmi. Mi ero riempito di ansie e paranoie essenziali e inutili. Una volta partito, è svanito tutto.

**Com'è stato l'impatto con la realtà accademica islandese?** L'Università di Akureyri, nonostante sia la seconda

vegana, che è molto buona!



## Abbiamo attraversato un decennio a bordo di un'auto elettrica

di MARTINA RINALDINI e IRENE BACHEROTTI

San Marino è il Paese con il più alto numero al mondo di auto pro capite: anche per questa ragione, rappresenta una realtà interessante da analizzare per capire come sta affrontando il progressivo aumento delle auto elettriche. Abbiamo incontrato Umberto Lonfernini, che si è laureato con una tesi su questo argomento



Inquadra il QR code con il telefonino e scopri il mini documentario: 10 minuti in un approfondimento ricco di info e ospiti!



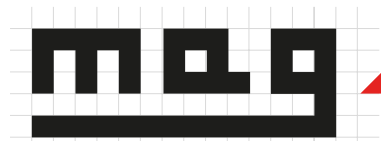
## A tu per tu con l'uomo che ogni giorno salva il c\*\*o a prof e studenti

di ROSSELLA SPINELLI e MASSIMILIANO IOB

Quante email vengono inviate ogni settimana dall'Ateneo? Quante stampe vengono effettuate all'università? E quale altezza raggiungerebbero se impilate? Lo abbiamo scoperto passando una giornata con il tecnico che rende possibile tutto ciò. E che passa il tempo a salvare le persone da tremendi pasticci tecnologici



Inquadra il QR code con il telefonino e guarda il video! Dura circa 5 minuti



È gratis, non ha prezzo

diretto da Jeffrey Zani

progetto grafico di Benedetta Simoncelli

## Forza, respirate: siete a casa



Ci sentivamo così, bombardati e confusi. E succede ancora. Storditi da informazioni senza origine, dati parziali, voci interrotte, fanfare, sponsorizzazioni, suggestioni, distorsioni. Gli occhi sullo schermo, ognuno di fronte a una realtà diversa, confezionata

secondo schemi che chissà. Movimenti e colori che si inseguono, trucchetti e artifici che si accavallano e ripetono, urlano e sbraitano e chi lo sa dove potranno arrivare e cosa potranno finire per dire o comunicare? Ormai sembra imprescindibile, la corsa a ritagliarsi qualche secondo di attenzione in uno spazio che sembra

infinito. Quello del web, della rete, l'immensa ragnatela. Ci siamo anche noi in tutto quel baccano, siamo mica tinchi di santi. Con [mag.unirmsm.sm](http://mag.unirmsm.sm), un sito di storie raccolte nella comunità universitaria sammarinese.

segue all'interno



## L'intervista

# Come affrontare gli incendi ai tempi dei social

di MARTINA RINALDINI

Se penso al fuoco mi vengono in mente due cose: i falò fatti in campeggio e le fiamme tamarre degli adesivi che il mio vicino di casa ha appiccicato sulle fiancate della sua Fiat Panda 4x4. Ma se immagino un incendio le cose cambiano e sono un po' meno spiritose. Mi vengono in mente due parole: timore e pericolo. E altrettanti sentimenti: ammirazione e rispetto per gli esperti che intervengono quando le cose sembrano fuori controllo. D'altronde, probabilmente le persone si dividono in due grandi categorie, in qualche modo opposte: chi scappa dal fuoco e chi, invece, si affretta per raggiungerlo e fare qualcosa.



Greta Lucia Petrulli, 20 anni, è una di loro. Volontaria dell'antincendio forestale, è impegnata nella sezione AIB-NOS (Antincendio Boschivo) del Gruppo Comunale di Protezione Civile di Monte Grimano Terme. Allo stesso tempo, è una studentessa del corso di laurea in Comunicazione e Digital Media dell'Università di San Marino.

L'11 luglio del 2021 era a casa con la sua famiglia. Era quasi l'ora di cena e stava per apparecchiare la tavola in giardino. Ma appena uscita, ha sentito puzza di bruciato. Per lei, è stato come ascoltare mille campanelli d'allarme.

## Avete fiuto, voi antincendio, vero?

Nei mesi estivi, quando i rischi sono alti, diventiamo un po' dei cani da tartufo. L'olfatto è sempre allerta. Ci viene automatico. Il fatto è che, in caso di incendio, ogni secondo è oro.

## Cos'è successo quella sera?

Mi giro e vedo alzarsi delle fiamme in mezzo a un campo in un paese vicino. In un attimo avverto mio padre, che è un volontario come me, e partiamo in auto. I minuti che precedono l'individuazione delle fiamme sono i peggiori: dalla strada si cerca di seguire il fumo a vista, poi si passa da un campo all'altro, muovendosi nel fumo fitto. Spesso non si vede quasi niente. In queste condizioni raggiungiamo una stradina sterrata. Riconoscendola, tiriamo un sospiro di sollievo: era la solita vecchietta che bruciava le sterpaglie.

## Come ti sei avvicinata a questo mondo?

Mio padre è il coordinatore dell'antincendio boschivo locale. Molti pensano sia stato lui a trascinarci, ma

non è così.

La mia è stata una dura lotta, caratterizzata da una lunga attesa. Ho passato anni a sognare di poter indossare una divisa gialla come la sua. Ma dovevo diventare maggiorenne.

## I social, che riguardano il tuo percorso di studi, giocano un ruolo?

Ti racconto un episodio, anche se drammatico. Nell'agosto scorso ero in viaggio insieme a mio padre quando, attorno a mezzanotte, abbiamo ricevuto la telefonata di un concittadino che ci segnalava fiamme visibili da chilometri di distanza. Abbiamo avvisato subito la nostra squadra e io, d'istinto, ho controllato cosa stava succedendo sui social.

## Una mossa banale? Tutt'altro.

## L'incendio era già su Facebook e Instagram?

Erano apparsi post allarmanti, veniva segnalato che nessuno era ancora sul posto per spegnere le fiamme. Alcuni passanti avevano postato delle storie immortalando quello che per loro era semplicemente

una studentessa intraprendente, la sua esperienza nel servizio antincendio e quella volta in cui ha supportato una squadra attraverso Facebook e Instagram, contrastando la disinformazione e agevolando i soccorsi

un evento 'strano'. Anche se in buona fede, potevano bloccare le strade ai mezzi di soccorso, inconsapevoli del fatto che le fiamme girano velocemente e rimanere nella zona è la cosa più pericolosa da fare.

## Come hai reagito?

Ho usato i canali social della Protezione Civile per tranquillizzare chi aveva paura e rispondere ai post fornendo indicazioni più precise e informazioni puntuali, al contrario di quanto avevano fatto i passanti. Proprio attraverso i social ho scoperto che una mia amica, da ore, non riusciva a rintracciare suo padre, proprietario dell'unica struttura presente sul terreno che stava bruciando.

Com'è andata a finire? Per saperlo leggi l'intervista integrale e guarda il trailer di Irene Bacherotti su [mag.unirsm.sm](http://mag.unirsm.sm)

## Consigli

# Meditazione, musica e movimento: come 'spezzo' nei periodi di super studio



Penne, evidenziatori, caffè e acrobazie: la routine di chi si prepara per gli esami è una vera sfida, ecco qualche ricetta per sopravvivere

di ROSSELLA SPINELLI

Sole, caldo, mare e bagnasciuga. Formula perfetta? Non per chi studia all'università e deve preparare gli esami della sessione estiva, come mi è successo nei mesi scorsi. Per noi le vacanze potevano iniziare solo dopo aver affrontato i test più bollenti dell'anno. Qualcosa che a me, personalmente, richiede una routine diversa dal solito, calibrata per essere concentrata e spremere il meglio da ogni minuto. Visto che dell'esperienza passata occorre fare tesoro e i risultati non sono stati poi così male, ho deciso di condividere la mia agenda strategica, casomai a qualcuno torni utile o possa essere d'ispirazione.

Pronti? Andiamo con ordine.



## Ore 9:15: sveglia

Non sono una morning person - mai stata! Anche se non mi alzo all'alba, però, faccio ciò che impegna diverse persone nelle primissime ore del mattino, quando il sole è basso e le città sono ancora mezze addormentate.

Partecipo alla challenge di una influencer chiamata @Virgi\_talks su Instagram: 40 giorni di breve meditazione yoga. Nove minuti dedicati a me stessa, 540 secondi in cui respiro consapevolmente. Appena sveglia, aiutata da un po' di acqua fresca sul viso, mi siedo a terra su un tappetino verde, gambe incrociate e schiena dritta al muro. Appoggio le mani alle ginocchia e inizio a concentrarmi sulle fasi di ispirazione ed espirazione: è un'occasione per focalizzarsi e allontanare lo stress. Se è una giornata calda, lo faccio in terrazza e sorseggio una spremuta d'arancia dalla mia tazza preferita. Molti pensano sia una sciocchezza, ma

la mia esperienza prova il contrario: dedicare appena 10 minuti al giorno a questa pratica cambia la vita - radicalmente e in meglio. Per me ormai è diventata un'abitudine: lo considero il momento più importante della giornata. Questo mi permette di iniziare con il piede giusto. Come outfit, di solito opto per una tuta comoda o dei pantaloncini sportivi con un top.

Per la musica, invece, dipende molto dall'umore: vario dai podcast sulla meditazione a musiche e suoni rilassanti.

## Ore 10:00: studio

Una buona morning routine è la chiave per superare i periodi di super studio. Di solito la sessione estiva è abbastanza tosta. Dopo aver fatto colazione vado a studiare nella mia stanza, isolata, senza rumori attorno.

Mi piace avere tutto in ordine sulla scrivania. Uso molti evidenziatori e penne colorate.

Mi aiutano a focalizzare meglio i concetti. Ho una memoria molto fotografica e associo gli argomenti ai colori. Tengo un'agenda in cui ho appuntato cosa studiare, capitolo per capitolo. Questo mi permette di avere una visione generale dei contenuti e del carico. Troppo ordinata? Beh, credo che il disordine visivo provochi anche disordine mentale! Fare una "to do list" è una buona pratica: ci sono molte app per questo genere di cose.

Un'altra buona abitudine sono le pause: una ogni ora. Un caffè, qualche minuto sui social. Poi riprendo fino all'ora di pranzo.

## Ore 13:00: mangiare e digerire

Pranzo e relax: la siesta è sacra.

Scopri il resto della giornata di Rossella su [mag.unirsm.sm](http://mag.unirsm.sm)