



# L'attrice Stefania De Toni protagonista stasera della puntata di "Amore Criminale" su Rai 3

## IN TV

(m.c.) Padovana di Pontelongo, l'attrice Stefania De Toni è la protagonista della puntata di

stasera, alle 21.20 su Rai 3, del programma "Amore Criminale", che racconta storie reali di femminicidio.

Stefania interpreta Elisa, 31enne, mamma di due bambine, uc-

cisa dal marito a dicembre del 2019. Dopo essersi trasferita in campagna e aver realizzato il sogno di vivere immersa nella natura, Elisa ottiene una promozione lavorativa. Questa novità provoca un cambiamento negli equilibri di coppia e l'omicidio. Il marito è stato condannato - in primo grado - a 24 anni di reclusione e in Appello all'ergastolo.

«Abbiamo girato per una settimana a luglio cercando di ricostruire scene di vita vera in diversi luoghi - racconta l'attrice - È stato fatto un lavoro molto importante cercando di mettere in luce i passaggi emotivi che si sono susseguiti nelle vicende reali, ponendo tra l'altro una grande attenzione alla corrispondenza con gli atti giudiziari. Solo al termine delle riprese ho colto quanto questa esperienza mi avesse segnato. Mi sono ritrovata ad assistere a un paio di discussioni piuttosto aggressive di padri nei confronti delle figlie non ancora adolescenti e in quei casi non sono riuscita a stare zitta, cercando di far capire che è dalle nostre famiglie di origine che il seme germoglia».





## Stefania De Toni. “Il mio volto per le donne contro la violenza di genere”

Stefania De Toni è il personaggio che non ti aspetti: bellissima fuori, profonda e riflessiva dentro. Cresciuta con il sogno nel cassetto di diventare un'attrice, Stefania ha lasciato Pontelongo, un piccolo paese nella provincia di Padova, per inseguire quel sogno a Roma, metropoli che l'ha conquistata. Ed è proprio nella capitale, dove ha studiato presso la Fonderia delle Arti diretta da Giampiero Ingrassia e al Duse International diretto da Francesca De Sapio, che ha saputo farsi apprezzare sin dal suo primo ruolo nel 2011 nel corto “Cesare”. Dodici anni dopo, Stefania De Toni ha un curriculum di tutto rispetto, che è pronto ad allungarsi ulteriormente magari con un ruolo da protagonista.

### Parlaci di te.

Mi sono trasferita a Roma per fare l'attrice e ho fatto tantissimi spot pubblicitari, quello più conosciuto è quello di Benagol. Le persone che mi vedono spesso mi dicono: ‘Sei un volto che conosco’. Capita quando vado nei negozi. Poi, per quanto riguarda film e fiction, ho fatto “Lontano da te” con Ivan Silvestrini, ho lavorato con Salemme in “Vengo anch'io” di Corrado Nuzzo e Maria Di Biase, con Gassman in uno spot per l'Ucraina e con Massimo Boldi ne “La coppia dei campioni” e poi insieme in uno spot pubblicitario.

### Nel tuo curriculum c'è tanto. Televisione, cinema, teatro: quale di questi ambiti ti rappresenta di più?

Mi sento più a mio agio nel cinema soprattutto quando si parla di storie che hanno un impatto sociale. Storie che aiutano a riflettere. La mia “mission”, anche come percorso umano, è sempre stata quella di fare riflettere e apportare un cambiamento nelle coscienze.

**E una storia di grande impatto è quella di Elisa Bravi, una donna uccisa dal marito, che hai interpretato in una delle ultime puntate di “Amore Criminale”, programma condotto da Emma D'Aquino su RaiTre. Cosa ha rappresentato per te questa interpretazione alla luce anche dei recenti fatti di cronaca? Il tema purtroppo è attualissimo.**

Mi ha toccato profondamente interpretare questo ruolo perché ho dovuto scavare dentro di me e trovare determinate emozioni e determinati schemi di comportamento. Devi capire perché una donna arriva a subire tutto ciò che lei ha subito. Capire il grande amore che lei provava per questo uomo, per la famiglia, andando oltre sé stessa pur di stare con lui, non vedendo determinate cose che l'hanno portata alla morte. È stato davvero complesso.

### Per interpretare Elisa Bravi ti sei trasformata anche esteticamente, ti sei tagliata i capelli.

Sì. Lei aveva i capelli corti, il regista mi ha chiamato la sera prima dell'inizio delle riprese e mi ha chiesto se potevo



tagliarli. Io in quel momento mi sono detta, che cos'è un taglio di capelli rispetto alla morte di una donna? Niente. Quindi ho risposto, va bene, fammi pensare. Ma in realtà la decisione l'avevo già presa. Ho deciso di fare l'attrice per rappresentare storie vere, perché mi è sempre piaciuto sin da piccola. Così la mattina dopo ho chiamato un'amica e gli ho chiesto di tagliarmi e mi sono presentata sul set con i capelli corti.

### Se tu dovessi descriverti in tre parole?

Testarda, quando mi metto un obiettivo in testa, magari mi ci vuole più tempo, ma poi lo porto a termine andando anche contro agli schemi o chi mi dice che non dovrei fare certe cose. Coraggiosa, perché ho fatto scelte importanti come lasciare il mio paese per andare a studiare a Roma senza conoscere nessuno, senza un soldo in tasca. Aperta al cambiamento, mi piace scoprire cose nuove, osservare ciò che fanno gli altri per imparare qualcosa da loro.

### Qual è il tuo obiettivo oggi?

Riuscire a scrivere un cortometraggio e riuscire a prendere un ruolo da protagonista. Due cose belle toste ma che vorrei davvero raggiungere.

### Quanto conta la bellezza nel cinema, nella tv ma anche nella vita?

Penso che bellezza esteriore e interiore vadano di pari passo o per lo meno è quello che è successo a me. La mia bellezza estetica, dovuta diciamo così ai geni che mi hanno trasmesso i miei genitori, ora che sono più grande è esplosa perché corrisponde al mio cambiamento umano. Perché la luce interiore si riflette anche nella luce esteriore e questo me lo hanno fatto notare anche le persone a me vicine.

### Come ti prendi cura di te?

Sinceramente? Sono molto acqua e sapone, non sono una grande fanatica dei cosmetici. La cosa che più faccio e mi piace è lo scrub del corpo e struccarmi con il latte detergente. Per il resto sto attenta al sole, perché ho una pelle molto chiara e sensibile.

### Stai attenta all'alimentazione? Segui un regime particolare?

L'alimentazione per me conta tantissimo. Sono vegetariana poi ci sono dei momenti in cui sento che ho bisogno di purificarmi e avere maggiore energia e quindi faccio il digiuno intermittente. Ho da poco terminato quello di 72 ore senza mangiare però mi sono sostenuta con potassio e magnesio e spremute di agrumi come arancia e limone, perché non si può stare tanto tempo proprio senza niente e ora sto benissimo anche a livello energetico. Ci vuole forza di volontà, ma quando cominci a farlo capisci quanto il corpo si purifica, quanta energia ritorna e quanto potere hai sulla mente.



### Prenderti cura di te stessa passa attraverso la mente per te?

Sì, lo yoga è stato quello che mi ha fatto fare un salto di qualità. Seguire una disciplina dove ogni giorno - anche se non pratici a livelli altissimi - porti comunque avanti la pratica e ti prendi il tuo tempo è bellissimo. È un ritorno a sé stessi che permette di concentrarsi maggiormente anche sugli altri e sulle cose da portare avanti. Pratico da dieci anni e insegno yoga da cinque.

### Dove ti vedi tra cinque anni?

Bella domanda. Mi vedo più a dirigere un film che non a interpretarlo. Sto collaborando con un amico regista, lo scorso anno abbiamo fatto un corto e lo aiuterò anche quest'anno e mi piace. Quindi sì, potrei essere dietro a una cinepresa.

**Articolo di Novella Toloni**

# SoloMente

SOLO MENTI

## STEFANIA DE TONI

Published 3 mesi ago - FRANCESCA MEUCCI 7



L'attrice Stefania De Toni arriva sul piccolo schermo come protagonista di puntata del celebre programma Amore Criminale condotto da Emma D'Aquino e in onda in prima serata su RaiTre.

Attratta fin da piccolissima dal mondo dell'arte e curiosa di indagare l'animo umano, Stefania De Toni, decide di lasciare la famiglia e Pontelongo, un piccolo paese nella provincia di Padova, per trasferirsi a Roma e studiare recitazione.

Studia presso la "Fonderia delle Arti" diretta da Giampiero Ingrassia, al "Duse International" diretto da Francesca De Sapio e prende parte a numerosi workshops con professionisti del settore tra cui: Marco Calvani, Stefania De Santis, Roberto Graziosi e Vincent Riotta.

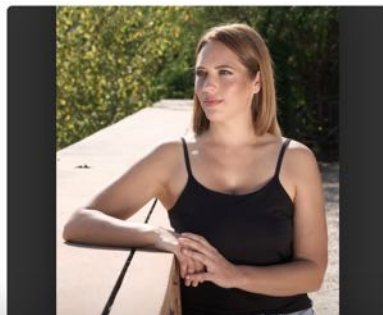
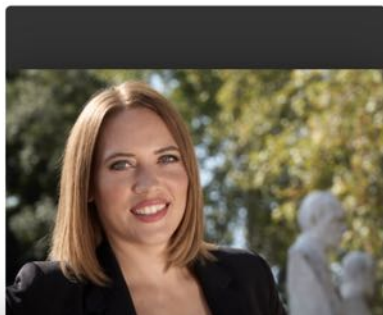
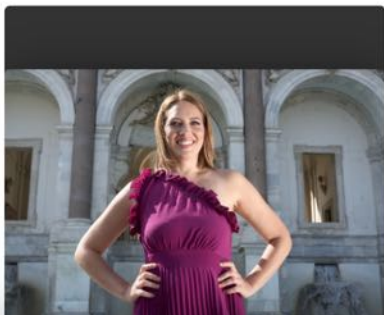
Lavora come attrice e aiuto regia per diversi registi e sceneggiatori come: Enzo Bossio, Miriam Prevati, Francesco Proietti e Emanuela Rossi.

È nel cast del pluripremiato cortometraggio The Begin Influencer di Enzo Bossio, presentato in diversi festival internazionali.

## SOLO TRE DOMANDE

- Mi descrivo con solo tre aggettivi
  - **Paziente:** riesco a mantenere la calma anche nelle situazioni più complesse. Sono spesso un sostegno per coloro che magari stanno affrontando un brutto momento.  
Perdo difficilmente la pazienza e non ho problemi con le lunghe attese o con lo stare seduta in silenzio per molto tempo.
  - **Pratica:** se c'è un problema, in pochi minuti troviamo assieme la soluzione o ci avviciniamo al trovarla. Creo contatti fra professionisti, riparo oggetti o per lo meno ci provo, assisto animali feriti o malati, creo una cena sfiziosa con quei pochi ingredienti che trovo nella dispensa. Dormo dove capita se sono stanca; faccio in modo di rendere ogni situazione favorevole per me e per gli altri.
  - **Testarda:** quando mi metto in testa una cosa devo farla a tutti i costi, vedo la possibilità lì dove per gli altri è un "no" certo.  
Può succedere che debba rimandare il mio progetto perché le incombenze della vita modificano la tabella di marcia ma se l'obiettivo è chiaro prima o poi ci arrivo!
- Il solo evento che mi ha cambiato la vita
  - Una visualizzazione fatta a un corso di PNL (programmazione neuro linguistica).  
Mi sono vista mentre ritiravo l'Oscar, vestita di bianco, davanti a una folla immensa e da quel momento per un anno, ho rimuginato e rimuginato, tanto da non dormire la notte.  
Avevo sepolto il sogno di diventare attrice perché la realtà in cui vivevo era troppo lontana da una simile idea, sarei passata per una pazza vera... già mi ci etichettavano!  
Se non ci fosse stata quella visualizzazione probabilmente ora sarei una donna meno consapevole e molto frustrata.  
L'anno seguente a quell'evento, mossa dal sogno, lasciai il mio piccolo paese e mi trasferii a Roma per studiare recitazione, senza conoscere nessuno e senza alcun riferimento.  
SE PUOI SOGNARLO, PUOI FARLO....  
IO L' HO FATTO!
- Solo un link socialmente utile
  - Questa è una organizzazione no - profit, con cui collaboro dallo scorso anno, che fornisce corsi online del tutto GRATUITI ai malati oncologici e ai loro cari: <https://www.facebook.com/donodellapresenza>.

## SOLO TRE IMMAGINI





## **Amore Criminale, Stefania De Toni a VelvetCinema: vi racconto una storia tragica**

23 Novembre 2023 di Matteo Fantozzi

**Amore Criminale torna protagonista stasera su Rai 3 dalle 21.20, protagonista è Stefania De Toni che interpreterà Elisa in una storia veramente tragica.**



Amore Criminale, intervista a Stefania De Toni (VelvetCinema.it)

Lasciamo però parlare lei.

### **Come nasce la collaborazione con Amore Criminale?**

*Quando si dice "nulla è per caso". Il mio agente mi ha mandato la convocazione per il casting e in quella sede ho scoperto che l'aiuto regia aveva insistito tanto per vedermi. Una volta confermata per il ruolo, le ho chiesto perché volesse proprio me e mi ha confessato che secondo lei avevo quella luce che vedeva in Elisa, il personaggio che ho interpretato.*

---

### **All'interno del programma cosa racconterai?**

*Il mio ruolo è quello di Elisa bravi, una donna di 31 anni uccisa dal marito nel 2019 a glorie di Bagnacavallo in provincia di Ravenna.*

### **In un momento delicato come questo per il nostro paese in ottica femminicidio, quanto pensi che sia importante sensibilizzare con programmi come questi?**

*Penso sia fondamentale. C'è bisogno di educare le donne a leggere i segnali. Grazie alla trasmissione moltissime si sono messe in salvo. Succede spesso che noi donne pensiamo che il controllo sia una forma di attenzione, che dobbiamo accontentarci perché non ci sentiamo abbastanza meritevoli di amore, non è così: abbiamo il diritto di essere felici e libere.*

### **Parliamo un attimo di te invece, a cosa stai lavorando?**

*Ho da poco iniziato la lavorazione del nuovo cortometraggio di Enzo Bossio, si girerà tra dicembre e gennaio. Questa volta però non in veste di attrice ma nel dietro le quinte.*

### **Qual è il tuo sogno nel cassetto?**

*Il mio sogno nel cassetto è quello di interpretare un'eroina, una Giovanna D'Arco o un Amleto in versione femminile, chi lo sa magari accade davvero!*

### **Con quale regista e quali attori ti piacerebbe lavorare?**

*Mi piacerebbe essere diretta da Matteo Garrone e lavorare con Luca Marinelli.*



# LF Magazine

*Storie dal mondo della cultura e dello spettacolo*



## INTERVISTE

**STEFANIA DE TONI: "HO PROFONDAMENTE SENTITO IL BISOGNO DI DARE VOCE A CHI LA VOCE NON CE L'HA PIÙ."**

Marlene-Loredana Filoni [Commenta per primo!](#)

**L'attrice Stefania De Toni arriva sul piccolo schermo come protagonista di puntata del celebre programma *Amore Criminale* condotto da Emma D'Aquino, in onda in prima serata su RaiTre. Ai microfoni di LF l'attrice ci racconta questa esperienza.**

Stefania De Toni, brillante attrice, solare, piena di fascino, insomma, la femminilità in persona, ha accettato quella che è stata una nuova sfida per lei, artisticamente parlando - e credo anche psicologicamente - interpretando una delle innumerevoli vittime di femminicidio. E lo ha fatto per la trasmissione serale di Rai 3 *Amore Criminale*. Stefania, infatti, ha interpretato Elisa Bravi, morta per mano del marito durante una lite nel 2019. Certamente immaginiamo che non sia stato facile impersonare qualcuno che ha vissuto, morendo poi, una simile tragedia. E per calarsi totalmente nel ruolo, ha accettato anche di tagliare i suoi splendidi capelli ... !

Attratta fin da piccolissima dal mondo dell'arte e curiosa di indagare l'animo umano, Stefania De Toni, decide di lasciare la famiglia e Pontelongo, un piccolo paese nella provincia di Padova, per trasferirsi a Roma e studiare recitazione.

Studia presso la "Fonderia delle Arti" diretta da Giampiero Ingrassia, al "Duse International" diretto da Francesca De Sapio e prende parte a numerosi workshops con professionisti del settore tra cui: Marco Calvani, Stefania De Santis, Roberto Graziosi e Vincent Riotta.

Lavora come attrice e aiuto regia per diversi registi e sceneggiatori come: Enzo Bossio, Miriam Previali, Francesco Proietti e Emanuela Rossi.

È nel cast del pluripremiato cortometraggio *The Begin Influencer* di Enzo Bossio, presentato in diversi festival internazionali.

**Stefania, benvenuta in LF MAGAZINE! Vorrei iniziare parlando della tua partecipazione al programma di Rai 3 "Amore Criminale" in onda Giovedì sera, in cui interpreti i panni di Elisa Bravi, uccisa nel 2019 dal marito.**

È stato molto difficile. Ho dovuto fare un grande lavoro di ricerca interiore, volevo che emergessero il più possibile i passaggi emotivi che l'hanno attraversata, tutto ciò facendo fede alle vicende che erano riportate negli atti processuali. Mi sono resa strumento e confesso che nei momenti più difficili, dove non mi era ben chiaro dove stessi andando, l'ho invocata, ho chiesto che mi guidasse, perché desideravo fortemente darle voce. Il regista il giorno prima delle riprese mi ha chiesto di tagliare i capelli, inizialmente ho titubato poi mi sono detta: "Che cos'è un taglio di capelli rispetto a una vita spezzata?".

**In questo anno in Italia sono già state uccise 108 donne, spesso per mano di chi diceva di amarle... è di qualche giorno fa anche il ritrovamento della giovane Giulia uccisa dall'ex fidanzato... Cosa pensi di questa drammatica escalation di crimini?**

Penso che sia terribile. Ci siamo evoluti su molti fronti ma questo non sembra contribuire nell'avvicinare i due universi: quello maschile e quello femminile. Ho quasi l'impressione che l'affermazione della donna nei diversi campi della società vada di pari passo con l'aumento della violenza. Fintantoché è rimasta relegata ai ruoli di madre, moglie e figlia, tutto sembrava funzionare. Sto ipotizzando, provo a riflettere, alle volte penso che il maschile non riesca più a trovare un proprio assetto: forse è questo che lo porta a una grande destabilizzazione. Parlo in generale, perché siamo tutti ingranaggi di questo meccanismo, alcuni funzionano bene, altri si inceppano ma la cosa riguarda ognuno di noi non solo i protagonisti di questi tragici epiloghi.

**In Italia esiste il diritto alla cronaca, ma si è spesso discusso se in televisione sia davvero necessario entrare troppo nel dettaglio raccontando anche particolari che andrebbero evitati. C'è un limite che non deve essere superato secondo te?**

Credo che sia inutile raccontare dettagli macabri, in primis per evitare ulteriori sofferenze alle famiglie che già hanno subito una perdita e poi dare così tanto clamore alla violenza, ritengo, non faccia altro che abituare le nostre menti a immagazzinare immagini e vibrazioni di qualcosa che poi diviene routine: succede una volta, ti sciocchi, succede due, la cosa ti turba, alla terza non ci fai più caso. L'essere umano si abitua a tutto. Sono fatti gravi, vanno raccontati con l'obiettivo di apportare un cambiamento, di suscitare un'evoluzione nelle coscienze. Lo dico perché quelli che sono più attratti da certe immagini violente sono i giovanissimi e in loro la capacità di discernimento non è ancora ben radicata.

**Il 25 novembre è la giornata internazionale contro la violenza maschile sulle donne. Che cosa significa per te questa giornata?**

In tutta sincerità penso che non dovrebbe esistere il fatto che ci sia conferma che esiste la separazione, che c'è ancora tanta strada da fare per raggiungere l'uguaglianza dei generi.

**Quando hai iniziato a fare l'attrice?**

Dieci anni fa, ho preso parte al mio primo film "Il segreto di Italia" per la regia di Antonello Belluco con Romina Power. Era un film in costume dove interpretavo Anna, una giovane partigiana.

**In quale personaggio da te finora interpretato, riconosci una vicinanza o un aspetto del tuo modo di essere?**

Mi sono sentita molto vicina al personaggio di "The Begin Influencer", cortometraggio scritto e diretto da Enzo Bossio. Ho interpretato un'attrice che ispira la protagonista nella sua evoluzione umana. Vedendo le molte similitudini, Enzo mi ha suggerito di usare il mio vero nome per il personaggio.

**Dai registi con cui hai lavorato, cosa hai imparato?**

Ho imparato a cambiare le mie prospettive, perché i registi vedono da un'angolazione più ampia, danno risalto anche a cose infinitesime. Il loro obiettivo è quello di creare un'opera unica e questo richiede la capacità di mettere insieme tante parti, di avere la lucidità di guidare e unire moltissime persone nei vari reparti.

**Come riassumeresti il tuo percorso?**

Direi lineare, il lavoro attoriale sta progredendo di pari passo alla mia evoluzione personale. Fino a qualche anno fa, mi arrabbiavo perché mi proponevano ruoli "leggeri", era importante solo la fisicità, il personaggio era privo di spessore, evidentemente era quello che emanavo. Ora che ho trovato il mio equilibrio, che sono consapevole dell'essere umano che voglio essere, le proposte che mi arrivano sono in linea con ciò che voglio diffondere nel mondo.

**Cosa ti affascina del mestiere di attrice?**

Mi affascina capire la psicologia dei personaggi, cercare di intuire cosa li muove, perché agiscono in un modo piuttosto che in un altro. Mi piace indagarli, creare il loro vissuto e mescolarlo al mio e attraverso loro, migliorarmi come essere umano. Mi diverto molto perché i personaggi sono alibi per dare voce a parti di me che magari nel quotidiano non mi permetto di esprimere.

**Ci sono attrici che consideri modelli di riferimento?**

Sì, Meryl Streep, perché si diverte come una pazza in ogni personaggio. Kate Winslet, perché riesce a dare delle sfumature psicologiche ben precise. Cate Blanchett, per il suo magnetismo e Charlize Theron, perché spazia da un carattere all'altro, è davvero camaleontica.

**Hai preso parte anche a vari spot pubblicitari dove, in pochi secondi, si racconta una storia... è più complicato che recitare in un film?**

Negli spot è fondamentale che i pensieri, gli stati emotivi siano ben precisi: uno sguardo, un gesto modificano completamente il risultato finale. C'è una grandissima attenzione anche al più piccolo dettaglio, basti pensare che per 30 secondi di spot, si gira un intero giorno.

#### **Che rapporto hai con le donne?**

Ho un rapporto straordinario con le donne, ho quattro sorelle più piccole e sono circondata da una rete di amiche che mi supportano e che io supporto quotidianamente: siamo famiglia!

#### **... e con la moda?**

Con la moda ci azzecco poco. Sono una "pratica", preferisco vestiti comodi nella quotidianità, anche perché pratico e insegno yoga. Per gli eventi mi faccio consigliare, ma la mia tendenza sono abiti sobri, dal taglio elegante, magari con un piccolo dettaglio. Non amo mettermi troppo in mostra, a meno che non lo debba fare per lavoro.

#### **Progetti futuri?**

Collaborerò nuovamente con Enzo Bossio, a Dicembre e Gennaio, lo aiuterò nella realizzazione del suo nuovo cortometraggio, questa volta sarò dietro la macchina da presa.

#### **Concludendo?**

Sono soddisfatta e felice del percorso che sto facendo, sono grata per tutto ciò che la vita mi ha concesso finora e mi auguro di prendere parte sempre di più a progetti che invitano alla riflessione e all'evoluzione delle nostre coscienze.





Entertainment

**STEFANIA DE TONI, L'INDIPENDENZA DI UNA DONNA – INTERVISTA ESCLUSIVA**

11-12-2023

PIETRO CERNIGLIA



**R**educce dalla partecipazione al programma di Rai 3 *Amore criminale*, l'attrice **Stefania De Toni** racconta a The Wom il suo complicato percorso di vita, segnato oggi da una consapevolezza che la porta a volersi migliorare giorno dopo giorno.

**> INTERVISTA ESCLUSIVA A STEFANIA DE TONI**

**Stefania De Toni** è stata recentemente protagonista di una puntata di *Amore criminale*, il programma di Rai 3 del giovedì sera, nei panni di Elisa Bravi, una donna che è stata uccisa dal proprio marito solo perché sperava di autorealizzarsi minando in tal modo la sua figura di capofamiglia. Interpretare anche solo per ragioni di scena una donna vittima di violenza di genere non è mai facile e non lo è stato nemmeno per **Stefania De Toni**, attrice dall'animo sensibile che sin da piccola ha dovuto scontrarsi con una realtà maschilista di provincia.

Curiosa di evolversi come persona da quando era una bambina, per autodeterminarsi **Stefania De Toni** ha lasciato la sua famiglia ("non da Mulino Bianco", come ci dirà lei stessa) e Pontelongo, piccolo centro in provincia di Padova, per raggiungere Roma e dedicarsi alla recitazione. Ed è da quel momento, grazie anche alla passione per lo yoga, che è nata una nuova **Stefania De Toni**, attrice ma anche aiuto regia per diversi registi e sceneggiatori come Enzo Bossio, Miriam Prevati, Francesco Proietti ed Emanuela Rossi.



Stefania De Toni.

## INTERVISTA ESCLUSIVA A STEFANIA DE TONI

“Sono veneta, originaria di un paesino della provincia di Padova. L’ho lasciato per studiare recitazione e oggi vivo a Roma, città nevralgica per chi vuol fare il mestiere di attore per il cinema, la televisione o la pubblicità”, mi risponde **Stefania De Toni** quando le chiedo di dov’è. “Proprio oggi mi hanno convocata per presentarmi a un casting domani. Solitamente ci danno qualche giorno in più per prepararci ma ciò che per me è importante è la memoria della battuta, anche perché non sai mai cosa ti chiederanno: ecco perché rimango “aperta” a ogni cambio di tono”.

L’aneddoto mi fornisce subito il là per chiedere a **Stefania De Toni** se soffra di ansia da prestazione. “Inevitabilmente, c’è. Ma nel momento in cui mi dicono di essere stata presa dimentico tutto! In passato, soffrivo molto i no, mi facevano sentire anche leggermente inadeguata, ma con il tempo ho capito che non dipendono da me ma dall’idea che si sono fatti su un personaggio: sono vari i fattori che incidono di cui non ho responsabilità diretta. Lo yoga mi è servito molto in tal senso”.

**Ti abbiamo recentemente vista in una puntata di *Amore criminale*, il programma di Rai 3 che racconta storie di violenza di genere, nei panni di Elisa Bravi, la trentunenne assassinata nel 2019 dal marito.**



Inizialmente avevo sottovalutato il materiale con cui mi sarei dovuta confrontare. Cominciando a leggere gli atti e scoprendo quello che la Bravi aveva realmente vissuto, dentro di me è cresciuta la voglia di diventare uno strumento per darle voce: come Elisa esistono tante altre donne, mia madre in primis, che sottovalutano quanto violento possa diventare un uomo. Quando i miei si sono separati, mio padre è diventato un uomo violento, sebbene non sia mai arrivato ad atti molto estremi: è forse questa la ragione che da donna mi porta a voler raccontare storie che risuonano in tutte noi e che accadono, purtroppo, quotidianamente.

Elisa aveva il sogno di creare una fattoria didattica. Spera di autorealizzarsi e di piantare le basi per una vita migliore alle due figlie. Voleva nutrire la propria famiglia e crescere con l'uomo che aveva accanto. Questi, invece, ha rivelato pian piano la sua vera natura, un'indole che porta spesso gli uomini a non rispettare le scelte delle donne, a volerle al "loro posto" e a non accettare che sia lei a detenere maggiore potere in casa. Ma mi ha colpito anche come le vittime secondarie di quel caso fossero quelle due figlie che avranno per sempre un'esistenza segnata dal padre che ha ammazzato la loro madre.

**Le dinamiche di potere sono spesso al centro di molte storie di violenza di genere.**

Sono convinta che la donna debba essere indipendente da un punto di vista economico. Deve potere lavorare e avere i propri soldi da gestire come meglio crede. È un concetto che gli uomini non accettano per mille motivi, sottovalutando le conseguenze delle loro idee patriarcali. Ho conosciuto diverse donne che, seppur sposate con uomini impeccabili, si sono ritrovate in mezzo a una strada quando questi non ci sono stati più perché si erano affidate totalmente a loro rinunciando all'indipendenza o alla propria individualità.

Noi donne dobbiamo interiorizzare l'importanza del doverci reggere solo sulle nostre gambe. Nel mio caso, ho capito presto che mi dovevo sostenere da sola: provengo da una famiglia molto numerosa e non potevo contare sul sostegno degli altri. Ho conosciuto cosa significa essere indipendente già a 18 anni lavorando e avendo un mio stipendio: ero finalmente responsabile delle mie azioni.





Stefania De Toni.

### **Colpisce il modo in cui parli della tua famiglia.**

Non era di certo quella del Mulino Bianco. L'andarmene di casa mi ha permesso di evolvere tantissimo come essere umano. Le difficoltà maggiori sono stare il lasciare le mie sorelle più piccole e il trovare un lavoro per mantenermi in una città che non conoscevo, Roma: dovevo pagarmi l'affitto e sostenermi. Ma non mi preoccupavo: stavo in quel momento dando un valore alla mia vita, finalmente non portavo più avanti una routine che non mi piaceva, fatta di un lavoro che non era il mio e di rapporti dettati dal luogo in cui vivevo che non mi permettevano, appunto, di evolvermi.

Quello di volermi migliorare è un desiderio che ho avuto sin dall'infanzia, già allora capivo che quella realtà non mi nutriva mi frustrava. Ho trascorso gli anni da ragazza a bere nel fine settimana e a mangiare all'inverosimile per colmare quel vuoto che sentivo. L'andare via è stato un salto nel vuoto: male che fosse andata, avrei sempre potuto tornare indietro. Ci ho provato e la vita mi ha dato tante possibilità, facendomi conoscere persone che mi sono state d'aiuto e su cui posso ancora contare (e viceversa).

## **Hai sempre sognato di fare l'attrice?**

Più che altro è arrivato presto in me quel momento in cui mi sono detta che era l'ora di prendere una decisione forte per evitare che andando avanti con l'età non la prendessi. Ho imparato che la mia vita deve essere comunque bella ogni giorno: non potrei morire domani da persona frustrata. Dovrebbe essere l'obiettivo di tutti quanti: l'ho capito attraverso lo yoga che non bisogna stare con le mani nelle mani. Se qualcosa non accade è perché arriverà ben altro: mi è saltato un film di cui dovevo essere la protagonista ma non è un problema, ci sarà in futuro qualcos'altro di bello.

Comunque, ho sempre avuto la passione per la recitazione. Quand'ero piccola, mi dicevano in molti che somigliavo a Carol Alt, per via dei capelli castani, la carnagione chiara e gli occhi azzurri. Mi divertivo con mia sorella a imitare i personaggi dei film o dei cartoni animati ma, crescendo, avevo messo da parte ogni velleità: non potevo passare per la "pazza", quando andava bene del paese. Il giudizio e il pregiudizio hanno fatto sì che mettessi da parte le mie aspirazioni: le reprimevo e quasi non le ricordavo più.

Tuttavia, un corso PNL mi ha aiutato: in una visualizzazione, mi sono vista vestita di bianco con l'Oscar in mano davanti alla platea che mi applaudiva. Da quel momento, mi si è aperto uno squarcio dentro: per un anno non ho dormito la notte chiedendomi cosa potessi fare o da dove potessi cominciare per concretizzare quella visione. Il caso ha voluto che chi organizzava i corsi avesse una figlia che lavorava in Rai, in un programma mattutino... ed è così che ho preso il treno per arrivare a Roma, dove ho trovato una stanza in condivisione con quelle che sarebbero diventate le mie amiche: una futura scenografa e due fumettiste.

Ho poi cominciato a sottopormi ai test di ammissione delle varie scuole di recitazione, entrando alla Fonderia delle Arti, la scuola di Giampiero Ingrassia. Sono venuti poi i primi lavori: sono stata presa per commedie, venivo scelta per il mio aspetto fisico e non per il mio spessore. Ecco perché oggi, da donna, dico no a progetti frivoli e mi concentro su storie che abbiano qualcosa da dire o che aiutino a riflettere.



**E la tua famiglia cosa ne pensa oggi del lavoro che fai?**

Mio padre è morto anni fa. Ho quattro sorelle: con la seconda e la quarta ho un rapporto quasi simbiotico, siamo del resto cresciute insieme e condividiamo il desiderio di migliorarsi come essere umani. Con mia madre e le altre due sorelle ci sentiamo ma siamo lontane: abbiamo modi diversi di concepire la vita.

**Mangiavi all'inverosimile da ragazzina. Che rapporto hai oggi con il tuo corpo?**

Ci ho litigato per molto tempo. Biologicamente, ho una certa struttura fisica che, quando ero più piccola, ha attirato molto presto i comportamenti, spesso anche aggressivi, del genere maschile. Ciò ha causato uno scontro anche duro tra chi mi sentivo dentro e il mio "involucro". Oggi, invece, rispetto molto il mio corpo così com'è, non importa se con qualche chilo in più o in meno. Siamo in armonia e non mi soffermo più su quello che pensano gli altri: le mie due dimensioni, esteriore e interiore, si sono finalmente appianate.

