La pagina della donna

L'intervento di una cattolica al Congresso mondiale delle madri

« Io sento che grande è la nostra responsabilità, quando restiamo lontani da incontri come l'attuale, non quando vi partecipiamo »

Dall'intervento che Clotilde Cassigoli, donna di Azione cattolica, ha letto al Congresso di Losanna riproduciamo il seguente brano.

E' davanti a voi una vecchia, semplice mamma, che non credeva di arrivare nella sua vita, già con i capelli bianchi, a scoprire la possibilità di emozioni così intense, motivi così eccezionali di profonda e vera gioia.

Care amiche, io vi parlo come una madre cattolica; dirò di più, come una madre che appartiene all'Azione cattolica, convinta, nella piena sincerità della sua coscienza, dell'importanza di militare in quelle file ed anzi orgogliosa di appartenervi. Il mio solo dispiacere oggi è di non potervi ufficialmente parlare a nome delle donne di Azione cattolica, di non essere stata invitata qui da loro.

Noi abbiamo accettato il precetto divino che Cristo ha portato sulla terra, di amarci gli uni con gli altri, e perciò noi non possiamo mancare là dove l'amore reciproco viene sollecitato ed offerto.

Là dove si vuole distruggere la violenza, dove si vuole impedire l'odio, è nostro dovere essere presenti.

Dove si dice: discutiamo, ma non uccidiamo, là deve essere il nostro posto. Dove si vogliono abbattere le barriere che dividono uomo da uomo, noi dobbiamo dare il nostro contributo perchè si riesca più presto allo scopo.

Perchè si deve lasciare agli altri la gioia, il merito, il diritto di fare questo?

Ho spesso sentito dire che là dove si parla tanto di pace, di disarmo, di neutralità e di condanna della bomba atomica, vuol dire che là ci sono comunisti, socialisti e tutti quelli che talvolta vengono indicati come «figli delle tenebre». A me dispiace tutto questo. Io sono convinta che sarebbe così bello e così giusto se, invece, si potesse dire che là dove si parla di pace e di fratellanza umana fra tutti i popoli, là certamente siamo in prima fila noi cattolici.

Io sento che grande è la nostra responsabilità quando restiamo lontani da incontri come l'attuale, non quando vi partecipiamo.

Noi non abbiamo niente da rinnegare, partecipandovi; io non ho sentito qua una sola parola che offendesse la mia profonda sensibilità di donna cattolica, ma piuttosto ho avuto motivi di sentirmi compartecipe di una più larga, commovente dignità di madre che ha sofferto e vissuto, ed ho rimpianto di non avere vicine a condividere questa esperienza preziosa tutte le mie consorelle di fede religiosa. Esse mi mancano, esse fanno un grande vuoto, oggi, non solo nel mio cuore, ma in tutta questa grande adunata di mamme.

« Il sole è salute »; è un antico detto popolare. I bambini, in particolare, traggono da una cura di sole ben graduata notevoli vantaggi

QUALCHE CONSIGLIO PER LA "TINTARELLA,,

Una riserva di salute e una vernice di bellezza

Basta essere prudenti — Labbra gonfie e piagate — Attente al rossetto — Non è consigliabile l'uso di olii e pomate per abbronzare — Dormire molto e mangiare cibi leggeri

Cominciamo ad essere nel pieno dell'estate. Anche quest'anno a molti medici si sono presentate numerose pazienti a lamentare inspiegabili gonfiori, irritazioni e piagature alle labbra.

In genere è dopo la prima gita al mare o in campagna che si manifesta il disturbo e solo le donne vengono colpite perchè la colpa è del rossetto. Alcune sostanze coloranti usate in certi tipi di rossetto rendono la pelle particolarmente sensibile ai raggi solari e facilitano la formazione di scottature e piaghe. In questi casi il medico non può fare altro che consigliare il paziente di evitare il sole finchè non sia cessata l'irritazione.

Altri lamentano talvolta scottature eccezionali per il loro fisico che ha sempre sopportato anche prolungate esposizioni al sole. Anche in questi casi, molte volte, la causa della diminuita resistenza della pelle all'azione dei raggi solari è da imputare a certe sostanze contenute o nei cosmetici, o talvolta, nei vari preparati da spalmare sul corpo prima di esporlo al sole sia che si tratti di oli che di creme. Anche certe sostanze usate per la conservazione dei cibi in scatola possono rendere la pelle particolarmente vulnerabile all'azione dei raggi solari.

Il sole è salute, ed una buona ed uniforme abbronzatura è anche un attributo di bellezza. Ma per guadagnarsi salute e bellezza a spese del sole bisogna essere molto cauti.

Una regola generale che deve essere rispettata in ogni caso è quella di esporre il proprio corpo al sole sempre dopo una accurata pulizia della pelle evitando come molti fanno di cospargersi di talchi, ciprie, unguenti, o altro. In particolare degli unguenti e pomate utilizzate per accelerare l'abbronzatura c'è da dire che se non sono nocive, troppo spesso, tolgono alla cura di sole la sua efficacia. Infatti i raggi ultravioletti penetrano in profondità nella pelle quando essa non è ancora abbronzata e quindi il massimo di efficacia di una cura di sole si ha proprio quando si riesce ad abbronzarsi lentamente e con gradualità. Ciò garantirà anche dal pericolo delle dolorose scottature.

Gradualità

Anche il tipo d'alimentazione ha la sua importanza per ottenere la massima efficacia da una cura elioterapica. Chi si espone al sole sia al mare, che in campagna o in montagna, deve fare attenzione a ciò che mangia, deve evitare i cibi di faticosa digestione, deve mangiare poca carne, bere poco vino e non ingombrarsi lo stomaco con pasti troppo abbondanti. In queste condizioni il fegato si troverà alleggerito di parte della sua quotidiana fatica e potrà dedicarsi alla elaborazione di quelle sostanze coloranti che iscuriscono la pelle sotto l'azione del sole.

Una buona regola di gradualità per l'esposizione del corpo al sole può essere la seguente: il primo giorno solo dieci minuti sulle braccia e sulle gambe; il secondo aggiungere altri dieci minuti sul ventre e sul dorso; il terzo, dopo i primi venti minuti si può cominciare ad esporre il torace per dieci minuti; successivamente si può continuare ad aumentare di dieci minuti al giorno; in una decina di giorni ci si può considerare immunizzati alle scottature e si può restare al sole alcune ore consecutive, meglio, però, non superare le tre ore. Sempre bene sarà, però, interrompere l'esposizione con brevi soste all'ombra.

Gli occhiali da sole

Comunque si deve precisare che il periodo più efficace dal punto di vista curativo è proprio quello che precede il formarsi della tintarella e della conseguente immunità alle scottature. Tanto più lungo sarà questo periodo, tanto maggiore sarà la quantità di raggi ultravioletti penetrata nella profondità della cute a svolgere la loro azione benefica. Chi non riuscisse a prendere con gradualità la tinta può evitare di esporsi al sole per un paio di settimane, è quanto basta per tornare bianchi, per ricominciare poi la cura con la stessa gradualità.

Naturalmente esistono casi in cui la cura del sole è controindicata, ma lo stabilirli è compito del medico di volta in volta. Contrariamente a quanto comunemente si ritiene una cura elioterapica ben fatta è particolarmente consigliabile alle donne in stato di gravidanza, perchè essa aumentando il tenore di vitamina D, in ultima analisi, finisce col favorire la calcificazione delle ossa del nascituro.

Un'ultima cosa a proposito degli occhiali da sole. Esistono due tipi di occhiali quelli fatti di semplici vetri colorati e quelli con lenti impermeabili ai raggi ultravioletti. I primi sono nocivi perchè mentre diminuiscono la intensità della luce che colpisce l'occhio, permettono alla pupilla di restare dilatata, senza proteggere quindi l'interno dell'occhio dai raggi ultravioletti; i secondi, invece, anche se molto più cari sono i soli che possono essere portati con utilità.

Concludendo, quindi, si possono così riassumere le massime da rispettare per affrontare impunemente l'esposizione ai raggi solari: mentre rossetto nè cosmetici; cura dell'alimentazione; gradualità di esposizione; ed infine sapiente scelta degli occhiali da sole. Sono tutte condizioni indispensabili a trarre beneficio dal festoso contatto con la natura che ci è concesso durante le vacanze estive.

R. C.

TRE RICETTE ESTIVE

Minestrone freddo

Mettere in una pentola, dopo averli sbucciati, pelati, lavati e tagliati a dadi: zucchine, patate, carote, fagioli, sedano, pomodori (senza semi e pelati), basilico ecc. Riempire la pentola con acqua fredda, salare poco e porre a fuoco. Pestare un poco di lardo, metterlo in un tegamino, insieme con un pezzetto di burro, qualche cucchiaiata di olio, del prezzemolo tritato ed una cipolla pure tritata; far soffriggere per circa dieci minuti, poi versare il soffritto nella pentola. Continuare la cottura per circa due ore. Un'ora prima del pasto unire pasta o riso, quando saranno non troppo cotte scodellare, insaporire bene e lasciare raffreddare.

Insalata di pollo

Piatto appetitosissimo, elegante e che può venire usato anche per utilizzare avanzi di pollo o tacchino, ecc. sia arrostiti che lessati. Dopo avere lessato il pollo, scolarlo e lasciarlo raffreddare, poi spolparlo (meno il collo e le ali) tagliando tutta la carne a listerelle sottili. Mettere la carne in una zuppiera, unire circa 150 gr. di gruviera tagliato a listerelle uguali a quelle del pollo ed aggiungere del sedano tenerissimo pure tagliato a fettine sottili. Con due tuorli preparare una maionese, versarne una metà sul pollo ed amalgamarlo bene. Stendere su un piatto di portata delle foglie di insalata (precedentemente ben lavate e condite), mettere sopra l'insalata il composto di pollo.

Insalata di testina

Particolarmente appetitosa in questi giorni di gran caldo è la insalata di testina di vitello, anche se un poco indigesta. Lessare la testina, mettendo nell'acqua anche un mazzetto di erbe odorose, quando sarà ben cotta, scolarla (il brodo potrà servire per fare il risotto), stenderla su un piatto, salarla, porvi sopra un altro piatto e su questo mettere un peso, poi lasciarla raffreddare. Nel frattempo tritare un poco di prezzemolo al quale si sarà unito, se piace, uno spicchio d'aglio. Quando la testina sarà fredda con un coltello affilato tagliarla a fettine sottili, mettere il ricavato in un piatto, unire il prezzemolo tritato e della cipolla tagliata a fettine sottilissime, condire con olio e succo di limone.

LA CONCLUSIONE DELLA NOSTRA INCHIESTA SUL MATRIMONIO

Hanno messo fuori legge l'amore

Continua diminuzione del numero dei matrimoni - Una vita di rinunce s'apre davanti alle giovani generazioni - Troppo spesso il matrimonio deve subordinarsi al calcolo dell'opportunità e della convenienza

Le statistiche ci dicono che i matrimoni in Italia sono sempre di meno. L'indice di nuzialità del 9,7 per mille abitanti nel 1947 è sceso al 7,1 per mille nel 1953. Nel 1951, anno dell'ultimo censimento, su 10 milioni 650 mila giovani dai 20 ai 35 anni, risulta che se ne sono sposati 328.473, cioè a dire il 7 per mille. La nostra inchiesta ha voluto sin qui vedere alcune delle ragioni sociali ed economiche dalle quali questo fenomeno deriva. E' riuscita a portare alla luce fatti, documenti, denunce, per lo più ignote alla maggioranza degli italiani, specialmente a quelli che non sono legati direttamente al mondo del lavoro, della fabbrica. E in questo senso ha portato un contributo originale alla conoscenza della società italiana, del panorama di vita italiano, quale è quello che si offre oggi ai giovani, pieno di contraddizioni, di necessarie rinunce, di forzate delusioni. La nostra inchiesta ha voluto fornire una rassegna di illegalità di soprusi di sopravvivenze morali e giuridiche del passato più remoto, ancora vive oggi per volontà e interesse di un ristretto gruppo di uomini che dirigono la società italiana e i suoi settori di produzione più vitali, solo in funzione dei massimi privilegi e profitti personali.

Ma ci sembrerebbe di non aver fatto in pieno il nostro dovere se al termine di questa nostra rapida inchiesta noi non ci soffermassimo un poco a valutare e pesare al di là della denuncia dei singoli fatti, le conseguenze umane e morali che ne derivano. E qui occorre subito affermare che il licenziamento di una ragazza, operaia o impiegata, nel momento in cui ha deciso di crearsi una famiglia non è questione da giudicarsi soltanto nell'àmbito di un rapporto di lavoro e delle leggi che lo regolano, ma investe una condizione umana, una situazione morale che non si conclude all'interno dello ufficio o della fabbrica, ma dilaga e penetra nel costume e nella morale di una intiera società: colpisce la formazione del nucleo familiare nei suoi aspetti più vitali, nel sentimento e nella libertà.

Offese all'amore

Il licenziamento della ragazza sposa o che soltanto sia giunta in età matrimoniale, l'inadempienza delle leggi atte a proteggere la maternità, la possibilità di svolgere una professione solo a condizione di non sposarsi e tutto questo in barba alle fondamentali conquiste costituzionali, ci dicono che l'organizzazione del lavoro in Italia, l'ispirazione nettamente classista che l'ha determinata tende a colpire la donna lavoratrice proprio nella parte più delicata e personale della sua esistenza.

E prima di ogni altra cosa parliamo dell'amore. Sì dell'amore, quello che è stato o è di tutti, quello che nasce tra l'uomo e la donna. Parliamo dell'amore come di « un grande offeso », come di un sentimento in pericolo. Troppo spesso si è costretti a rinunciare all'amore. Troppo spesso la scelta del compagno della propria vita deve oggi passare sulla spietata bilancia dell'opportunità e della convenienza. Troppo spesso oggi l'amore è considerato patrimonio del passato, un lusso troppo grande, un tema che non appartiene più al cuore, perchè lo spettro della miseria, della disoccupazione si è ingigantito al nostro sguardo. Persino noi genitori, noi grandi che pure abbiamo conosciuto il valore dell'amore, senza avvedercene, a volte finiamo per distruggerlo nelle aspirazioni dei giovani, mostrando loro le leggi di una esistenza che non conosce pace, dove non c'è danaro sufficiente per vivere. E in luogo dell'amore, talvolta, sul piatto d'argento dell'amore materno, presentiamo il freddo calcolo dell'opportunità. Noi grandi, anche noi, nelle nostre case, lontane dai luoghi di lavoro finiamo per essere condizionati anche moralmente dall'ingranaggio di una società divisa in classi in cui la libertà umana è ancora un fine, un fine da conquistare, da raggiungere.

Le responsabilità

Ma la nostra inchiesta non ci dice soltanto che l'amore è fuori legge. Fuori legge finisce per essere anche la stessa famiglia italiana. Il licenziamento in tronco all'atto del matrimonio si esprime di fatto come una mostruosa punizione, come un disumano e ingiustificato castigo che mina dall'interno l'istituto della famiglia, a partire dal momento più delicato del suo sviluppo che è appunto quello della sua formazione.

Chi determina questo stato di cose? Noi abbiamo fatto alcuni nomi. Abbiamo denunciato i padroni delle fabbriche, dei luoghi di lavoro, della produzione. Li abbiamo portati sulle colonne del nostro giornale e continueremo a portarceli, indicando quali sono le colpe di cui essi si sono macchiati. Ma sarebbe sbagliato o perlomeno insufficiente limitarci a stabilire il grado di disumanità di « cattiveria » che li caratterizza. Ciò che ci preme sottolineare è che le denunce delle condizioni di vita delle lavoratrici in Italia che noi andiamo facendo tendono a colpire non solo i singoli responsabili, ma l'intero sistema sociale italiano il quale « permette » — e talvolta rende persino necessario — lo affossamento di ogni forma di legalità e di rispetto umano sui luoghi di lavoro, per sostituirli con l'unica vera legge che è quella del massimo profitto e interesse personale. Solo così la nostra denuncia esce dal vicolo cieco degli esami di coscienza e degli sterili piagnistei, per divenire elemento costruttivo e rinnovatore della società. Ciò che a noi preme dimostrare è che i soprusi, i delitti contro la morale e la dignità divengono possibili, sfacciati e brutali in un clima in cui l'uomo che lavora non è considerato un essere umano provvisto di un cervello e di un cuore, ma soltanto forza-lavoro, che vale solo in quanto serve a produrre profitti per chi lo fa lavorare.

La nostra inchiesta è stata piena di sdegno, di rimpianti, di gridi, di appelli, di richiami alla solidarietà umana. Ma non è stata e non ha voluto mai apparire disperata. Essa per noi ha valore solo in quanto può contribuire a rafforzare, allargare il potenziale umano e politico di lotta, a risvegliare la coscienza di chi contro questo stato di cose può e deve lottare con ogni mezzo.

Le infermiere, le commesse, le operaie, le impiegate, ogni ragazza che ama ed è riamata, ogni essere umano chiamato in causa e interessato ai temi della nostra inchiesta deve continuare a cercare le varie forme di attività, di iniziativa che consentono loro di salvaguardare la propria dignità, i propri conquistati diritti.

Non può esistere oggi in Italia un solo uomo e una sola donna che non comprendano che questa nostra esistenza deve essere in qualche modo salvaguardata e arricchita dalla possibilità di essere felice, oggi e domani.

GIULIANA FERRI

L'EDUCAZIONE DEI BAMBINI

Non disprezzate i loro giochi

« Non pensa che a giocare! ». Quanti genitori ho sentito esprimere questo giudizio sul proprio ragazzo o sulla propria bambina con tono d'irritata, preoccupata riprovazione. Si tratta evidentemente di genitori che vedono nel gioco dei figli un'attività del tutto futile, un'inutile perdita di tempo; e non si rendono conto che il gioco corrisponde nei ragazzi a un'esigenza profonda che mobilita tutte le loro energie; è insomma un'occupazione seria in cui i genitori dovrebbero vedere il barometro della loro vitalità dell'equilibrio dei loro ragazzi.

« Sì, giocare va bene », mi diceva l'altro giorno una mamma, « ma mi sembra che i miei figli esagerino. Sono quattro e ognuno ha la sua mania, la sua fissazione. Mario, a 10 anni, ha avuto prima la passione per il gioco delle figurine, poi del circuito con le birille, e adesso del pallone: tira calci persino mentre dorme e quasi non riesco a farlo mangiare. Carletto, che ha 8 anni, dopo aver per diversi mesi girato per casa calvalcando prima una scopa e poi una sedia (e sconquassandomele tutte quante!), ora passa la giornata seduto in un cassetta ronzando come un aeroplano e ne esce soltanto per fingere di cadere con un tonfo e un urlo che mi fanno trasalire ogni volta. Maria, a 6 anni, è molto più tranquilla, ma anche lei inventa dei giochi strani; figurati che ieri ha piantato tutta una lagna perchè ho attraversato, senza fingere di suonare, una porta immaginaria esistente, secondo lei, sul balcone tra due finestre! E il maggiore, Renzo, di 14 anni, che è proprio un bravo ragazzo e ha avuto una promozione magnifica, non s'è messo in mente, durante le vacanze, d'allevare tutta una famiglia di ricci? Puoi immaginarti che bellezza in un alloggio di tre camerette con un pezzo di balconcino microscopico. A volte mi chiedo se non diventeremo tutti pazzi! ».

Certo una madre con quattro figli di questo genere ha il suo da fare e le occorre senza dubbio una buona dose di comprensione e di pazienza. Ma vorrei rassicurarla: i suoi ragazzi non sono nè pazzi, nè maniaci, ma perfettamente normali, e rivelano anzi una capacità d'impegnarsi, una varietà e una ricchezza d'interessi che permettono di trarre i migliori auspici per il loro avvenire. Evidentemente Mario è un ragazzo dal fisico esuberante e fortemente sociale che ha trovato nel pallone e nel gioco a squadra lo sfogo necessario alla sua energia, costretta prima nei banchi di scuola. Carletto e Maria vivono quel momento dello sviluppo in cui il bambino crea con la sua fantasia un mondo sulla propria misura, di cui gli adulti debbono di buon grado accettare e rispettare le convenzioni. Quanto a Renzo sarebbe veramente crudele, dopo che ha studiato tutto l'anno, vietargli d'allevare la sua famigliuola di ricci! E' un interesse preciso e intelligente che va sopportato e incoraggiato, anche a costo d'un po' di disordine, purchè pensi lui puntualmente ad accudire alle sue bestiole.

A. M. GOBETTI

PIETRO INGRAO direttore
Andrea Pirandello vice dir. resp.
Stabilimento Tipogr. U.E.S.I.S.A. Via IV Novembre 149 Roma

ANCHE VOI DOVETE FARLO...

Ad ogni donna che in questi giorni ha il suo daffare per riporre quegli indumenti di lana che non serviranno più fino al prossimo inverno vogliamo ricordare che prima di tutto occorre pulire e lavare quel che si ripone.

E ciò per due ragioni: perchè le tarme attaccano più facilmente quei punti che non sono puliti e poi per evitare che gli indumenti, che rimarranno rinchiusi per dei mesi, prendano un cattivo odore.

Il lavaggio deve quindi essere capace di togliere tutto lo sporco, specialmente quello che si è depositato all'interno delle fibre. Ma attente! La lana è costosa e delicata ed è facile sciuparla e feltrirla. Per evitare questi danni occorre affidarsi ad un prodotto che dia ogni sicurezza, ad un prodotto specializzato che lavi sì a fondo ma delicatamente, mantenendo inalterate morbidezza, colori e misure.

Solo così ogni indumento apparirà ancora come nuovo anche « l'anno dopo », anche dopo innumerevoli lavaggi.

Il novellino del giovedì

Con la collaborazione di tutti i bambini

N. 119

GLI ESQUIMESI

Strana gente gli Esquimesi!
Sono di ghiaccio i loro paesi.

Di ghiaccio piazze, strade e stradette,
sono di ghiaccio le casette;
il soffitto e il pavimento
sono di ghiaccio, non di cemento.

Perfino il letto è di un buon ghiaccio
tagliato e squadrato col coltellaccio.

Ed è di ghiaccio, almeno pare,
anche... la pietra del focolare!

Di non-ghiaccio c'è solo una cosa,
la più segreta, la più preziosa:
il cuore degli uomini, che basta da [solo
a scaldare perfino il Polo!

GIANNI RODARI

Il furbo sciocco

« Io vado al mercato — disse la mamma a Bertoldino — e tu non ti muovere di casa. Se proprio devi uscire, non ti scordare di tirarti dietro l'uscio! ». E voleva dire: non ti scordare di chiudere la porta.

Ma Bertoldino, che era assai sciocco, quando decise di uscire staccò l'uscio dai cardini, se lo caricò sulle spalle e si avviò verso i campi pensando soddisfatto: « Così nessuno potrà entrare in casa! ».

I ladroni, naturalmente, trovando la casa con quella porta spalancata, non si fecero pregare: entrarono e fecero man bassa di tutto ciò che si trovava in casa, compresi i candelieri di ferro battuto che stavano sul camino. A spartire il bottino si rifugiarono quindi in campagna.

Bertoldino, che li vide venire mentre stava sdraiato al fresco, fece appena in tempo a rifugiarsi con tutto l'uscio sopra un albero. Di lassù, trattenendo il respiro, potè sentire le discussioni dei due briganti che non riuscivano a mettersi d'accordo e litigavano a più non posso.

« Mi avete stufato! » esclamò Bertoldino ad un tratto. E così dicendo, lasciò cadere l'uscio sulle loro teste. La pesante tavola di legno mandò subito i due ladroni nel regno dei sogni, senza biglietto di ritorno per un bel pezzo.

Bertoldino potè riprendersi le poche ricchezze di casa sua e avvertire i gendarmi che andassero a prelevare i due ladroni svenuti in mezzo all'erba.

Un regalo del « Pioniere »

In occasione delle vacanze estive il settimanale **« IL PIONIERE »** vi regala un buono che vale **LIRE 500**. Come usarlo? E' semplice: sottoscrivete subito un abbonamento annuo al **« PIONIERE »** (che costa lire 1.200) spedendo i soldi a mezzo vaglia postale alla **REDAZIONE DEL « PIONIERE »**, via delle Zoccolette, 30 - Roma. Ritagliate quindi questo avviso e speditelo a parte, in busta chiusa, chiedendo l'invio di **10 ALBI A COLORI DEL VALORE DI LIRE 500.**

L'ANGOLO DEL CORRISPONDENTE

Ode alla Pace

Oh bambino che giochi con la ghiaia,
che non conosci la vera gioia,
che hai soltanto un sorriso fugace,
dimmi, cosa c'è nella Pace?
Nella pace c'è il pane quotidiano,
nella pace c'è il sorriso di un bimbo,
nella pace c'è gioia e non dolore,
nella pace c'è tanto amore!
E tu, donna di casa,
dimmi, che c'è nella Pace?
Nella pace ci son madri felici
che i loro figli tengono uniti,
nella pace non c'è dolore,
nella pace brilla il sole!
Dimmi tu, lavoratore,
che per i tuoi fatichi con sudore,
dimmi, cosa c'è nella Pace?
Nella pace c'è un lavoro sicuro,
nella pace c'è il riposo di ogni sera
e nessun velo copre la nostra bandiera!

CLAUDIA PIVA di Bologna