

# QUELLI DEL SAN BENEDETTO

Rivista Scolastica

Anno IX, N.2 - Maggio 2021



EDITORIALE

Via Berlino 2, Cassino

Cari lettori, siamo quasi giunti alla fine di un particolarissimo anno scolastico, ma abbiamo continuato a fare “rumore” che spesso, è stato assordante e di compagnia, durante i nostri altalenanti e difficili periodi di “lockdown”. La nostra comunità scolastica pur vivendo, ormai da mesi, in una dimensione virtuale è riuscita a rimanere “aperta” sul mondo reale fatto di bisogni, di problemi, di emozioni e di sentimenti. Non c’è stato giorno, in cui ci siamo persi d’animo e, con un ritmo frenetico, abbiamo realizzato progetti ed eventi in cui, tutti siamo stati protagonisti. Ne sono testimonianze, le nostre frequentatissime Assemblee d’Istituto che, in questi mesi, si sono trasformate in animate “agorà virtuali” in cui confrontarsi, condividere e incontrare noti esponenti del mondo della musica, dello spettacolo, ma anche esperti in problematiche giovanili.

Sfogliando le pagine del nostro giornale, ritroverete la storia di questi mesi e un lettore attento riuscirà, certamente, a cogliere la creatività e la vitalità degli studenti che, in questo periodo, tuttavia, è stata offuscata da un desiderio, impellente e banale, di normalità fatta di piccole cose: l’abbraccio del compagno, il ritorno alle animate lezioni di laboratorio e la ripresa dei viaggi d’istruzione. Siamo convinte, conoscendovi bene, che presto, tornerete a fare “rumore”, questa volta, però, dalle aule della nostra scuola.

Ancora una volta, vi ringraziamo per aver contribuito, tutti, alla redazione del nostro giornale che, nel tempo, ha raggiunto dimensioni monumentali divenendo, elemento identitario, in grado di contraddistinguerci come realtà scolastica e di rafforzare il nostro senso di appartenenza.

Prima di lasciarvi alla piacevole lettura di queste pagine, vogliamo rivolgere un augurio speciale ai prossimi maturandi, sia per l’Esame e soprattutto per la Vita, mentre a tutti gli altri studenti diamo un caloroso arrivederci a settembre, più grintosi ed operosi che mai!

La Redazione:

Gabriella Latempa, Rossana Chirico, Sabrina Tomassi Di Camillo, Annalisa Valente e Laura Quatrini.



Il metodo “Reborn now”, di Annalisa Minetti si basa sulla concezione che, il disagio va vissuto come una opportunità e non come una disabilità. “Non bisogna avere vergogna di chiedere aiuto, perché la vita è un grande dono che va rispettato e non sprecato. Se si ha una disabilità bisogna trovare un metodo diverso dagli altri per realizzare i propri sogni, ma non bisogna mai arrendersi, ma essere in pace con se stessi”. Questo è il messaggio lanciato dall’atleta quando interagisce con gli studenti, per insegnare strategie di comunicazione, per dare fiducia alle nuove generazioni, spesso descritte come violente ed aggressive. Per Annalisa i giovani, infatti, sono persone che vivono una evoluzione fisica, psicologica ed emotiva molto forte, bisogna trasmettere loro più certezze, più competenze e più consapevolezza del proprio potenziale, solo in questo modo sarà possibile dare una possibilità concreta di realizzare i loro sogni. I ragazzi hanno bisogno di essere ascoltati, di essere supportati sempre, non solo nei momenti di crisi, ma soprattutto nella quotidianità, hanno bisogno di essere guidati nelle scelte, per condurre una vita soddisfacente. Nel metodo “Reborn now”, “Rinasci ora”, limiti, paure sono i nostri più grandi vantaggi, sono degli strumenti per superare gli ostacoli e raggiungere gli obiettivi – afferma la Minetti – ci permettono di lavorare sulla persona, facendo emergere le potenzialità, le inclinazioni, la personalità”.

Claudio Piambelli IV H Mat

## RAGGIUNGIAMO

### I NOSTRI TRAGUARDI!

La bellezza della diversità è stata una delle numerose tematiche affrontate, durante l’Assemblea d’Istituto del mese di Marzo, dall’artista e atleta Annalisa Minetti. Un’opportunità che il nostro istituto ci ha offerto per realizzare un confronto interessante e costruttivo con un’artista che possiede molte qualità, come la semplicità e l’umiltà, doti piuttosto rare tra i personaggi del mondo dello spettacolo. Durante l’incontro, l’artista ha voluto sottolineare quanto sia fondamentale che i giovani affrontino il disagio e il dolore, perché essi fanno parte della vita. Per tramettere questa sana consapevolezza, l’artista dedica molto tempo all’impegno sociale e all’incontro con gli studenti. Annalisa, fin da piccola, ha dovuto fare i conti con la sofferenza, in quanto affetta da una malattia ereditaria degli occhi che l’ha portata ad una graduale cecità. Questa limitazione, tuttavia, non le ha impedito

di raggiungere traguardi importanti per realizzare i suoi sogni, come quello di partecipare al concorso di Miss Italia, di coltivare la passione per il canto e di diventare atleta paraolimpica vincendo anche due medaglie ai campionati del mondo di atletica leggera. Per poter superare il dolore, ha dovuto prima conoscerlo, toccarlo con mano per poi saperlo affrontare con coraggio e tenacia, imparando il valore della resilienza. Il racconto di alcuni episodi toccanti della sua adolescenza, ci ha incoraggiato a lavorare sulle nostre potenzialità e risorse, ad accettare i nostri limiti per poterli superare con determinazione, dimostrando il nostro valore e la nostra unicità. Abbiamo imparato dalla sua testimonianza che, nella diversità si può trovare la ricchezza e non il limite e ognuno di noi può comporre quadri per disegnare la propria vita. A volte, possiamo provare sentimenti di inadeguatezza, ma la forza si trova superando le paure e affrontando

le difficoltà. Lo sport agonistico, in cui l’artista è costantemente impegnata, richiede sacrifici e rinunce e può costituire un valido strumento per misurarsi con i propri limiti, per “allenarsi alla vita” ed essere sempre pronti ad andare incontro a nuove sfide. Per Annalisa, la prossima sfida sarà la partecipazione alle Olimpiadi di Tokio e la realizzazione di un sogno nel cassetto, quello di condurre un programma televisivo, dove i giovani saranno i protagonisti. Un consiglio che l’atleta ci ha fornito è stato quello di coltivare le proprie passioni, scoprire le nostre inclinazioni ed interessi, in modo da possedere gli strumenti giusti e le abilità adeguate per trasformare la nostra passione in un lavoro gratificante. Ognuno di noi è dotato di personalità e talento, la scuola può aiutarci a scoprire, a riconoscere le nostre attitudini orientandoci verso le scelte future.

Chiara Colella III L SSS

Mai Assemblee d’Istituto sono state “così partecipate” o quantomeno ne siamo stati “così partecipi” come in questo periodo di emergenza sanitaria. Ci riferiamo all’incontro con l’artista ed atleta Annalisa Minetti, una gran bella persona di enorme spessore morale che in poco più di mezz’ora ci ha offerto la sua inestimabile esperienza di vita. Ovviamente in un contesto dove l’attore principale è stata la vincitrice del Festival di Sanremo 1998, non poteva mancare l’apporto della nostra Band d’Istituto. Preparare il tutto in meno di 15 giorni non è stato semplice, abbiamo dovuto lavorare a ritmi serrati per riuscire a creare un momento festoso e simpatico durante la conferenza che trattava tematiche importanti come Inclusione, Resilienza e Bullismo.

L’idea scontata da far diventare “originale” è stata ovviamente quella di riuscire a fare il brano con il quale l’artista stessa ha trionfato a Sanremo, “Senza te o con te”. Una canzone tra l’altro di non facile esecuzione armonica per i vari cambi di tonalità, punti dove anche l’estensione vocale viene messa a dura prova per chi è musicista esperto, figuriamoci per una band d’istituto dove il progetto Musica viene sviluppato in un contesto scuola/ragazzi senza alcune velleità professionali di settore.

In pratica, chiedendo il prosieguo della nostra collaborazione con il gruppo esterno, “La Tribute Band Siamo Innocenti”, (sempre disponibili ed entusiasti di collaborare gratuitamente nel nostro contesto scolastico) abbiamo fatto centro tirando fuori un arrangiamento graffiante, un po’ più rock e molto apprezzato, considerando anche la spontanea esternazione di gioia e complimenti in diretta conferenza da parte della Minetti stessa.

Altra “chicca” della nostra Assemblea è stata quella di proporre un brano che Annalisa aveva interpretato nella trasmissione su Rai Uno “Ora o mai più” del 2019, “L’italiano” di Toto Cutugno, che rappresenta un autentico manifesto del Bel Paese e che quindi si sposava bene con la nostra idea di “momento di Gioia Condivisa nel contesto scolastico in DAD”.

Beh! :) Qui sono stati fantastici proprio alcuni Docenti del nostro Istituto capeggiati artisticamente dalla nostra Dirigente. Ognuno di loro, ascoltando in cuffia la base che la nostra Band aveva prodotto, si è registrato in video cantando il ritornello del famoso brano. Tutti intonatissimi ed assemblare il video è stato un gioco da ragazzi.

E’ stata la Minetti stessa a darci il La per cantare l’intro durante l’assemblea un attimo prima che il nostro video venisse condiviso. Il momento è stato emozionante, la magia della musica aveva attivato anche questa volta i famosi “fuochi di artificio” e in quel momento nel cervello di ognuno di noi c’era una festa in corso. I nostri video musicali nei giorni successivi sono stati pubblicati sulla pagina ufficiale dell’artista Annalisa Minetti, l’IIS San Benedetto ancora agli onori di cronaca e per noi un’emozione unica, un’esperienza speciale ... cose incredibili, belle, pienamente volute e mai scontate!

Un ringraziamento speciale alle due band e al Coro:

La Tribute Band Siamo Innocenti: Emanuele Vellucci, Lorenzo Polidori, Francesco Ciccone, Pasquale Patalano, Dante Vezza, Alfredo Testa.

La Band del San Benedetto: prof. Tomasso Ceccacci, Pietro Pacitto, l’assistente Marco Tersigni - studenti ed ex studenti Daniele Zobot, Giulia Cuzzo, Daniele Di Ruzza, Julio Carreno Risi, Chiara Patalano.

Il Coro: dott.ssa Maria Venuti, i proff. Gabriella Latempa, Luigi Marrocco, Sabrina Tomassi, Adele Paolone, Emanuela Pelagalli.

*Arrivederci al prossimo evento!*

*La Band*

<https://drive.google.com/file/d/1A5RkzmXWeI8ERKB5bWfPVSkY2Qq37VfI/view>

<https://drive.google.com/file/d/1RS6aOJnPfB02KBBte6IxjV4vaJdfgCmW/view?usp=sharing>

## #NONCIFERMANESSUNO

Il 30 marzo abbiamo partecipato all'incontro #noncifermanessuno, la campagna sociale motivazionale con Luca Abete, giunta al settimo anno di tour nelle Università Italiane e dal titolo quest'anno "Contagiamoci di coraggio". A questo talk, dedicato all'Università degli Studi di Cassino e del Lazio Meridionale hanno partecipato, oltre che agli universitari, anche noi studenti degli istituti secondari superiori del territorio. Il conduttore è stato travolgente e ha affrontato con brio argomenti interessanti e motivanti come: non smettere mai di sorridere, mai di sognare, affrontare ogni ostacolo che la vita ci propone senza paura e realizzare che, spesso, le scelte determinanti per il futuro nascono nei momenti difficili. Da qui la nascita del suo motto #noncifermanessuno. Abete ha parlato in modo diretto, con un linguaggio chiaro e d'impatto, quello usato da noi giovani, per tutta la mattinata proprio per darci quella carica vitale e farci capire quei messaggi motivazionali importanti. Con entusiasmo ci ha raccontato la sua esperienza lavorativa, come da animatore ai matrimoni in giro per la provincia di Avellino è arrivato ad essere inviato di "Striscia la notizia". Questo non è accaduto così facilmente ma grazie ad essere stato se stesso ed a non aver mai mollato i suoi sogni, ce l'ha fatta e come più volte ha ripetuto "Il sogno è un treno in corsa ma non è detto che bisogna prendere per forza il primo, vanno bene anche i successivi... l'importante è prenderlo" oppure "Lo sfigato vero non è chi sogna ma chi ha smesso di sognare".

Durante la diretta sono intervenuti alcuni ospiti come il calciatore **Ciro Ferrara**, la showgirl **Valeria Altobelli**, l'influencer **Benedetta De Luca** ed i rappresentanti ragazzi di alcune scuole collegate all'evento. È stato molto interessante e molto bello il fatto che gli studenti universitari e delle superiori potessero interagire con Luca Abete per porgli domande o semplici riflessioni. Il nostro compagno di istituto **Luca Pugliese**, facendo riferimento al sorriso, un argomento tanto a cuore ad

Abete che ha più volte ripetuto durante il suo talk, ha sottolineato il momento particolare che i giovani stanno vivendo, dove il sorriso manca a causa delle restrizioni necessarie per combattere la pandemia. "I giovani - afferma Pugliese - hanno tanta rabbia e tristezza perché stanno vivendo gli anni migliori delle superiori dietro uno schermo anche se capiscono che è necessario. La nostra scuola ha creato e sta creando tanti eventi per farci tornare questo famoso e desiderato sorriso e ci sta supportando per far sì che i nostri sogni - il mio è quello di diventare un grande chef - siano realizzabili".

In seguito la showgirl sorana **Valeria Altobelli**, che si è collegata con noi dall'Albania dove si trovava per la registrazione di un programma, ci ha fatto capire che non bisogna mai arrendersi nella vita e di seguire sempre se stessi e le proprie scelte. Per esempio, quando doveva iscriversi all'università molte persone le consigliavano di puntare su altre università e non su quella di Cassino perché era agli albori ma, convinta di seguire le sue origini e difendere il proprio territorio ha scelto l'UNICAS e si è rivelata una scelta vincente. L'influencer **Benedetta De Luca**, pur su una sedia a rotelle, ci ha dimostrato che non bisogna arrendersi mai e che tutto è possibile se si ha la grinta e la tenacia. Un altro ospite famoso che ci ha fatto molto piacere ascoltare il racconto della sua vita è stato **Ciro Ferrara**, calciatore del Napoli e della Nazionale. Con episodi della sua vita calcistica, ci ha fatto capire che nonostante ci sia una sconfitta pesante e frustrante, non è mai giusto arrendersi ma bisogna rialzarsi a testa alta e combattere al di sopra delle proprie possibilità per realizzare i propri sogni. Tantissimi sono i messaggi lanciati da Luca Abete ai 2500 collegati ma un paio, secondo noi, hanno predominato: non arrendersi mai e credere sempre in se stessi soprattutto in questo periodo difficile e soprattutto per noi giovani.

Matteo Coviello, Pietro Grossi e Alex Orlandi V G MAT



### UN MONOLOGO INTERESSANTE

Durante il bellissimo incontro, Luca Abete, conosciuto soprattutto per "Striscia la notizia" e altri programmi di influenza nazionale, ha avuto una grande intensità comunicativa nel porsi con noi studenti e destreggiandosi per ore nel programma in live e senza interruzioni. Per me, il punto cruciale della mattinata e quindi interessante è stato il suo discorso sul bene, sul fare il bene e sul farsi del bene, cioè attuando e svolgendo atti con l'obiettivo di essere gentile e creare emozioni pacifiche e benevoli tra le persone. Ci ha fatto riflettere che fare del bene in una società dove nessuno lo fa, significa molto, ed è un argomento di cui poco si parla. Oggi le persone non educano più i figli a fare del bene, infatti il bene non è insegnare al proprio figlio che il giorno di Natale è sinonimo di regali materiali, ma è rispettare le persone e cercare di regalare sempre momenti piacevoli in compagnia delle persone care, senza essere arrogante e scorbutico. Ma questi insegnamenti sono rari. Non bisogna dare o ricevere regali materiali ma anche e soprattutto dare spazio alle emozioni, alla gentilezza, alla bontà d'animo, alla buona educazione. Credo che Luca abbia voluto dire questo durante il suo monologo: cercare di allontanare i giovani dall'educazione ricevuta dai genitori basata essenzialmente sul materialismo, sul consumismo e sul perbenismo di facciata. E io sono pienamente d'accordo con lui.

Carloantonio Abate V G MAT

Pasqua 2021  
**2^ EDIZIONE DEL CONCORSO DIGITALE (IIS SAN BENEDETTO -CASSINO)**  
 “Chef pâtissier”

PARTECIPANTI: prosegue la seconda parte del concorso fotografico dedicato agli studenti del biennio dell'Alberghiero, chiamati ad elaborare gustosi dolci pasquali per festeggiare insieme, ancora uniti, seppure virtualmente, la Pasqua e la passione per l'arte culinaria.

GUSTA LA PASQUA!

#iorestoincucina

Siamo stati tutti costretti per le ragioni che ormai ben conosciamo, allora abbiamo dato ai nostri studenti la possibilità di impegnarsi in cucina.

Pasqua in cucina è sinonimo di dolci tradizionali

E la sfida è proprio quella di realizzare un piatto pasquale tipico della nostra tradizione e di postare le foto sulla nostra pagina Facebook IIS San Benedetto Cassino News da cui prendere ispirazione per creare dolci originali e bellissimi.

Tema fondamentale del concorso:

la creatività, l'originalità, la conoscenza delle tradizioni, la gratitudine

per ciò che ci offre la natura, al fine di risvegliare l'interesse dei partecipanti alla riscoperta dei sapori di un tempo, arricchire le conoscenze gastronomiche e il valore delle tradizioni locali da gustare con tutta la famiglia.

I PARTECIPANTI: hanno realizzato FOTO di dessert a tema, progettando, realizzando e raccontando con semplici parole la propria “DOLCE opera” dedicata alla Santa Pasqua e con parole in rima hanno augurato a tutti una felice festa.

Le foto sono state caricate sul gruppo whatsApp entro il 31 marzo 2021.

PREMIAZIONE: ha vinto la foto che ha ottenuto più “MI PIACE” e il nome del vincitore sarà pubblicato sul giornalino dell'Istituto. La finalità del lavoro oltre a stimolare gli alunni è leggere nei loro volti la gioia per quanto si è riusciti a creare.

PROCLAMATI I VINCITORI

2^ EDIZIONE DEL CONCORSO DIGITALE - (IIS SAN BENEDETTO -CASSINO)

“Chef pâtissier” (2 parte)

GUSTA LA PASQUA!

#iorestoincucina

Le foto dei dolci pasquali che hanno ricevuto più “MI PIACE” sono state realizzate da: Giuseppa Mignacca classe IB (267 like), Marco Ciccone classe IID (80 like), Marin Constantin Ianis classe IB (56 like). Complimenti agli studenti per il meritato premio e a tutti coloro che hanno partecipato.

**B-R-A-V-I-S-S-I-M-I!!!**



PROCLAMATI I VINCITORI

2^ EDIZIONE DEL CONCORSO DIGITALE (IIS SAN BENEDETTO -CASSINO)

“Chef pâtissier” (1 parte)

(NATALE 2020)

In riferimento alla seconda edizione (1 parte) del concorso “Chef pâtissier”, dedicata al dolce della tradizione natalizia, concluso il 23 dicembre 2020 che ha visto la partecipazione degli studenti delle classi del primo biennio dell'Alberghiero con la realizzazione di una video-ricetta di dolci natalizi in cui la creatività, l'originalità e la tipicità sono state le motivazioni di questa premiazione che vede come vincitrice l'alunna Marianna Montebello (IIA), la quale ha soddisfatto tutte le richieste del concorso.

Per la creatività

si sono contraddistinti i seguenti alunni: Aurora Di Micco IIA, Mehdt Prete IIA, Anna Stabile IIB, Niki Cavedo ID, Fatima Benchaba IIA, Lorenzo Trigone IB, Pierluigi Pomella IID, Paolo Di Libero IA, Galea Alexandra IC, Serapiglia Christian IID.

Il criterio dell'originalità

è stato pienamente espresso dagli alunni: Lorenzo Gallozzi IIA, Soad Louakar IIA, Benedetto Siciliani ID, Alessia Merucci ID, Iulio Carreno IIA, Mattia Di Pucchio IIC, Miriam Vendittozzi ID.

La tipicità

Tutta la riscoperta dei sapori di un tempo, è stata avvertita nelle video-ricette degli alunni: Beatrice Pannone IIB, Giuseppa Mignacca IB, Gabriele Persechini IID, Angelo Nardone, IA, Jacopo Verrecchia ID, Vincenzo Staiano IIA, Cristian Valente ID, Biagio Vara IIC.

[https://drive.google.com/file/d/1bsZlWVLb\\_7ui0urmxScy745enXx0z50X/view](https://drive.google.com/file/d/1bsZlWVLb_7ui0urmxScy745enXx0z50X/view)

**B-R-A-V-I-S-S-I-M-I!!!**



## EUREKA LA PASQUA!

CASSINO. Si è conclusa sabato 27 marzo la seconda edizione del concorso sulla creatività: "Eureka la Pasqua!". Il concorso organizzato dall'indirizzo Servizi per la Sanità ed l'Assistenza Sociale ha l'obiettivo di promuovere una differente prospettiva e percezione degli eventi. Per poter risolvere i problemi occorre cambiare punto di vista, equilibrare il proprio sistema emozionale, potenziare capacità, sfruttando il tempo libero, realizzando oggetti che diano spazio alla creatività e immaginazione.

La persona creativa è capace di non lasciarsi demoralizzare dalle difficoltà, dalle critiche o disapprovazioni altrui. Concepisce, esprime e realizza idee e cose con originalità, inventando soluzioni nuove o trovando nuove relazioni tra le idee e le cose e nuovi modi per esprimerle. Spesso un'idea nuova nasce da un'improvvisa intuizione (eureka), che pone in una diversa relazione cose che prima sembravano non potersi comporre tra loro, che dà una nuova e imprevedibile riorganizzazione agli elementi dell'ambiente, anche in relazione al trattamento di materiali e oggetti (per es. colorare riso).

Tale progetto ha la finalità di motivare gli studenti alla vita scolastica in DID e DAD, favorire l'interazione tra gli alunni e incentivare l'attività laboratoriale virtuale. Il concetto di laboratorio inteso come spazio di comunicazione, di personalizzazione, per sviluppare e/o potenziare autosufficienza, autostima; di esplorazione e creatività, per sviluppare la consapevolezza che l'attività laboratoriale è espressione del proprio essere e del proprio modo di vedere le cose.

Il concorso ha visto la partecipazione di ben 43 concorrenti che hanno realizzato un oggetto/manufatto a tema pasquale con tecniche diverse: pasta di sale, filo e colla, cartapesta, collage, in crèche, con materiali di riciclo. Per le decorazioni, visto il particolare periodo che esige il rispetto dell'obbligo di restare in casa, si è

chiesto di realizzarle utilizzando materiale di facile reperibilità.

Novità di quest'anno l'apertura del concorso anche agli istituti secondari di primo grado, che hanno accolto con entusiasmo l'iniziativa.

Difficile è stato il lavoro della commissione di valutazione, presieduta dal Dirigente Scolastico, dott.ssa Maria Venuti, dai docenti prof.ssa Anna Civale, prof.ssa Elisabetta Paliotta, prof.ssa Fernanda Scardamaglia, prof.ssa Annamaria Coretti, prof.ssa Giovanna Russo, prof. Luigi Marrocco e prof.ssa Francesca Mattia ha valutato i lavori prodotti in due premiazioni distinte: una per i concorrenti della secondaria di primo grado ed una per gli studenti interni dell'indirizzo Servizi Socio Sanitari.

Per la sezione studenti interni indirizzo Servizi per la Sanità e l'Assistenza Sociale il 1° Premio è stato assegnato alle proposte realizzate dalle alunne A. G. Della classe I L, F. C. della classe III L, M. S. classe III L e F. F. classe IV L. Il secondo Premio è stato assegnato alle proposte di S. A. classe II L, R. S. Della classe II L, S. P. Classe II L, L. M. Classe III L e G. C. Classe III L. Il terzo premio è stato assegnato a tutte le altre proposte suddivise in categorie.

Per la sezione Superiore di primo grado il Primo Premio è stato assegnato a S. P. dell'Istituto Di Biasio, A. C. dell'Istituto Roberto D'Alfonso di Cervaro, D. S. G. dell'Istituto Comprensivo 1 di Cassino e D. P. F. Sempre dell'Istituto comprensivo 1 di Cassino. Il Secondo Premio è stato assegnato a G. V. dell'Istituto Diamare, D. V. F. dell'Istituto Comprensivo 1 di Cassino e D. P. F. sempre dell'Istituto comprensivo 1 di Cassino.

La Commissione ha assegnato due Premi Speciali ai due progetti fuori concorso, ovvero a: G. G. e L. V. M. La premiazione ufficiale si svolgerà con tutti i partecipanti in modalità videoconferenza entro il mese di aprile.

# UN MOMENTO DIFFICILE

Sono Elisabetta, ho 18 anni e quest'anno ho vissuto, a causa del Covid-19, uno dei momenti più tristi e preoccupanti della mia vita.

Lo scorso novembre sono risultata positiva al Covid-19, ed è iniziato per me un vero e proprio calvario: febbre alta, non ero in grado di stare in piedi, dolore fortissimo alla testa. La casa famiglia in cui vivo, per farmi ricevere le cure adeguate, ha deciso di farmi ricoverare in una struttura Covid, a Fiuggi.

Oltre alla malattia contro la quale combattere, è iniziata la mia grande solitudine che tutti i malati di Covid devono inevitabilmente sopportare. Giorni e giorni in una stanza, sola e lontana da tutto quello che si può considerare vita. E' qui che ho capito che sono fortunata, nonostante tutto, perché le educatrici della struttura, i responsabili, la mia amica del cuore Giulia e le mie care professoresse, non mi hanno mai lasciata sola, rispondevano al telefono ad ogni ora del giorno, addirittura la mia simpatica professoressa Di Murro, ha risposto ad una videochiamata con i bigodini in testa, pur di strapparmi un sorriso.

Dopo più di venti giorni, finalmente negativizzata, sono ritornata in casa famiglia, ma il mio calvario non è finito qui: a distanza di qualche settimana mi sono ritrovata di nuovo in ospedale per una ricaduta da Covid, che mi ha fatto rivivere lo stesso inferno, la stessa solitudine e come se non bastasse, è seguito un terzo e infine un quarto ricovero.

Ora sono qui a raccontare la mia triste storia e posso dire di essere stata fortunata rispetto a tanti che non ce l'hanno fatta, ma soprattutto mi sento fortunata perché senza una "tifoseria" come quella che ho avuto, fatta di educatori, amici veri, le mie prof, la mia preside, non avrei trovato la forza di resistere a tanta solitudine e malessere. Grazie davvero a tutti voi che mi avete dato la forza di non arrendermi mai, grazie perché non ho mai trovato spento il vostro cellulare, grazie perché mi avete fatto capire che anche quando tutto può sembrare perso, dobbiamo sempre essere ottimisti e non arrenderci.

Ricorderò con il sorriso quando vi raccontavo dell'infermiere carino che mi portava la terapia, quando dovevo bere davanti alla telecamera tutta la bottiglietta d'acqua, altrimenti non avrei bevuto mai o quando mi costringevate a camminare in diretta per tutta la stanza per farmi muovere le gambe.

Questa esperienza nonostante tutto mi ha insegnato ad avere pazienza, ad apprezzare tutto quello che prima davo per scontato e non lo ritenevo speciale, come ad esempio avere persone accanto che vogliono il tuo bene. E' nato tutto come una brutta avventura, ma non sono stata sola e questo mi ha dato la forza di superare la malattia e di trascorrere giorni indimenticabili.



GRAZIE!  
La vostra Betta.



## OGGI PARLIAMO CON...

Il nostro istituto ha aderito alla prima edizione del progetto ORIENTA ON LINE "Oggi parliamo con\_" proposto dall'Università eCampus, rivolto alle studentesse e agli studenti delle classi IV e V alle scuole secondarie di II grado, il cui obiettivo è stato quello di stimolare gli studenti ad un confronto costruttivo sulle professioni e tematiche trattate, offrendo punti di vista e spunti di riflessione su fenomeni culturali, disagi, ma anche tendenze della società contemporanea, al fine, anche, di fornire strumenti e contenuti utili per affrontare le prove dell'Esame di maturità. Le proposte sono state veramente tante e le nostre classi quinte e qualche quarta hanno assistito a ben sette incontri, divise per gruppi e per indirizzo di studio. Vi presentiamo alcune riflessioni degli studenti che hanno partecipato alle conferenze.

02/03/2021 "Come è cambiato il linguaggio radiofonico e televisivo" SAVINO ZABA

Il mondo delle telecomunicazioni è abbastanza cambiato, poiché i ragazzi di oggi, sono abituati ad ascoltare e ricevere le notizie online, mentre in passato si usava molto la radio.

All' inizio la radio venivano usata come mezzo principale per diffondere notizie e la sua ampia diffusione è avvenuta a cavallo del secondo conflitto mondiale. Negli anni '50, fino alla fine degli anni '90, la radio è stata l'unico strumento per ascoltare la musica, dove sono nati i grandi successi italiani e stranieri che, hanno accompagnato le emozioni di intere generazioni di ascoltatori.

Le nuove generazioni, purtroppo, hanno abbandonato questo strumento, perché i social e gli altri strumenti, ad esempio i CD, hanno facilitato il modo di ascoltare la musica. Ormai, per sentire il tuo brano preferito, basta scriverlo su YOUTUBE e amplificarlo con una cassa per la musica e il gioco è fatto.

La televisione e la radio sono forse i più "classici" mezzi di comunicazione di massa, i media per eccellenza. Hanno numerose caratteristiche che le accomunano, ma si differenziano per altrettante caratteristiche, di linguaggio, di modalità di messaggio trasmesso, e di strumenti utilizzati.

Nella conferenza di Savino Zaba, ci ha particolarmente impressionato la scoperta che, fare la radio non è affatto semplice, ma bisogna usare ed esprimersi in un italiano perfetto.

Giordano Abbatecola E Luigi Amido Vh Mat



10/03/2021 "L'importanza che hanno rivestito i social durante la pandemia" MARCO CARRARA

E

SILVIA MOTTA  
Oggi, si è parlato dell'influenza dei social, della televisione e delle fake news che si possono trovare in rete, e di come i

social e la televisione, in primis, ci abbiano aiutato durante la quarantena. Tuttavia, i social possono avere anche effetti negativi ne è un esempio il famoso social mondiale, 'Tik Tok' che ci ha rinchiusi mentalmente, togliendo creatività e fantasia alla nostra vita quotidiana.

Marco Carrara, ci ha presentato 'Clubhouse', un altro social esploso pochissimo tempo fa, in cui è possibile usare solamente la voce, quindi, è un aspetto molto importante dato che, ormai al giorno d'oggi, parliamo solamente con lettere della tastiera, e non abbiamo più un approccio vocale.

Silvia Motta, "la signora degli ascolti", ha spostato la discussione sull'importanza della "creatività" intesa sul come tenersi in movimento stando a casa, infatti nel corso del lockdown c'è stato un boom di persone entrate nel mondo del fitness on line. I due autori televisivi hanno insistito molto sul concetto di privacy, perché dobbiamo essere consapevoli che, quando noi accediamo ad un social, come Facebook, quel sito ha i nostri dati accessibili a tutti. Le nostre preferenze, foto, amicizie, interessi sono tutti riassunti e visibili in una semplice pagina di un profilo social.

Matteo Peticchia V G Mat



22/03/2021, LA CURA DI SÉ E DEGLI ALTRI, COSA ABBIAMO IMPARATO DALLA PANDEMIA.

MARIAPIA GARAVAGLIA

La relatrice dell'incontro odierno, Mariapia Garavaglia, ci ha illustrato la situazione di emergenza sanitaria che stiamo vivendo, le sue conseguenze, nelle diverse fasce di età, e la prevenzione. Si è soffermata molto sul concetto di "benessere" che, non è solamente l'assenza di malattie o l'assenza di lesioni fisiche, ma è una condizione di equilibrio tra mente e corpo. In questo periodo, chi ne risente di più siamo noi adolescenti, la pandemia ha creato difficoltà nelle relazioni sociali con i nostri coetanei, a causa dell'isolamento, ne sono testimonianza la crescita di patologie dovute alla depressione, ai disturbi alimentari e ai suicidi. Un aspetto fondamentale, di questo incontro è stato parlare della scuola, la didattica a distanza non può essere paragonata in nessun modo alla didattica in presenza, e non per i banchi o le sedie, ma per il contatto umano ed emotivo. La pandemia e il lockdown hanno trasferito le aule in uno schermo, mettendo in evidenza che la scuola è la migliore palestra in cui gli adolescenti si allenano alla vita, fondamentale come luogo di socializzazione, inclusione e crescita. Gli studenti hanno riconosciuto, così, il valore della scuola.

12/03/2021 "L'abuso di sostanze stupefacenti e gli eccessi tra i più giovani" MICAELA PALMIERI

Nella riunione a cui abbiamo partecipato la giornalista relatrice ha affrontato argomenti molto importanti e attuali che, affliggono ragazzi adolescenti, come le dipendenze, soprattutto verso le sostanze stupefacenti e il fumo, le quali creano non pochi disturbi a chi le usa. L'uso e l'abuso di tali sostanze annebbiano la mente di questi ragazzi che non riescano a pensare più lucidamente alle gravi conseguenze a cui vanno in contro. Fortunatamente, alcuni di loro sono consapevoli di queste drammatiche conseguenze e ne stanno alla larga.

La giornalista del Tg1 RAI, Micaela Palmieri, ci ha parlato del suo libro Next stop Rogoredo, un racconto nato dall'inchiesta svolta sul boschetto milanese di Rogoredo, una piazza di spaccio a pochissima distanza dai quartieri più ricchi della città. Il libro è stato concepito dopo che l'autrice, in compagnia di un cameramen e di un volontario, ha trascorso una notte all'interno del bosco immergendosi nella cruda realtà della tossicodipendenza.

Secondo la mia opinione ci vorrebbe più controllo da parte delle famiglie e delle Forze dell'Ordine, soprattutto verso gli spacciatori che vendono queste sostanze dannose a ragazzi sempre più giovani, attirandoli con inganni e facendoli sprofondare in un viaggio, spesso senza ritorno.

Andrea Mariani 4H Mat

L'augurio di Mariapia Garavaglia, una volta usciti da questo tunnel, è che i ragazzi abbandonino la tecnologia, che oggi ci obbliga a passare ore infinite davanti ad uno schermo, e si dedichino di più al contatto umano.

La docente si è dimostrata fiduciosa ed ottimista nei confronti dei vaccini, che secondo il suo pensiero, porteranno all'immunità di massa, entro autunno. Vaccinarsi è un dovere di ogni cittadino, dà la possibilità di tutelare se stessi e gli altri.

Le riflessioni emerse in questo incontro, mi ha dato la speranza che presto ritorneremo a condurre una vita normale.

Valentina Adriano IV L Sss





## NISIDA: UN'OPPORTUNITÀ' DI RISCATTO

Lavorare, per giovani che sono reclusi nell'Istituto penitenziario di Nisida, è uno dei passaggi chiave, per garantire loro una seconda opportunità. E' il messaggio che ci ha trasmesso in videoconferenza, l'educatore Paolo Spada presente nella struttura da ben 27 anni, animato da una grande passione e dedizione per un lavoro molto delicato. La figura dell'educatore è centrale nel percorso riabilitativo dei ragazzi di età compresa tra i 14 e i 25 anni presenti nella struttura penitenziaria. Deve riuscire a conquistare la loro fiducia con autorevolezza, ma allo stesso tempo deve essere empatico perché, non è facile relazionarsi con minori problematici che hanno alle spalle un doloroso passato. La maggior parte dei detenuti proviene da quartieri di Napoli caratterizzati da un alto tasso di criminalità, spesso sono proprio le famiglie ad indurli a commettere reati quali furti, rapine, spaccio di stupefacenti, estorsioni, omicidi. Per aiutarli ad intraprendere un percorso di reinserimento nella società, l'educatore si avvale della collaborazione di figure professionali come assistenti sociali e psicologi che possono supportarli nella delicata fase dell'adolescenza orientandoli verso l'acquisizione di adeguate norme di comportamento. I giovani che commettono reati, sono convinti di raggiungere la strada dei "soldi facili", del potere, dell'apparire e si accorgono solo dopo, quale sia il vero prezzo da pagare. Il compito dell'educatore è quello di metterli di fronte ad una scelta: continuare la vita precedente o intraprendere un percorso di riscatto. Purtroppo alcuni scelgono la seconda opzione vanificando il percorso seguito, ma la maggior parte conclude il periodo di detenzione arricchito di nuove conoscenze ed esperienze, e nel migliore dei casi, con buone opportunità di inserirsi nel mondo del lavoro. Per raggiungere tale obiettivo, la giornata, nella struttura, è scandita da numerose attività che vanno dagli impegni scolastici, di studio, alla partecipazione a numerosi corsi e attività laboratoriali. In particolare, il laboratorio di musica attraverso il quale i ragazzi hanno modo di esprimere le proprie emozioni, il laboratorio teatrale che permette di dare spazio alla creatività, il laboratorio di scrittura creativa. Inoltre possono dedicarsi alle attività sportive, potendo usufruire di un campo di calcio, pallavolo e basket. Possono acquisire competenze specifiche, spendibili al termine della detenzione, frequentando la scuola per pizzaioli, il laboratorio di pasticceria, corsi di giardinaggio, di fashion Style, il corso edile in cui possono ristrutturare gli ambienti comuni, il corso di ceramica per creare oggetti destinati alla vendita. Abbiamo partecipato alla conferenza con grande interesse e grazie alla capacità di coinvolgimento del relatore, alcune di noi hanno maturato il desiderio di continuare gli studi per svolgere in futuro il lavoro di educatore penitenziario. Abbiamo inoltre compreso che, tale figura professionale costituisce l'unico contatto che i minori hanno con il mondo esterno da cui non si sentono giudicati, ma accolti e a cui affidano il proprio percorso di rinascita interiore e i progetti futuri.

Valentina Adriano, Anna Tedesco, Ilenia Aceti, Teresa Manna IV L SSS



## LEGALITÀ È LIBERTÀ

Un incontro virtuale, ma in grado di trasmettere intense emozioni e di farci acquisire la conoscenza di una realtà altamente formativa, è stato realizzato dal nostro Istituto con la Casa Circondariale femminile di Pozzuoli, nell'ambito del percorso PCTO. L'opportunità offerta al nostro Indirizzo Servizi socio-sanitari, ci ha permesso di conoscere una realtà dura e dolorosa, ma ricca di risvolti umani attraverso le testimonianze delle detenute della struttura penitenziaria. Siamo entrate, in tal modo, in contatto con un vissuto costellato da esperienze "forti" che hanno segnato, in modo profondo la loro vita a causa di scelte, di cui non vanno per nulla fiere. Dalle diverse testimonianze, è emerso il desiderio di riscatto, di cambiamento, la consapevolezza degli errori commessi a causa dei quali sono state costrette al distacco dagli affetti familiari, in particolare dai propri figli, che possono vedere nel giardino della struttura, durante incontri mensili. Il periodo di reclusione è vissuto, come un percorso di riflessione per poter comprendere la gravità delle proprie azioni, le conseguenze dei propri comportamenti, per riparare al male compiuto, e nello stesso tempo un itinerario rieducativo, per proiettarsi nel futuro con rinnovata fiducia in se stesse. Proprio per consentire il futuro reinserimento nel mondo del lavoro, la struttura penitenziaria offre alle detenute la possibilità di dedicarsi sia allo studio che al lavoro. Il tempo trascorso in carcere è sfruttato al massimo, in maniera produttiva grazie al prezioso contributo degli operatori e degli educatori finalizzato all'acquisizione di valori, come il rispetto delle regole, la cura degli ambienti comuni, le relazioni sociali, lo sviluppo del senso civico. Come lo studio è necessario per la formazione culturale, altrettanto importante è l'acquisizione di competenze professionali attraverso attività laboratoriali. A tal proposito, è stato creato un Laboratorio di torrefazione, nel quale si produce caffè destinato alla vendita, rovesciando uno stereotipo che, considerava tale lavoro prettamente maschile. Altre attività svolte sono finalizzate all'esercizio della manualità, come ad esempio l'allestimento del Laboratorio di carta riciclata, antica tradizione campana, per creare segnalibri, rivestire quaderni, porta-fotografie. L'intento di tale attività è "liberare menti e mani", mentre il Laboratorio teatrale svolge la funzione di stimolare la creatività, conoscere le proprie emozioni e sentimenti più reconditi, ristrutturando la mente per orientarla verso l'autorealizzazione. I video che sono stati proposti alla nostra attenzione, ci hanno trasmesso forti emozioni, semplicemente osservando l'intensità dello sguardo delle detenute, ricco di espressività e della determinazione di porre la parole fine agli errori commessi. La partecipazione al Corso di formazione ci ha invitato a riflettere sull'esistenza di pregiudizi ancora diffusi nella nostra società che spetta a noi giovani sradicare, perché ogni persona può imparare dai propri sbagli, se si offrono valide opportunità di recupero e di cambiamento. Inoltre abbiamo compreso che la vera libertà può essere garantita solo se indirizziamo la nostra esistenza al rispetto delle regole che sono le radici della convivenza civile.



Valentina Adriano, Rosanna Calabrese IV L S.S.S



# NO AL BULLISMO

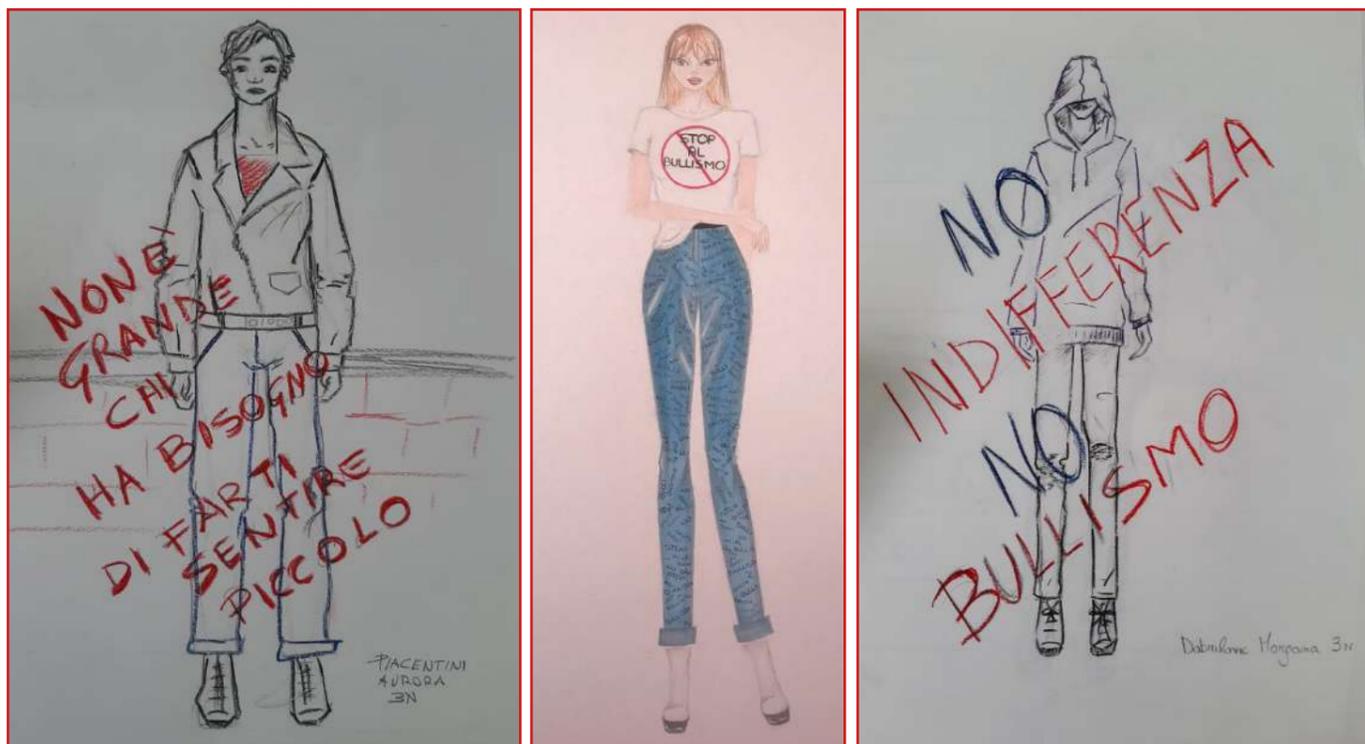
Durante l'assemblea di istituto di febbraio, in occasione della giornata dedicata alla lotta contro il bullismo, abbiamo dedicato un pensiero a tutte le vittime con un incontro molto significativo, quello con Milena Monteiro, la sorella di Willy. La nostra Dirigente ha immediatamente accolto la nostra richiesta di approfondimento su questa triste vicenda e ci ha sostenuti durante le nostre riflessioni - con la psicologa del CiC, dott.ssa Antonella Palombo - su una tematica che è, purtroppo, diffusa in tutta l'Italia e che continua a mietere vittime (Romeo a Formia qualche giorno dopo e quattro anni prima Emanuele a Tecchiena, giusto per rimanere nelle nostre zone).

Ricordiamo che Willy, lo scorso 6 settembre, è stato ucciso a Colferro da due e più individui perché era intervenuto in una rissa per difendere un suo amico. Era un ragazzo dell'alberghiero che sognava di diventare cuoco. Uno come noi. Come tutti hanno detto, Willy si è trovato nel posto sbagliato e nel momento sbagliato in quella tragica notte di settembre.

Milena in prima persona ha lottato per dare giustizia al fratello e non far passare la sua morte come una morte qualunque o accidentale perché quello che è accaduto quel 6 settembre non è altro che uno dei tanti episodi che ha riguardato tanti altri ragazzi come Willy che sono stati malmenati per cause banali e non perdonabili. Durante il collegamento, Milena è apparsa emozionata nel ricordare suo fratello ma anche molto decisa nel suo messaggio di condanna alla prevaricazione dei più forti sui più deboli.

Ancora una volta il nostro istituto ha fatto centro, nel cuore, nelle emozioni e nella sensibilità.

I rappresentanti d'Istituto: Gerardo Papa, Simone Capuano, Giuliana De Cubellis, Silvia Drago



elaborati artistici delle alunne del Made in Italy

Ciò che mi spaventa non è la violenza dei cattivi; ma l'indifferenza dei buoni.

### IL BULLISMO

Il bullismo è un fenomeno molto diffuso tra i ragazzi, consiste nell'usare la violenza o offendere verbalmente la vittima ritenuta debole.

Sanah Jivani, 21 anni, fondatrice di love your natural self foundation.

Sanah Jivani, ha subito atti di bullismo alle scuole superiori a causa della sua alopecia.

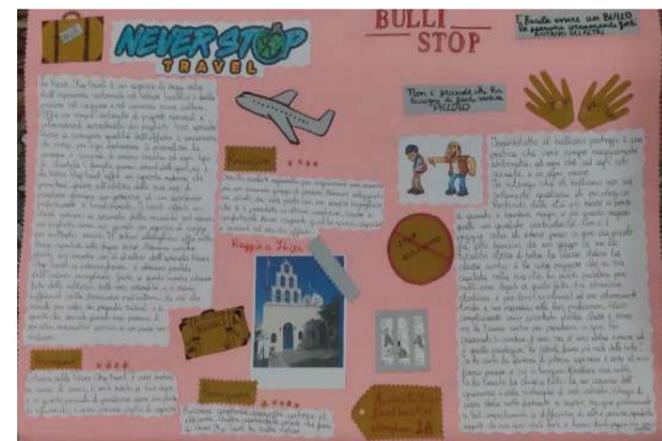
"Ho deciso di essere vulnerabile e di capire quanto coraggio ci vuole per amare e accettare chi sei. Era bello vedere che il coraggio ispira coraggio."

### IL CYBERBULLISMO

Il cyberbullismo è una forma di bullismo compiuto tramite strumenti telematici (sms, siti web, chat, ecc.). I social network hanno dato ulteriori armi in mano ai bulli. Le nuove tecnologie nascondono lati oscuri, come l'uso distorto e improprio che ne viene fatto per colpire intenzionalmente persone indifese e arrecare danno alla loro reputazione. Chiamato anche "bullismo elettronico" per definire un atto aggressivo, condotto da un individuo o in gruppo usando le forme elettroniche, ripetuto nel tempo contro la vittima.

### CAROLINA PICCHIO

Carolina aveva solo 14 anni quando la sua vita si è spenta ed è diventata simbolo di lotta. Ad una festa, dei suoi coetanei la fanno bere la ragazza ubriaca, si sente male e va in bagno, dove viene seguita da un gruppo di adolescenti che la molesta, la violenta e la filma. Il video viene pubblicato su Facebook e riceve circa 2000 visualizzazioni, 2600 commenti in 24 ore. Carolina lascia cinque lettere di addio, di perdono e di scuse. Poi si getta da un'altezza di trenta metri. Ma neanche la morte le dà pace, perché qualcuno gli ruba la sua identità in rete e le sue foto vengono pubblicate sui siti pornografici.

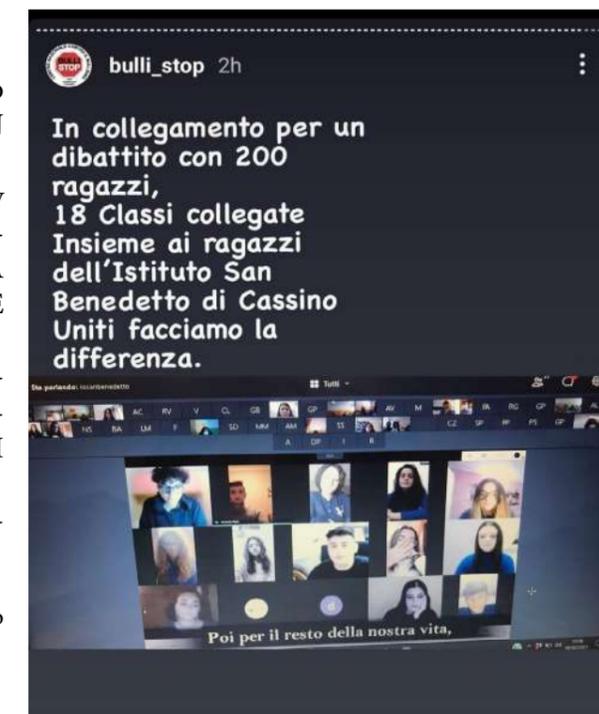


Il bullo è un colosso dai piedi di argilla, è un soggetto pieno di problemi, attacca per paura di essere attaccato, MA NON È COSÌ FACENDO che RISOLVE PROPRI PROBLEMI!!!! È di fronte ad una scena del genere che si è trovato Willy in piena notte il 6 settembre 2020, quando durante un'aggressione verso un suo amico è corso a dargli sostegno, HA PROVATO A DIRE NO! CHE NON SI FA COSÌ, MA È STATO ZITTITO CON COLPI LETALI. Io mi associo a quanto detto da Willy, NO ALLA VIOLENZA!! NO ALLA PREPOTENZA E AL BULLISMO!!! AMIAMO IL PROSSIMO, SOCCORRIAMO E SOSTENIAMO I PIÙ DEBOLI, CERCHIAMO DI ESSERE TUTTI WILLY!!! COSÌ FACENDO SAREMO PERSONE MIGLIORI E AVREMO UNA SOCIETÀ MIGLIORE!!!

Anna Stabile II B Alb

Il bullismo è un fattore molto diffuso nella società odierna, capita spesso di vedere qualcuno che se la prende con chi reputa più debole e spesso anche con accanimento e senza motivo.

Allora viene spesso da chiedersi... perché?... per quale motivo? È come se fare del male al prossimo desse gratificazione, senso di onnipotenza.... ma non è così!! È solo un'illusione, se si va a scavare a fondo si scopre che chi ha agito è arido di amore, è cresciuto senza valori, non è stato amato e non sa amare, non sa affrontare le cose se non con la prepotenza e con la violenza.



# Giornata Autismo: IN VOLO NEL BLU



Il 2 aprile si celebra la Giornata internazionale della consapevolezza dell'autismo, istituita dalle Nazioni Unite (Onu) nel 2007. L'obiettivo della giornata è quello di far luce su questa disabilità, promuovendo la ricerca e il miglioramento dei servizi e contrastando la discriminazione e l'isolamento di cui ancora sono vittime le persone autistiche e i loro familiari. In occasione di questa giornata, le alunne del corso Made in Italy hanno aderito alla 5<sup>a</sup> edizione della manifestazione "Sulle ali del blu" indetta dall'I.C. Cassino 1. L'intento è stato quello di realizzare aeroplani di carta di colore blu, di scrivere sulle ali un messaggio di solidarietà, di inviarne le foto per essere uniti simbolicamente in un flashmob virtuale.

Ecco i nostri lavori:



# LA GENTILEZZA CI SALVERÀ

La Giornata mondiale della gentilezza, che si festeggia il 13 Novembre, è stata istituita a Tokyo nel 1998 dal World Kindness Movement, un'organizzazione che promuove il potere positivo della gentilezza. Oggi più che mai, nel difficile periodo che stiamo vivendo, in una società sconvolta dall'emergenza sanitaria, abbiamo bisogno di riscoprire questo valore, a volte oscurato dall'odio sociale e dalle prevaricazioni. Spesso nella nostra quotidianità dimentichiamo di essere gentili, sensibili, attenti ai bisogni altrui. La gentilezza non è solo uno stato d'animo che riguarda la nostra sfera intima ma è soprattutto un modo di relazionarci con gli altri, un valore che abbiamo in gran parte smarrito perché ci siamo chiusi in noi stessi, pensando che essere disponibili sia un segno di debolezza. Al contrario, la cortesia, la pazienza, il garbo dovrebbero essere interpretati come la capacità di contribuire al benessere emotivo di se stessi e di chi ci circonda. Prendersi cura degli altri, dimostrarsi aperti alla collaborazione, rispettare e saper perdonare il prossimo è segno di gentilezza, così come aiutare i compagni di classe in difficoltà, lasciare il posto libero ad una persona anziana sull'autobus, o donare semplicemente un sorriso per illuminare le giornate più tristi. Chi inizia la propria giornata con un sorriso, ed è cortese anche con i piccoli gesti, chi rispetta l'ambiente e le regole civili, migliora la sua vita e quella della sua comunità. Molte ricerche scientifiche dimostrano gli effetti benefici della gentilezza in quanto permette di entrare in empatia con l'altro, di comprenderne le paure, inquietudini e fragilità. Quindi, mettiamo da parte l'aggressività e rispolveriamo le buone maniere, non è mai troppo tardi per farlo: ci si può allenare a tutte le età!

Teresa D'Aprano, Sara Starnino V L S.S.S.



## VOLONTARIATO E CITTADINANZA ATTIVA

Il valore della solidarietà

Solidarietà, gratuità, generosità, impegno sono queste le motivazioni che spingono oltre 6 milioni e mezzo di volontari italiani a dedicare gran parte del proprio tempo e a spendere le proprie energie al servizio delle persone più bisognose. Valori di impegno e dedizione che stiamo acquisendo grazie alla partecipazione al corso di formazione PCTO relativo alle attività svolte dai Centri di volontariato presenti sul nostro territorio. Tale percorso, realizzato online, è stato articolato in cinque incontri finalizzati alla conoscenza di una grande varietà di esperienze di solidarietà individuali e di gruppo per permetterci di entrare in un mondo che ancora non conosciamo, approfondendo le caratteristiche delle diverse strutture e in particolare della Caritas di Roma. Le situazioni illustrate dagli operatori Caritas rispecchiano il difficile momento che stanno affrontando, in quanto la diffusione della pandemia con le sue inevitabili conseguenze economiche, ha accentuato il disagio, l'emarginazione, la povertà delle categorie più deboli. Per fronteggiare questo periodo difficile, la Caritas ha riorganizzato Centri e Servizi per promuovere in modo più efficace ed incisivo la solidarietà, aprendosi ai maggiori bisogni della collettività. In un contesto come quello che stiamo vivendo, spesso caratterizzato dalla paura, dagli egoismi personali e di gruppo, dalla logica del profitto, la parola solidarietà potrebbe sembrare illusoria. Ma è proprio in questo periodo in cui cresce la tentazione

di chiudersi in se stessi, è necessario rafforzare il valore della solidarietà e la coesione di cui i volontari Caritas sono testimoni e portatori. Il compito di tale Centro è proprio quello di denunciare situazioni di disagio, sofferenza, povertà mettendo in campo tutte le competenze operando in equipe, in perfetta sinergia. Molti volontari agiscono con funzioni di supporto, sensibilizzando la comunità con raccolte-fondi o semplicemente svolgendo lavori di segreteria. Ciò che accomuna i trecento operatori della Caritas di Roma e i numerosi volontari, è il desiderio di sentirsi utili agli altri, mettendosi al servizio dei più deboli, partendo dall'ascolto, entrando in relazione con l'altro, stabilendo un rapporto di empatia e di condivisione delle sofferenze altrui. Ciò che abbiamo appreso da questo stimolante incontro è che per porsi al servizio degli altri, è necessario superare i pregiudizi, abbattere ogni tipo di barriera, non considerare l'altro diverso da noi ma metterlo al centro delle relazioni e degli interessi. Affrontare la tematica del volontariato e del servizio attivo nella società, ci ha sensibilizzato e ci ha fatto comprendere il dono prezioso del tempo. Un sorriso, un'ora di compagnia, una parola di conforto, possono significare molto per persone escluse e discriminate che vivono ai margini della società. Forse sarà solo un piccolo contributo ma sicuramente in grado di alleviare sofferenze, disagi e angosce, rendendoci testimoni e portatori di speranza.

Elisa Rita Di Ionna, Anna Tedesco IV L S.S.S.



I rischi della Pandemia sono vari, oltre agli aspetti sanitari bisogna tener conto di quelli psicologici, soprattutto in noi giovani, come ci ha spiegato la dottoressa Antonella Palombo, psicologa del CIC, in un incontro in modalità on line, con la classe 3 L Servizi per la Sanità e L'Assistenza Sociale, di cui faccio parte.

La psicologa ha iniziato con una riflessione sull'impatto che la pandemia ha avuto e sta avendo, soprattutto, in questa seconda ondata. La chiusura del primo lockdown, ha detto la dottoressa, si è tradotta in una condizione di forte stress per i ragazzi. In particolare, negli adolescenti si è registrato un aumento dei disturbi del sonno e dell'ansia, a causa delle forti preoccupazioni rispetto alla loro salute e, ancora di più per quella dei propri cari.

Nel nostro gruppo classe abbiamo riscontrato gli stessi segni di malessere con un aumento: dei disturbi del sonno, degli stati depressivi e degli atteggiamenti di chiusura.

La psicologa ci ha fatto notare che, in questa seconda ondata, sono cresciute le richieste di aiuto, presso gli sportelli CIC delle scuole, da parte di alunni. Tutto questo, può essere spiegato con le differenti caratteristiche che le due ondate hanno avuto. Nella prima fase, vi era una maggiore disponibilità a vivere le norme restrittive, e noi ragazzi abbiamo vissuto la chiusura delle scuole, come vacanze anticipate. La chiusura di ottobre, invece, almeno per la secondaria di secondo grado, ha coinciso con l'assenza dei genitori che hanno ripreso a lavorare, e ciò ha ridotto gli strumenti di difesa di noi ragazzi, perché ci siamo sentiti più soli. Io e i miei compagni abbiamo fatto notare che, non solo la solitudine è responsabile del nostro stress e della nostra ansia, ma anche la DAD.

In realtà, la didattica a distanza ci ha fatto capire e apprezzare che frequentare la scuola, in presenza, è un'esperienza formativa per tutti noi ragazzi, dove sperimentiamo relazioni positive con i nostri compagni coadiuvati dall'aiuto degli insegnanti e questo, a noi, sta mancando. Tutte le mattine non incontriamo più l'amico di banco, al quale confidare i nostri segreti e dal quale ricevere consigli e ci sentiamo più soli e fragili.

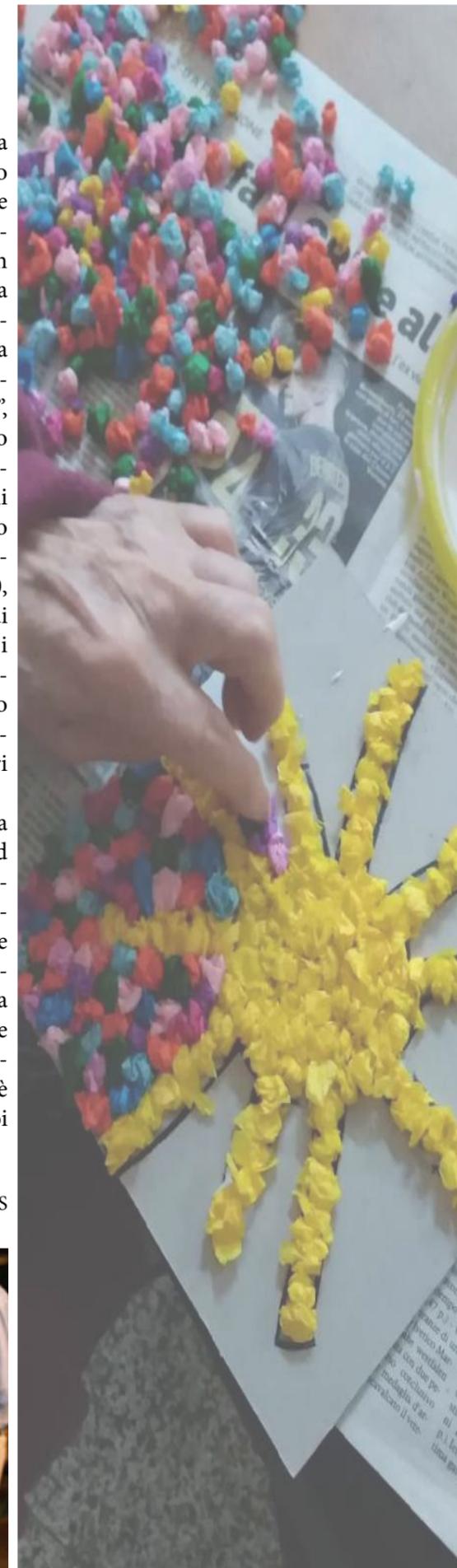
Con questo non voglio dire che la didattica a distanza sia negativa, ma lo diventa nel momento in cui trasferiscono soltanto competenze, invece si potrebbe trarre spunto, dai nostri stati d'animo, per affrontare nuovi argomenti.

Melissa Salera III L SSS

## ANIMAZIONE SOCIALE PER LA TERZA ETÀ

La pandemia non ha fermato la nostra creatività. Noi ragazzi della III L, indirizzo Servizi per la Sanità e l'Assistenza Sociale, abbiamo continuato a svolgere anche da casa il nostro laboratorio virtuale di Metodologie Operative. Abbiamo sperimentato attività di animazione grafico-pittoriche tipiche della terapia occupazionale, con materiali riciclati, attività di musicoterapia rivolte a tutte le età e la clownterapia o terapia del sorriso. Durante una lezione di Metodologia, la professoressa Civale ci ha proposto di partecipare alla realizzazione di un video di animazione, rivolto a persone della terza età, e da destinare a varie RSA: Casa di Riposo "Città di Asti", Residenza per Anziani "Pie Opere Suore Elisabettiane" di Capitello e "Senior House" di Cassino, utilizzando la tecnica della musicoterapia. Lo scopo di questo progetto era di non far sentire soli gli anziani in questo brutto periodo, anzi di regalare loro un momento di felicità e spensieratezza. Ci siamo messe subito all'opera, dividendoci in gruppi, abbiamo scelto le canzoni allegre degli anni '60-'70, conosciute un po' da tutti. Abbiamo girato diversi video, con sfondi e costumi colorati, animati da balletti che potevano ripetere anche i nostri simpatici anziani. La professoressa Civale, infine, ha realizzato un unico video che ha inviato alle RSA. Dopo pochi giorni, sono arrivate email, messaggi con commenti positivi e ringraziamenti dagli anziani, dai direttori delle strutture, nonché da parte dei nostri docenti e dalla nostra Dirigente Scolastica, dott.ssa Maria Venuti. Molto apprezzato è stata l'animazione realizzata, sulle note della canzone "Volare" di Modugno, che ha suscitato vecchi ricordi ed emozioni. Rientrate in presenza, ci siamo subito attivate in un laboratorio fisico, per la pianificazione di attività di animazione teatrale, rivolte all'infanzia. Ora, nuovamente in DAD, siamo impegnate nella preparazione del concorso sulla Creatività. Tutte queste esperienze ci aiutano, in questo nuovo momento, in cui tutto sembra chiuso e fermo, a mantenere sempre viva la fiamma della fantasia e della voglia di fare. Anche la nostra motivazione, grazie ai complimenti ricevuti per le nostre attività che ci hanno scaldato il cuore, è cresciuta e ci ha ricaricate di buona volontà, rappresentando per noi autentico carburante per andare avanti.

Laura Malaggesi, Melissa Salera III L SSS



## FINALMENTE UNO SPETTACOLO!

PRATICA DI ANIMAZIONE SOCIALE CON I BAMBINI DELLA SCUOLA DELL'INFANZIA

Dopo un lungo periodo di DAD, siamo rientrate in presenza e abbiamo ripreso le attività nel nostro amato laboratorio di Metodologie Operative. Abbiamo costruito da zero un teatrino, dove poter animare spettacoli con le marionette, create da noi ragazze che frequentiamo i servizi socio sanitari.

Ci siamo messe all'opera, dapprima realizzando il teatrino con pannelli di polistirolo, colorato con tinte calde che, secondo la cromoterapia attirano l'attenzione dei bambini.

Successivamente, abbiamo discusso su quale storia animare, adatta per bambini della scuola dell'infanzia. Alla fine, abbiamo scelto il classico di Collodi, Pinocchio, riadattando il copione con le battute dei personaggi presenti nella fiaba.

Ci siamo divise in gruppo e abbiamo costruito le marionette (Pinocchio, Geppetto, la Fatina, il Grillo Parlante, la Volpe e il Gatto), dipinto le varie scenografie che faranno da sfondo, durante i nostri spettacoli. Abbiamo usato, principalmente, materiale riciclato come: polistirolo, stoffa, bottoni, carta colorata e poi tanta, tanta fantasia. Noi alunne del terzo anno, abbiamo scelto la fiaba di "Pinocchio", perché ha una morale educativa- ben precisa: quella di assumere un comportamento corretto e responsabile, non dicendo le bugie per finire in guai seri, come appunto è successo a Pinocchio. Non vediamo l'ora di iniziare! Andremo in scena il prossimo mese di aprile, incontrando i nostri piccoli spettatori, i bambini della scuola dell'infanzia, in modalità videoconferenza. In queste rappresentazioni teatrali, saranno coinvolte anche le altre classi del nostro indirizzo e metteranno in scena altri racconti che presentano sempre una finalità ludico-educativa, come "La Pimpa" e "Il Piccolo Regno". Lo scopo è sperimentare, concretamente, attività di animazione che trasmettono ai bambini, messaggi importanti per la loro crescita ed il loro benessere. Siamo molto entusiaste di questo progetto, perché ci permette di interagire concretamente con il fantastico mondo dell'infanzia, mettendo in pratica tutti quei concetti che abbiamo appreso a lezione sull'animazione sociale.



Federica Calao e Melissa Salera III L SSS



## ACCENDIAMO UN FARO SUL PROBLEMA DEL GIOCO D'AZZARDO



Si può cadere nella trappola della ludopatia, del gioco d'azzardo, diventandone schiavi se non se ne conoscono i rischi, mediante una corretta informazione. Prevenzione ed informazione sono state al centro dell'incontro con la Caritas di Roma che, nel 2013 con la nascita dell'associazione "NO AZZARDO", ha portato alla luce un problema subdolo, allo scopo di sensibilizzare scuole, parrocchie, aziende su una tematica da non sottovalutare. La relatrice dell'incontro, Eleonora Fusco, ha messo in risalto gli scopi dell'associazione Caritas. In primo luogo quello di sensibilizzare più persone all'esercizio della carità, in tutte le sue forme, e fornire, in secondo luogo, un aiuto concreto alle persone in difficoltà. Attraverso slide e video, abbiamo potuto riflettere sulle differenze tra il gioco, un'attività il cui fine è lo svago e lo sviluppo di attività fisiche ed intellettive, e il gioco d'azzardo. A differenza dei giochi di squadra che creano legami e collaborazione tra i partecipanti, l'azzardopatia crea solo solitudine, assenza di interazione, dipendenza e non sviluppa alcuna abilità. Nel gioco di squadra, i partecipanti mettono in campo tutte le loro risorse per vincere, lo scommettitore, invece, si affida solo alla fortuna, e non può far nulla per decidere le sorti di una partita. La presentazione di alcuni video ha indirizzato la nostra attenzione, sulle modalità attraverso le quali le persone sono invogliate a scommettere, cadendo nella trappola della dipendenza. In particolare, sono state anche illustrate le probabilità di vincita dal punto di vista statistico, attraverso un video realizzato da un matematico e da un fisico. I messaggi pubblicitari, spesso, stimolano la curiosità e invogliano a giocare veicolando, l'informazione di un'elevata probabilità di vincita che, in realtà è pari a zero. Il percorso del giocatore patologico attraversa diverse fasi che vanno dalla vincita, seguita necessariamente dalla perdita di denaro e del lavoro.

Tutto questo genera disperazione e ricerca di una via d'uscita che può indurre a commettere reati, portare al suicidio o alla richiesta di aiuto. Esistono centri specializzati per supportare i giocatori patologici, al fine di eliminare comportamenti malsani, con un percorso di disintossicazione. Solo avvalendosi di figure specializzate, è possibile ricostruire la propria vita, i rapporti familiari ed essere anche in grado di aiutare altre persone con le stesse problematiche. Importante è accogliere la persona affetta da ludopatia, saperla ascoltare e non giudicarla in base ai pregiudizi. Da soli non si può uscire da questo tunnel, fondamentale è anche il sostegno di familiari e amici per restituire dignità e sicurezza a chi l'ha perduta.

Valentina Adriano, Elisa Rita Di Ionna, Rosanna Calabrese IV L S.S.S.



## L'IMPORTANZA DELL'INTERCULTURA

Immigrazione ed intercultura sono state le tematiche affrontate dagli operatori della Caritas di Roma, nel corso del quarto incontro formativo PCTO. Cultura dell'accoglienza, vivere la prossimità, comprendere che gli altri siamo noi, sono stati questi gli argomenti che abbiamo approfondito, durante l'incontro finalizzato a favorire lo sviluppo di una società, in cui convivano persone con differenti identità etniche, culturali e religiose. In Europa, sempre più persone di diverse nazionalità, condividono spazi, servizi, bisogni in un grande intreccio di tradizioni, abitudini, valori e linguaggi. Da vario tempo, flussi di migranti che fuggono dalle guerre, dalla povertà, dalla carestia, si riversano, attraverso la rotta mediterranea, sulle coste italiane. Le numerose difficoltà incontrate dai nostri antenati emigrati nei vari continenti, nei primi anni del Novecento sino agli anni Settanta, possono paragonarsi a quelle incontrate attualmente dagli stranieri. Oggi, è proprio l'Italia, in continua trasformazione, ad essere diventata terra di accoglienza. La nostra nazione sta diventando sempre più un Paese multietnico ma ciò porta con sé chiare implicazioni sul piano educativo, soprattutto per l'elevato numero di bambini stranieri che frequentano la scuola italiana. Questa maggiore presenza impone la necessità, per il sistema scolastico di favorire una piena integrazione degli alunni stranieri e delle loro famiglie nel tessuto sociale. La scuola costituisce uno strumento essenziale di comunicazione tra le culture ed è alla base della costruzione di una pacifica convivenza. Per raggiungere tale scopo, volontari, insegnanti Caritas, mediatori interculturali contribuiscono all'integrazione dei bambini stranieri mettendo al primo posto l'accoglienza, il punto più delicato, lo snodo che dall'immigrazione può far giungere all'integrazione. Attraverso laboratori di musica, danza, storia, geografia, grazie al prezioso apporto dei mediatori interculturali, vengono poste in rilievo le differenze e gli elementi comuni delle diverse etnie per favorire il superamento di pregiudizi e barriere. Da questo interessante incontro formativo, abbiamo appreso che accoglienza significa non aver paura dello straniero giudicandolo, in base ad apparenze e a false convinzioni. Lo straniero, quindi, non deve essere considerato "diverso" solo perché appartenente a modelli etnici, religiosi, culturali differenti dai nostri. Solo il rapporto, la conoscenza di più culture può renderci aperti e in possesso di una visione che va oltre la propria cultura di riferimento. Interagire, quindi, con l'altro può rappresentare un'opportunità di arricchimento reciproco, così come l'accoglienza e l'inclusione possono porre le basi di una convivenza costruttiva e civile.



IV- VL S.S.S.



## LA LIBERTÀ DI AMARE

L'amore ha, oggi, molte sfumature di colore, purtroppo questi colori non sono ancora compresi nel 2021, come tanti anni fa e ci troviamo a combattere contro l'omofobia. Per promuovere l'eliminazione delle discriminazioni e la lotta contro i pregiudizi, è stata istituita la Giornata Internazionale contro l'Omofobia che ricorre il 17 maggio. Questa data è stata scelta per ricordare, la decisione storica presa dall'organizzazione Mondiale della Sanità, il 17 maggio del 1990, di eliminare definitivamente l'omosessualità dall'elenco delle malattie mentali. Ma a distanza di anni, da questa data cruciale, per il lungo percorso di rivendicazioni dei diritti delle persone omosessuali, ancora esistono discriminazioni sull'identità di genere che, ledono la dignità delle persone e ne ostacolano l'inclusione e il rispetto. Anche se la società diventa più tollerante, frequenti sono i casi di bullismo omofobo diffuso tra adolescenti, che consistono in attacchi mirati nei confronti di un compagno di classe, emarginato, picchiato, insultato, perché considerato "diverso". L'adolescenza è una fase delicata e critica in cui si cerca di capire chi siamo e si cerca il consenso degli altri, pertanto giudizi velenosi, insulti ed etichette verbali, a cui si aggiunge la paura di non essere accettati dai propri genitori, possono distruggere la vita altrui. Molti studi hanno evidenziato, come già adolescenti, presi di mira dai compagni per il loro orientamento sessuale, sia alto il rischio di suicidio. Non bisogna sottovalutare, quindi, questi comportamenti che nascono da pregiudizi, da una mentalità ristretta capace solo di giudicare, chi vuole semplicemente essere se stesso. Ognuno è libero di amare e di essere chi vuole, l'importante è accettarsi, amare se stessi e non lasciarsi condizionare, da chi vuole negare agli altri il diritto di essere felici.

Federica Calao, Laura Malagrese III S.S.S.



## TI VOGLIO BENE PROF



La pandemia non si è fermata, ci ha costretti nuovamente a stare lontani dai banchi di scuola, a rimodulare il nostro lavoro, riadattandolo alle esigenze, ai desideri dei nostri ragazzi speciali, e non solo. Siamo diventati bravi, a reiventarci ogni giorno, anche se non è stato facile riuscire a trovare un nuovo equilibrio.

Molti sono stati gli ostacoli incontrati per trovare nuove forme di comunicazione e di coinvolgimento dei ragazzi che, ci sono apparsi stanchi e demotivati.

Interagire con loro attraverso il computer, colmare la mancanza dell'incontro giornaliero in presenza, stabilire con loro un rapporto di cooperazione è apparso, sin dall'inizio, problematico.

Il nostro lavoro, è stato innanzitutto quello di accorciare le distanze; abbiamo cercato di far sentire loro la nostra presenza e vicinanza, non solo durante le ore di lezione, ma soprattutto durante le ore pomeridiane aiutandoli nello studio.

Abbiamo anche cercato di motivarli e di incuriosirli, allo svolgimento di attività creative e ricreative, attraverso le quali, sentirsi attori e protagonisti della vita scolastica.

Il loro impegno, accompagnato da quello delle loro famiglie, ha favorito comunque il progresso dei vari ambiti dello sviluppo personale. In particolare, i "nostri ragazzi" hanno imparato ad avere maggiore padronanza con il pc e i nostri incontri telematici sembrano, ormai, appartenere alla normalità.

In questo periodo, ci rendiamo conto di quanto sia fondamentale l'ascolto delle emozioni di tutti i ragazzi a scuola, ma, soprattutto nel pomeriggio, dove spesso si trovano soli a casa e noi siamo sempre pronti ad accoglierli, ascoltarli e motivarli.

Ci capita, spesso, che i docenti, con i quali collaboriamo, ci ringrazino per il nostro supporto nelle attività

di classe, ma in realtà l'arricchimento è bidirezionale e coinvolge da un lato, noi operatori, e dall'altro i "nostri" studenti. Con la loro compagnia, i loro "grazie", i loro messaggi del "buongiorno" o "della buonanotte", i "ti voglio bene prof!" ci riempiono di gioia il cuore e ci fanno capire che stiamo lavorando nella giusta direzione fatta di fiducia, amore e crescita reciproca.

Gli operatori dell'Assistenza Specialistica Stile Libero Onlus

## LA SCUOLA SOTTO L'ALBERO



Intervento della Dirigente Scolastica, Dott.ssa Maria Venuti, alla presentazione del libro La scuola sotto l'albero di Luciana Breggia con illustrazioni di Paola Formica, edizioni Terra Santa

"La scuola sotto l'albero è un testo emozionante, adatto agli educatori di riferimento, ai genitori, ai docenti ed agli alunni di ogni ordine e grado perché si parla di una scuola di relazioni, di emozioni, di competenze che vanno al di là dei tecnicismi. Dopo aver letto la fiaba in bozza, l'ho riletta in questi giorni nella versione definitiva, cercando di cogliere, in ogni pagina ed in ogni illustrazione, qualcosa che rappresentasse la scuola che vivo e il bisogno, soprattutto in questo periodo, di relazione. I pedagogisti affermano da tempo che per apprendere bisogna stare bene, quindi la prima cosa da tener presente è una scuola di benessere in cui gli adulti lavorano bene, i dirigenti dirigono bene e soprattutto i bambini e i ragazzi apprendono con gioia. Quello che mi ha colpito maggiormente del libro è l'attenzione agli alunni. La scrittrice riflette sul significato della parola alunno e spiega che gli alunni sono coloro che vanno nutriti, curati e accolti da chi nella relazione ha una posizione simmetrica superiore, da chi è più dei discenti e che quindi deve avvicinarsi ai ragazzi tenendo conto del loro punto di vista. Mi sono tornate in mente le più importanti teorie socio-psico-pedagogiche, come ad esempio quella del superamento del conflitto all'interno della scuola. Il conflitto esiste, laddove c'è una relazione e dove c'è relazione, deve esserci l'intelligenza emotiva, cioè sapersi calare nei panni dell'altro e cambiare il punto di vista. Il maestro della fiaba lo fa: nell'episodio del ballo, lui non vuole ballare perché non sa ballare e non vuole mettersi in gioco ma alla fine lo fa, perché si mette nei panni dell'altro e soprattutto diventa, per un momento, alunno di cui gli altri devono prendersi cura. La scuola di cui parla Luciana Breggia è la scuola in cui credo vivamente e lavoro quotidianamente, non è una scuola utopica e il maestro non è un personaggio irrealizzabile ma ci sono tanti docenti sotto

l'albero - per riprendere il titolo del libro - che accompagnano gli alunni in una maniera che va al di là della didattica frontale. E' la scuola della bellezza, la scuola che genera curiosità, relazioni e stati d'animo positivi che sono alla base dell'apprendimento. Io ci credo in questo, credo che il benessere sia alla base, a partire dalla scuola primaria e fino all'università. L'obiettivo che mi pongo, come Dirigente scolastico, è il benessere psicofisico dei miei ragazzi e dei lavoratori della scuola. Se io penso alla qualità di vita dei miei studenti e al fatto che io con il mio operato posso un po' migliorare la loro qualità di vita attuale e futura, non ci sono limiti o vincoli che mi possano fermare. Lo studente va preso con la sua storia, dietro ad ogni ragazzo aggressivo, chiuso, contestatore, timido c'è una storia che va compresa, che va accolta, che va anche ridimensionata in qualche modo. Il sorriso, l'accoglienza, il benessere, la leggerezza sono la base del sistema scolastico e della relazione educativa perché altrimenti non c'è apprendimento significativo e non c'è relazione. Un proverbio africano dice che per crescere un bambino ci vuole un intero villaggio. Io dico che la scuola è il villaggio".



## Il premio internazionale alla scrittrice Portela

Con 724 voti “Meglio l’assenza” di Edurne Portela si è aggiudicata la XV edizione del Premio Internazionale Città di Cassino Letterature dal Fronte “Conoscere la crisi dell’Umanità per costruire la pace” dedicata alla Letteratura spagnola contemporanea dal fronte.

Gli altri testi in concorso erano: Patria di Fernando Aramburo che ha ottenuto 648 voti; Il codice dello scorpione di Aturo Pérez-Reverte con 659 voti; Il sovrano delle ombre di Javier Cercas con 678 voti.

Il progetto della rete di scuole superiori di Cassino, sospeso lo scorso anno scolastico per l'emergenza Covid-19, è ritornato in attività con la conferenza di nomination avvenuta il 12 aprile che si è svolta on line, adeguandosi alle regole imposte per il contenimento della pandemia. Gli alunni partecipanti al progetto, in veste di giudici dei quattro testi in concorso, hanno votato attraverso un link il libro che maggiormente li ha interessati, decretando così il vincitore che è stato annunciato durante la diretta.



“Gli studenti hanno saputo scegliere un romanzo molto vicino alla loro sensibilità, rappresenta la rabbia che essi provano verso la guerra e la società oppressa”, così afferma Clara Abbatecola, presidente dell’Associazione Letterature dal fronte.

Il romanzo – che ha ottenuto anche il premio come miglior opera di narrativa del 2018 dal Gremio de librerías de Madrid – è un diario intimo che descrive una storia familiare dolorosa che ha per sfondo la situazione basca. E’ la storia di Amaia che vive con i fratelli e i genitori in un paese nei pressi di Bilbao. Il padre appartiene al movimento basco e questo causerà la disgregazione della famiglia attraverso episodi drammatici e psicologicamente devastanti. Solo crescendo, Amaia riuscirà a capire che è meglio l’assenza di un padre che la presenza di un genitore violento e brutale ed avrà quindi la forza di allontanarsi da tutti per vivere la sua vita con serenità.

Gli istituti che partecipano al progetto sono: IIS San Benedetto, IIS Carducci, Liceo Scientifico Pellicchia, Itis Majorana, IIS Medaglia d’Oro Città di Cassino, Liceo Varrone, Liceo Petrarca di Trieste, Scuola italiana di Atene.

Nicolò Della Guardia VH MAT

Edurne Portela  
Meglio l’assenza

ROMANZO



## Leopardi in musica

<https://www.youtube.com/watch?v=PDHVu4gnLA0> IL SABATO DEL VILLAGGIO (C. Di Mambro IV H MAT)

<https://www.youtube.com/watch?v=8YFsudmBnEc> A SILVIA (C. Piambelli IV M MAT)

## “Chichibìo e la gru”

versione Dad

Come assistente specialistico sono stato coinvolto e ho coordinato un’attività di potenziamento nella classe III H Mat. In questa esperienza condivisa, i ragazzi hanno mostrato una grande vitalità e creatività, sebbene tutto si sia svolto in un ambiente virtuale. Sono, infatti, convinto che le piattaforme digitali, frequentate abitualmente anche dai giovani, possano diventare un “luogo” significativo sia sotto l’aspetto formativo che educativo. La scuola può, e deve, cimentarsi con il medium digitale e la pandemia da Covid-19 ha segnato il passaggio dall’educare al digitale all’educare nel digitale. Alla fine del percorso svolto insieme, i ragazzi hanno scritto questo breve resoconto del loro lavoro:

Durante il periodo in cui siamo stati zona rossa e le nostre lezioni si svolgevano in Dad, ci è stato assegnato un lavoro dalla professoressa di italiano, Maria Rosaria Di Vetta, per la pausa didattica. Abbiamo realizzato un videoclip sulla sesta novella, della quarta giornata, del Decameron di G. Boccaccio: “Chichibìo e la Gru”. Per la costruzione di questo prodotto digitale abbiamo deciso, nel primo incontro, di dividerci in gruppi. Il primo gruppo si è occupato della parte di editing, mentre il secondo della parte narrativa della novella, ed infine il terzo delle immagini da inserire in sincrono con la narrazione. Negli incontri successivi, abbiamo iniziato a selezionare, parti narrative della novella, immagini e musica, in modo da creare una video sintetico, ma di effetto capace di catturare l’attenzione degli ascoltatori. Con WhatsApp, poi, abbiamo condiviso l’audio delle diverse voci narrati, interpretate da ciascuno di noi. Tutto il lavoro lo abbiamo svolto insieme, piacevolmente in gruppo, anche se eravamo distanti, utilizzando la piattaforma digitale Classroom.

L’entusiasmo, per la realizzazione di questo progetto, appare evidente dai loro commenti:

“L’esperienza di partecipare ad un progetto di questo tipo la proporrei a chiunque, mi sono divertito tantissimo, grazie anche al prof Rosario Giorgio che ci ha fatto approcciare al progetto in modo giocoso e divertente.”

“Mi è piaciuto tanto come siamo stati uniti nel portare a termine questo lavoro. Nel corso del montaggio, abbiamo riscontrato dei problemi, ma nonostante tutto abbiamo collaborato, impegnandoci per la riuscita del video finale.”

“Il lavoro che abbiamo svolto è stato impegnativo, ma anche molto bello, per il semplice motivo che, oltre alle ore di scuola la mattina, abbiamo passato del tempo insieme anche nel pomeriggio lavorando, ma anche scherzando.”

“Io sono stato molto bene, perché ci si diverte sempre insieme e spero di rifare un’altra cosa del genere.”

“La soddisfazione più grande è stata quando i nostri compagni e professori hanno visto il video, rimanendo sbalorditi del lavoro finale e di come ci siamo impegnati.”

“Spero, al più presto di ricevere un altro compito del genere dalla professoressa per completarlo con l’aiuto di altri compagni.”

Rosario Gabriele Giorgio (assistente specialistico)

Samuel Minchella, Luciano Testa, Davide Nardone, Giovanni Capraro, Mirko Abbatecola, Valerio Cardillo, Rocco Testa, Ivan Picano III H Mat

[https://drive.google.com/file/d/17qSke3n8c\\_7fPdg6PxiZQrUsknxE00p0/view](https://drive.google.com/file/d/17qSke3n8c_7fPdg6PxiZQrUsknxE00p0/view)

## TORNEREMO A VIAGGIARE

Quando tutto sarà finito, torneremo finalmente a viaggiare. Il viaggio è una delle esperienze più belle che si possano fare durante la propria vita. Viaggiare fa bene all'anima: organizzare un itinerario, sfogliare libri per prepararlo nei minimi dettagli, sistemare la valigia e tenere i biglietti pronti per una nuova avventura, fa parte del Dna umano. Questa meravigliosa esperienza si può considerare una forma di cambiamento in cui un individuo parte con il proprio bagaglio e dopo un percorso, torna con una diversa valigia più grande ed innovativa, con altri pensieri, altre emozioni vissute. Secondo gli psicologi, scoprire nuove mete, zaino in spalla, rende ottimisti ed euforici: una volta che i luoghi ci appaiono davanti, come per magia, ci aprono il cuore, meglio di qualsiasi terapia. Tanti sono i motivi per cui si intraprende un viaggio, per esigenze di lavoro, per emigrare da un Paese all'altro, nella speranza di una vita migliore. Ci sono coloro che viaggiano per il piacere di visitare luoghi incantevoli e misteriosi, altri girano il mondo per imparare nuove lingue, conoscere luoghi diversi ampliando i propri orizzonti culturali, entrando in contatto con persone, culture, stili di vita caratterizzati da aspetti e priorità totalmente differenti dalle nostre. Immergersi in uno stile di vita diverso dal nostro, ci consente di acquisire una visione più ampia del mondo offrendoci la possibilità di conoscere le tradizioni del luogo, stimolando la curiosità anche nei confronti di cibi etnici ed esotici. A questi motivi si aggiungono i tanti aspetti, a livello geografico, culturale, storico che si possono apprendere visitando un paese straniero accompagnati da guide preparate in grado di aprirci gli occhi su un mondo nuovo. Il viaggio può essere anche visto come un'indagine privata, una ricerca di noi stessi, degli aspetti del nostro carattere più nascosto, in quanto fa

emergere emozioni e sentimenti di cui ignoravamo l'esistenza. Purtroppo, in quest'ultimo anno, la pandemia che ha colpito tutto il mondo, ha rallentato il turismo e i viaggi sono stati limitati per lungo tempo. Essere tristi per un viaggio mancato è una reazione normale e comprensibile, lo stiamo vivendo noi adolescenti a causa della mancata opportunità di partecipare a gite scolastiche, visite guidate, attività di tirocinio in presenza, compensate in gran parte da percorsi di formazione online, visite guidate virtuali che contribuiscono comunque alla nostra crescita umana e professionale. Siamo però consapevoli e convinti che rinunciare adesso a queste libertà e al nostro stile di vita, anche se costa molti sacrifici, ci consentirà, nell'arco di poco tempo, di poter ricominciare a pianificare nuovi viaggi, riassaporando le gioie che al momento ci sono precluse. Nel frattempo, in attesa di itinerari lontani, potremo spostarci verso zone più vicine (turismo di prossimità) per non perdere il gusto, la fantasia e il desiderio di esplorare luoghi da tempo sognati.

Ilenia Aceti IV L SSS

### Notre Histoire, notre patrimoine!

Protéger notre patrimoine, c'est respecter notre histoire:

### L'abbaye de Montecassino (L'abbaye du Mont Cassin)

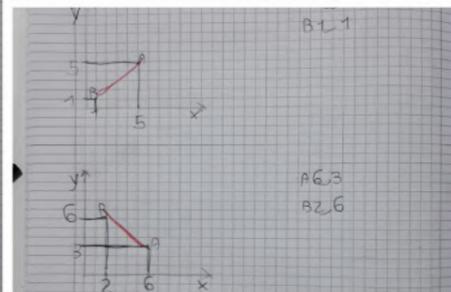
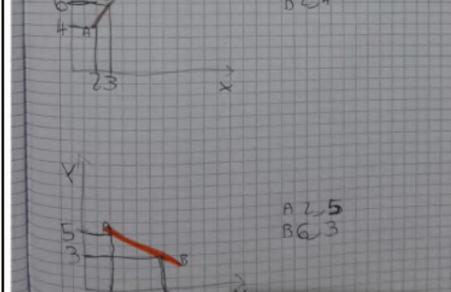
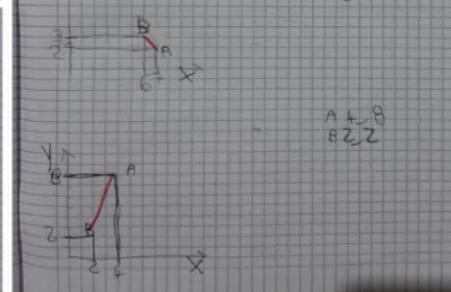
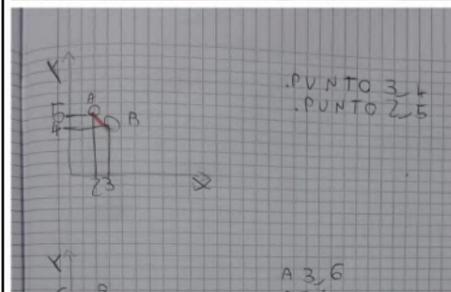
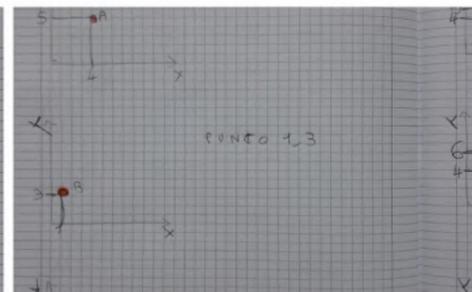
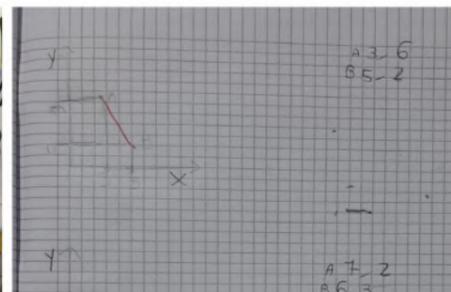


- L'abbaye de Montecassino, fondée par Saint Benoit est l'un des lieux de culte les plus importants. L'abbaye de Montecassino dans son histoire a été détruite 4 fois et chaque fois reconstruite. Il y a un musée et une grande et importante bibliothèque où se trouvent des textes, des livres très précieux.
- En raison de son importance, c'est un lieu cité par Dante dans sa «Divine comédie».

Melissa Salera III L SSS



Come è stato più volte sottolineato nei numeri precedenti di questo giornale, i docenti di sostegno – specialmente in questo lungo anno di emergenza pandemica – hanno affrontato, in primis, mille difficoltà per far sentire ai ragazzi con disabilità il calore della comunità scolastica che li avvolge e coinvolge anche in didattica a distanza. Ci invia un esempio di lavoro svolto, il prof. Roma che ci dimostra come, sotto la sua guida, l'alunno, con l'ausilio del pallottoliere, sia riuscito a svolgere in autonomia esercizi nuovi. Questo ha accresciuto la sua stima, la fiducia e la sicurezza in se stesso, a dimostrazione delle sue capacità logiche. Si è reso conto di aver raggiunto un grande obiettivo e si è sentito parte integrante della classe, attraverso metodologie del problem solving, dell'aiuto differito e di memorizzazione che il docente ha messo in pratica.



## RICICLIAMO OGGI

### PER AVERE UN AMBIENTE PIÙ PULITO DOMANI!



Il nostro pianeta è in pericolo a causa delle condizioni ambientali e climatiche, lo dimostra l'inarrestabile surriscaldamento terrestre dovuto all'elevata quantità di biossido di carbonio che, sta progressivamente accentuando l'effetto serra. La natura ci manda continuamente segnali evidenti di SOS e sembra ribellarsi al trattamento che le abbiamo riservato, negli ultimi decenni. Dobbiamo, quindi, agire rapidamente per salvaguardare l'ambiente in cui viviamo, adottando uno stile di vita orientato alla sostenibilità. Ciò potrà essere realizzato solo con la collaborazione e l'impegno di tutti, utilizzando la strategia del riciclo, uno dei mezzi per recuperare materiali utili, come vetro e carta, per produrre nuovi oggetti, anziché smaltirli direttamente in discarica. Considerati gli effetti negativi dell'impatto dei rifiuti sull'ambiente, riciclare è un dovere di ogni cittadino. Il nostro pianeta ha una quantità limitata di risorse naturali che utilizziamo a dismisura, come se non avessero valore. Se ricicliamo

il vetro, la carta, la plastica potremo risparmiare risorse naturali preservando anche boschi e foreste, fondamentali per depurare l'ambiente. Con il riciclo, si può evitare l'attività di estrazione, trasporto e lavorazione dei materiali, generando meno CO<sub>2</sub> nell'atmosfera, riducendo l'effetto serra e l'inquinamento dei prodotti agricoli. Bastano, davvero, pochi accorgimenti per migliorare l'ambiente, differenziando rifiuti, riutilizzando i materiali e gli imballaggi, producendo meno scarti. Una soluzione potrebbe essere rappresentata dall'aumento della produzione di energia, mediante fonti rinnovabili ed alternative, strategia perseguita dai governi attuali che sono impegnati sempre più a ridurre i danni che stiamo arrecando alla terra. Ognuno, nel proprio piccolo, può contribuire con semplici gesti quotidiani: limitare l'uso della plastica sostituendola con il vetro, riutilizzare i contenitori, conservare la carta per imballare gli oggetti, usare vecchi giornali per realizzare pacchi regalo, sostituire sacchetti di plastica con quelli di carta. Diamo, quindi, una seconda vita agli oggetti che utilizziamo quotidianamente, rendiamo il mondo più verde per ridurre i danni e per lasciare alle future generazioni un ambiente più salutare e vivibile.

Federica Calao, Laura Malaggesi, Chiara Colella, Melissa Salera III L SSS



#### Le tri sélectif des déchets et leur recyclage

Certains déchets comme le verre, le plastique sont abandonnés dans la nature et polluent l'environnement. La société de consommation produit de plus en plus d'objets qui ne sont pas réutilisés et qui sont jetés dans les poubelles. Dans les poubelles aujourd'hui, on trouve: Matières biodégradables 25%; Verre 11%; Métaux 4%; Papiers cartons 21%; Plastiques 11%; Divers 20%; Textiles 8%.

Les déchets sont brûlés ou mis en décharge. Pour récupérer les déchets qui peuvent être recyclés, il faut trier ses déchets par famille (tri sélectif). À la maison, il faut installer: une poubelle pour les déchets dits humides ou compostables et pour tous les déchets qui sont non-recyclables. Une poubelle ou des sacs pour: les papiers; les emballages en plastique; les emballages en carton; les emballages métalliques et une poubelle ou un sac pour le verre (le verre est recyclable à l'infini). Le recyclage permet de réduire les volumes des déchets, donc la pollution et de préserver les ressources naturelles en réutilisant des matières premières déjà extraites.



Laura Malaggesi, Giulia Frattini, Lorenzo Bucci, Romina Capi III L SSS

Argomento trattato:

AGENDA 2030 -SVILUPPO SOSTENIBILE

Obiettivo 14:

Conservare e utilizzare in modo durevole gli oceani, i mari e le risorse marine per uno sviluppo sostenibile

Alunne: Costantino Noemi, Fantino Aurora, Viola Aurora - Classe 2A

## LA PESCA

Oggi uno dei problemi principali che riguarda il pescato è l'inquinamento dei mari.

L'inquinamento è dovuto a concimi, pesticidi e sostanze chimiche che attraverso i fiumi vanno a finire nei mari.

Tutti gli scarichi che vi sono stati negli anni passati e l'incessante smaltimento illecito di rifiuti hanno provocato l'inquinamento dei nostri mari. Il petrolio è uno dei maggiori responsabili di questo inquinamento e quindi della scomparsa di molti pesci.

I maggiori pesci in via di estinzione sono:



TONNO ROSSO



PESCE SPADA



ANCHE MOLTI SQUALI

## FRESCHEZZA DEL PESCATO

La freschezza può essere valutata in molti modi, essendo un criterio soggettivo delle tabelle di valutazione. Nell'Unione europea la tabella si divide in 4 categorie e da lì si stabilisce la freschezza del pescato ed il suo prezzo di mercato. La perdita di freschezza è molto evidente soprattutto per l'odore che emana il pesce. Se si mangia pesce crudo o non completamente cotto, il prodotto deve essere preventivamente congelato per almeno 96 ore a -18c.



## QUALITÀ DEL PESCE ALLEVATO

Per avere una qualità ottimale del prodotto allevato è importante controllare:

la qualità delle acque

la qualità dei mangimi

l'igienicità dell'ambiente di allevamento

la somministrazione moderata di medicinali e antibiotici

che, a volte, possono essere impiegati nell'allevamento intensivo dei pesci (come accade anche nell'allevamento di altri animali quali bovini, polli, conigli, ecc....)

È necessario che dopo la fase di allevamento, i prodotti vengano correttamente manipolati, conservati e trasportati in condizioni di igienicità e subiscano adeguati controlli fino al momento della vendita.

Per quanto riguarda le caratteristiche nutrizionali e organolettiche dei molluschi bivalvi allevati (cozze, vongole), queste non differiscono da quelle dei molluschi bivalvi non allevati, in quanto tali organismi crescono a spese dell'ambiente naturale. C'è da considerare infatti che le zone di mare per il loro allevamento sono preventivamente scelte e controllate dal punto di vista della carica microbica e dalla presenza di contaminanti (metalli pesanti, pesticidi, ecc....)

Questo garantisce i molluschi allevati anche dal punto di vista della qualità igienico-sanitaria.





# Celiachia

## RACCOMANDAZIONI DIETETICHE

- Le nuove abitudini alimentari dovranno comprendere:
- Migliore utilizzo di legumi
  - Massima variabilità nell'utilizzo di cereali e tuberi permessi
  - Buon apporto di fibre (frutta e verdure)
  - Moderato uso di dolci (spesso troppo ricchi di grassi)
  - Buon apporto di latte e derivati
  - Preferenza per i grassi vegetali
  - Aumento del consumo di pesce
- VARIARE LA DIETA IL PIÙ POSSIBILE

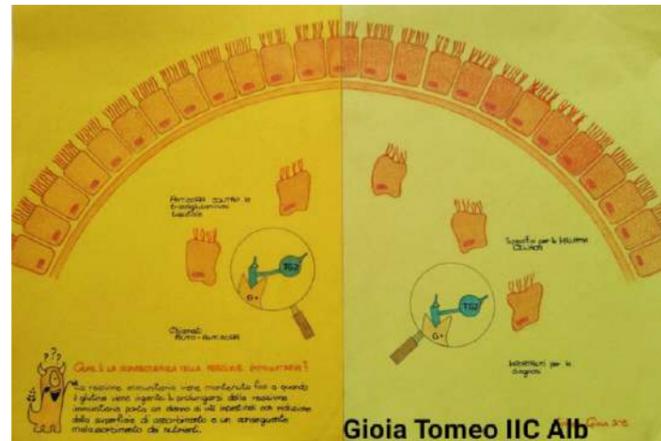
Escludere gli alimenti nocivi alla propria salute.

Alimentarsi a leggere gli ingredienti. Evitare alimenti con glutine nascosto (come il latte di soia e il latte di mandorle).

Quali consigli daresti ad un soggetto celiaco che deve convivere con questa problematica?

Attenzione alle contaminazioni accidentali da glutine.

Al ristorante chiedere informazioni sugli ingredienti.



La celiachia **NON** è una malattia infettiva e **NON** è un virus

- Non toccare il rubinetto o la maniglia del frigorifero! Potrebbero essere contaminati!
- Cambia la tovaglia ad ogni pasto! Potrebbe essere contaminata!
- E' meglio farlo mangiare a tavola da solo!
- Non bere dallo stesso bicchiere di tua sorella, ha appena mangiato un panino!

## Intervista sulla celiachia

**CELIACHIA E ALLERGIA AL GRANO SONO LA STESSA COSA?** Vero o Falso?  
**Falso**, perché la celiachia è una malattia autoimmune mentre l'allergia al grano è dovuta a un altro tipo di infiammazione.

**CELIACI NON SI NASCE MA SI DIVENTA?** Vero o Falso?  
**Falso**, si nasce con una predisposizione genetica a sviluppare la celiachia, però non tutti la svilupperanno e si può sviluppare a qualsiasi età.

**GLI ALLERGICI HANNO UN RISCHIO MAGGIORE DI DIVENTARE CELIACI?** Vero o Falso?  
**Falso**, sono due meccanismi completamente diversi.

**I DIABETICI HANNO UN RISCHIO MAGGIORE DI DIVENTARE CELIACI?** Vero o Falso?  
**Vero**, però solo alcuni tipi di tipologie di pazienti diabetici, come per esempio quello di tipo I (quello giovanile).

**I FAMILIARI DI UN CELIACO HANNO PIÙ PROBABILITÀ DI DIVENTARLO?** Vero o Falso?  
**Vero**, infatti quando si fa la diagnosi di un paziente si invitano tutti i familiari di 1 grado a fare lo screening perché hanno rischio lievemente aumentato.

**LA CELIACHIA INFLUISCE NEGATIVAMENTE SULLA CRESCITA DEI BAMBINI?** Vero o Falso?  
**Vero**, nel momento in cui non è diagnosticata (se un bambino mangia alimenti con il glutine ed è celiaco ha dei problemi di crescita, nel momento in cui viene diagnosticato e segue la dieta correttamente, ciò non succede).

**ESISTONO FORME DI CELIACHIA PIÙ GRAVI E FORME PIÙ LIEVI?** Vero o Falso?  
**Vero**, chi segue una dieta priva di glutine non ha grossolane diversità con la popolazione generale, invece c'è una fascia molto ristretta di celiaci che è refrattaria alla dieta ed è clinicamente più grave.

**DALLA CELIACHIA NON SI PUÒ GUARIRE?** Vero o Falso?  
**Vero**, essendo una malattia autoimmune, una volta sviluppata, la dieta è l'unica terapia.

**LA CELIACHIA SI SCOPRE ELIMINANDO PANE, PASTA DALLA DIETA?** Vero o Falso?  
**Falso**, è necessario fare screening con gli esami del sangue.

**LA DIETA SENZA GLUTINE È ADATTA A TUTTI E FA DIMAGRIRE?** Vero o Falso?  
**Falso**, la dieta senza glutine, pur non avendo effetti collaterali non può essere una dieta dimagrante. Quindi chi non ha problemi con il glutine, può mangiarlo!

**I COSMETICI GLUTEN-FREE SONO UTILI AI CELIACI?** Vero o Falso?  
**Falso**, non c'è evidenza che un cosmetico contenente glutine provochi danni al celiaco.

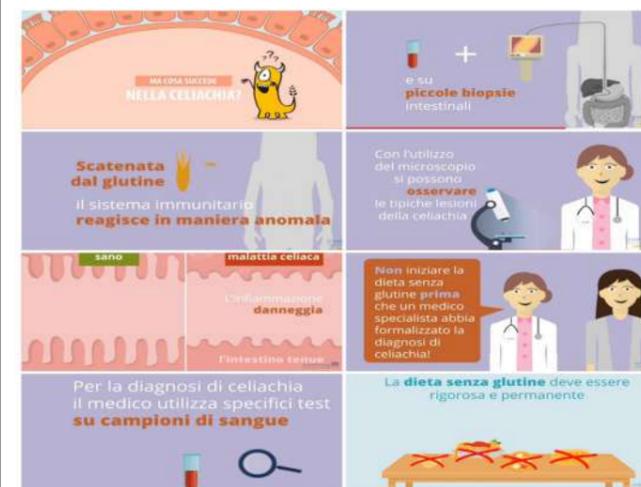
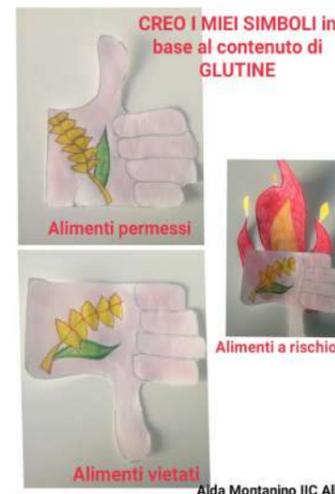
**I GRANI ANTICHI COME IL FARRO E IL KAMUT SONO ADATTI AI CELIACI?** Vero o Falso?  
**Falso**, perché contengono glutine anch'essi.

**LA CELIACHIA È IN AUMENTO VERTIGINOSO?** Vero o Falso?  
**Vero**, negli ultimi dieci anni c'è stato un aumento importante della celiachia nella popolazione causato, non solo dalla maggior conoscenza dei medici che prescrivono più frequentemente gli esami per la celiachia ma anche perché c'è un aumento della patologia.

**UNA DONNA CELIACA PUÒ AVERE BAMBINI?** Vero o Falso?  
**Vero**, non ci sono controindicazioni in merito, né sulla gravidanza né sull'allattamento.

**DOVE POSSO TROVARE L'ELENCO DEGLI ALIMENTI SENZA GLUTINE?**  
 L'associazione italiana celiachia pubblica ogni anno l'elenco dei prodotti che non contengono glutine. Si tratta di una pubblicazione che per i soci viene periodicamente aggiornata.

Aida Montanino, Elisa Leonardi II C Alb



## Allergie e intolleranze alimentari



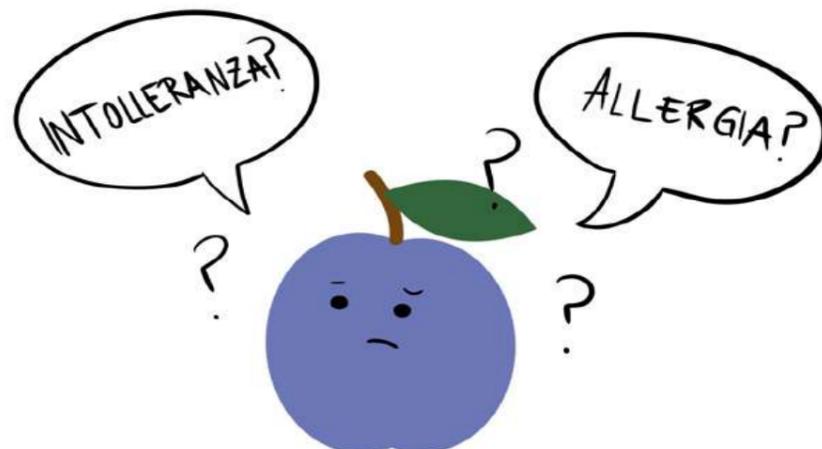
## ALLERGIE O INTOLLERANZE ALIMENTARI?

### •ALLERGIE

Reazioni avverse al cibo che coinvolgono il sistema immunitario  
Si manifestano da pochi minuti a due ore dall'assunzione dell'alimento  
Non sono dose-dipendenti

### •INTOLLERANZE

Reazioni avverse al cibo che coinvolgono solo il metabolismo: cattivo funzionamento dei processi digestivi  
Reazione più lenta e caratterizzata da sintomi inizialmente sfumati che rendono difficile la diagnosi  
Sono dose-dipendenti (eccetto il glutine)



## GIORNATA NAZIONALE DI PREVENZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

5 febbraio 2021

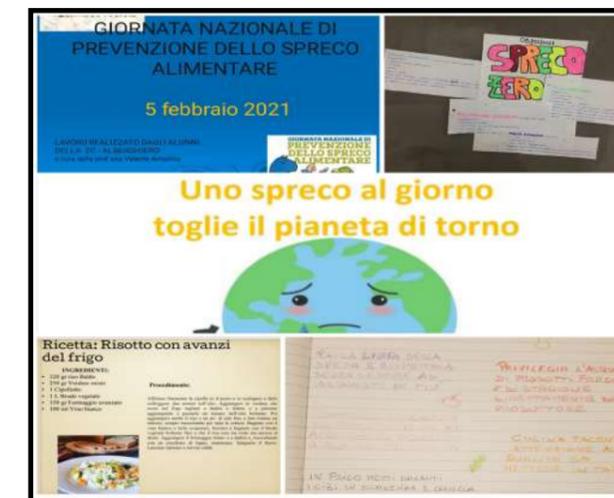
Obiettivo: arrivare tutti assieme "MONDO" al 2030 (obiettivi dell'Agenda ONU per lo sviluppo sostenibile) e dimezzare lo spreco alimentare a livello globale.

Cibo e salute sono un binomio di primaria attenzione. In questa giornata, la professoressa di Scienza degli alimenti, ci ha ricordato che l'alimentazione salutare e sostenibile ha un impatto positivo per noi e per tutti. Prevenire e ridurre gli sprechi e i rifiuti significa davvero avere cura concretamente degli abitanti del pianeta così come prestare attenzione alla stagionalità dei cibi, ai metodi di coltivazione e allevamento, ai prodotti locali, ai metodi di cottura più salutari e idonei alla prevenzione dello spreco!

Qui di seguito riportiamo le foto dei nostri interessanti lavori (classi IIA, II C e IB, indirizzo Alberghiero).

**SE NON MI VUOI MANGIARE NON MI COMPRARE, ALTRIMENTI MI DEVI BUTTARE!**

Lorenzo Trigone IB Alb.



**NON SI BUTTA VIA NIENTE!  
OFFRIRE IL CIBO AVANZATO PROVENIENTE DALLA GRANDE DISTRIBUZIONE AI MENO ABBIENTI**

Marianna Montebello, Julio Enrique Carreno IIA Alb.



**SE E' ANCORA BUONO NON LO BUTTARE...  
IMPARA A REINVENTARE**

Alessandro Di Biase IIA Alb.



# L'ACQUA E L'UOMO

L'acqua è vitale per l'uomo e per tutti gli esseri viventi. La sua importanza nel corpo umano è dovuta al fatto che l'uomo si compone al 75% di acqua. Ha quindi bisogno di bere almeno 1,5 litri di acqua al giorno per assicurarsi un adeguato introito di liquidi e mantenere così l'equilibrio idrico tra entrate e uscite, evitando la disidratazione che, quando spinta, può portare alla morte.

L'acqua è inoltre un nutriente, un'ottima fonte di minerali essenziali per assicurare il giusto funzionamento dell'organismo umano: dal cervello ai muscoli, dai polmoni alla pelle, dalla testa ai piedi ogni cellula del nostro corpo ha bisogno di acqua.

Classe I B Alb.

**L'acqua è preziosa**  
Bastano alcune semplici attenzioni di ogni giorno per risparmiare.

**In cucina si può**

- lavare i piatti o le verdure riempiendo un contenitore con acqua corrente solo per il risciacquo
- chiudere i rubinetti ed effettuare una lettura del contatore dopo una notte per evidenziare eventuali perdite
- usare lavatrice e lavastoviglie a pieno carico
- lasciare temperature da risparmiare fino a 11.000 all'anno.

**LA MIA SORGENTE DI VITA: L'ACQUA. LIMPIDA E SETOSA. UTILE E PREZIOSA.**

**WORLDWATERDAY**

**PUNTO DI NON RITORNO**

**L'acqua è indispensabile**  
quasi non va spezzata

**LA MIA SORGENTE DI VITA: L'ACQUA. LIMPIDA E SETOSA. UTILE E PREZIOSA.**

**PUNTO DI NON RITORNO**

**CONSUMIAMO MOLTA ACQUA:**  
Stile di vita: Piscine, vacanze, idromassaggio, lavaggio auto, irrigazione giardini e campi sportivi con acqua potabile.

**LA MIA SORGENTE DI VITA: L'ACQUA. LIMPIDA E SETOSA. UTILE E PREZIOSA.**

**COME RISPARMIARNE UN PO?**

**"Anche una goccia d'acqua ha la capacità di amare quando cade su di un filo d'erba ingiallito e lo disseta."**

**CHE COSA SIGNIFICA L'ACQUA PER TE?**

**L'ACQUA È VITA, È IL NOSTRO ELEMENTO ESSENZIALE PER LA VITA. È UN DONO DEL CIELO CHE CI DEDICA IL SUO AMORE.**

**L'ACQUA È VITA, È IL NOSTRO ELEMENTO ESSENZIALE PER LA VITA. È UN DONO DEL CIELO CHE CI DEDICA IL SUO AMORE.**

**L'ACQUA È DI TUTTI**

**CARTA EUROPEA DELL'ACQUA**  
Promulgata il 6 maggio 1990 a Strasburgo dal Consiglio d'Europa e approvata successivamente dal Parlamento Europeo dai maggiori rappresentanti delle comunità di 14 paesi che si sono incontrati in un'aula del Parlamento che ospita i lavori del Consiglio d'Europa.

- Non c'è vita senza acqua. L'acqua è un bene prezioso, indispensabile e non è rinnovabile.
- La disponibilità di acqua dolce non è distribuita equamente in modo geografico, culturale e socioeconomico.
- Mantenere la qualità dell'acqua significa migliorare la vita.

**ABBIAMO UN SOLO PIANETA. UNA SOLA ACQUA. UNA SOLA SALUTE.**

**GIORNATA MONDIALE SULL'ACQUA**

**L'ACQUA È L'UOMO**

**L'ACQUA, ELEMENTO INDISPENSIBILE PER LA VITA DELL'UOMO**

**L'ACQUA È CEMENTO INDISPENSIBILE PER LA VITA DELL'UOMO.**

**ENTRA NEL NOSTRO CORPO CON LA DIETA.**

**È FONTE DI AMMORTIZZAMENTO DEGLI ORGANI PIÙ DEBOLI.**

**È RISERVA PRINCIPALE NUTRITIVA ASSORBITA IN TUTTE LE CELLULE.**

**ACCoglie ED ELIMINA SOSTANZE DI RIFIUTO.**

**TAMARA DI BIASIO 1° B**

**ACQUA È LA MATRICE DELLA VITA. MATRICE, MADRE E MEZZO. NON ESISTE VITA SENZA ACQUA.**

# Les différents types de pollution

**LA POLLUTION:** ils en existent de nombreuses formes et c'est le résultat des choix des hommes.

**POLLUTION DE L'AIR:** elle est causée par les gaz et particules rejetés dans l'atmosphère par les voitures, les industries et des phénomènes naturels. Elle cause des problèmes au cœur et aux poumons.

**POLLUTION DU SOL:** elle provient d'industries qui ne prennent pas de précautions pour éviter les fuites de déchets, l'agriculture provoque également la pollution des sols.

**POLLUTION DE L'EAU:** elle est liée à la pollution des sols, car elle transporte des particules et des substances toxiques de la terre vers les mers et océans.

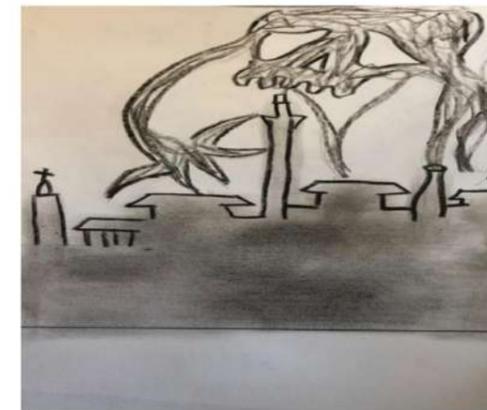
**POLLUTION RADIOACTIVE:** elle est causée par les industries qui produisent de l'électricité produite par les centrales nucléaires, les déchets radioactifs sont très nocifs pour les êtres vivants.

**POLLUTION SONORE:** elle est moins nocive que les précédentes, mais provoque des problèmes d'audition et même de la dépression.



**POLLUTION OLFACTIVE:** c'est désagréable et on pense aux odeurs émanant des raffineries, des stations d'épuration et des fermes.

**POLLUTION LUMINEUSE:** elle se présente comme une nuit anormale, une veilleuse ennuyeuse.



Federica Calao, Giada Casula, Chiara Colella, Giada Zegarelli, Mariapia Stirpe, III L SSS

# Les énergies renouvelables

Les énergies renouvelables sont des énergies primaires inépuisables à très long terme. Les principales énergies renouvelables sont:

**L'hydroélectricité:** récupérer la force motrice des cours d'eau, des chutes, voire des marées.

**Une éolienne:** permet de convertir l'énergie cinétique du vent en énergie mécanique.

**La biomasse:** permet de produire de l'électricité, de la chaleur via la combustion de déchets et de résidus de matières organiques végétales ou animales.

**L'énergie solaire:** transforme le rayonnement solaire en électricité.

**La géothermie:** permet de récupérer la chaleur contenue dans le sous-sol ou dans les nappes d'eau souterraine.

**Les énergies renouvelables en mer:** désignent l'ensemble des technologies qui permettent de produire de l'énergie, notamment de l'électricité, à partir des différentes ressources du milieu marin.

Melissa Salera, Chiara Aversa, Roberta Baris, III L SSS

"Nous vivons comme des vagues d'énergie dans le vaste océan d'énergie"



# A LEZIONE CON FEDERICO



Il piacere nel mondo dell'enogastronomia continua, il giorno martedì 12 gennaio, direttamente da BarItalia, noi alunni, abbiamo avuto l'opportunità e il piacere di poter ascoltare un giovane barman, Federico Manzi, attraverso un collegamento meet. Le tematiche trattate sono state molte, ma quella che ci ha incuriosito di più, è stata la preparazione di un cocktail, il Whiskey Sour, che conosciamo un po' tutti e che può sembrare davvero complicato, ma grazie alla professionalità di Federico è stato più semplice capirne la realizzazione. Andando avanti, durante la lezione, oltre la presentazione di alcuni liquori e distillati, abbiamo vissuto attraverso il suo racconto, un tratto della sua vita, iniziato dall'istituto alberghiero di Varese da lui frequentato, fino ad arrivare primo vincitore di BarItalia nel 2019, con tanta gioia e voglia di fare. È stato un momento di incontro per parlare delle nostre aspirazioni ma soprattutto dei nostri sogni futuri. Perché come dice Jim Morrison: "I sogni sono come le stelle, basta alzare gli occhi e sono sempre là!"

Giulia Bianchi IV A, Gerardo Papa V A



# Voglia di APERITIVO

## HAPPY HOUR

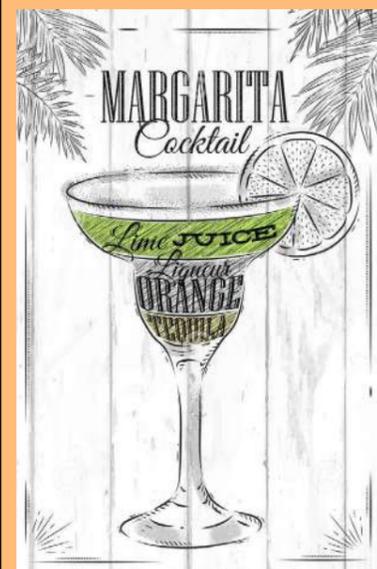
Vorrei presentarvi due cocktails realizzati durante una delle nostre lezioni in laboratorio, infatti dopo tante ore di Sala in Didattica a Distanza, finalmente siamo ritornati ai nostri amati laboratori. Il professor Pirolli ha ripreso, dunque a spiegare come preparare i cocktails alcolici. Anche se non li possiamo assaggiare, ne sentiamo i profumi, ammiriamo i colori, impariamo ad allestire le preparazioni scegliendo il bicchiere adatto e le decorazioni più appropriate.



### Tequila Sunrise

- 4,5 cl Tequila
- 9,0 cl Succo d'arancia
- 1,5 cl Granatina
- Build up, highball.

Versare il succo d'arancia fresco e tequila direttamente nel bicchiere highball con ghiaccio. Aggiungere uno splash di sciroppo di Granatina per creare l'effetto cromatico (sunrise) senza miscelare e decorare con fetta d'arancia e ciliegina.



### MARGARITA

- 3,5 cl Tequila
- 2,0 cl Cointreau
- 1,5 cl Succo di limone o di lime
- Shaker, Margharita glass.

Versare tutti gli ingredienti nello shaker con ghiaccio, agitare bene e filtrare nel bicchiere ben freddo precedentemente bordato col sale.

Servire.

Giustina Del Piano IV A Alb

# I danni dell'alcol nei giovani

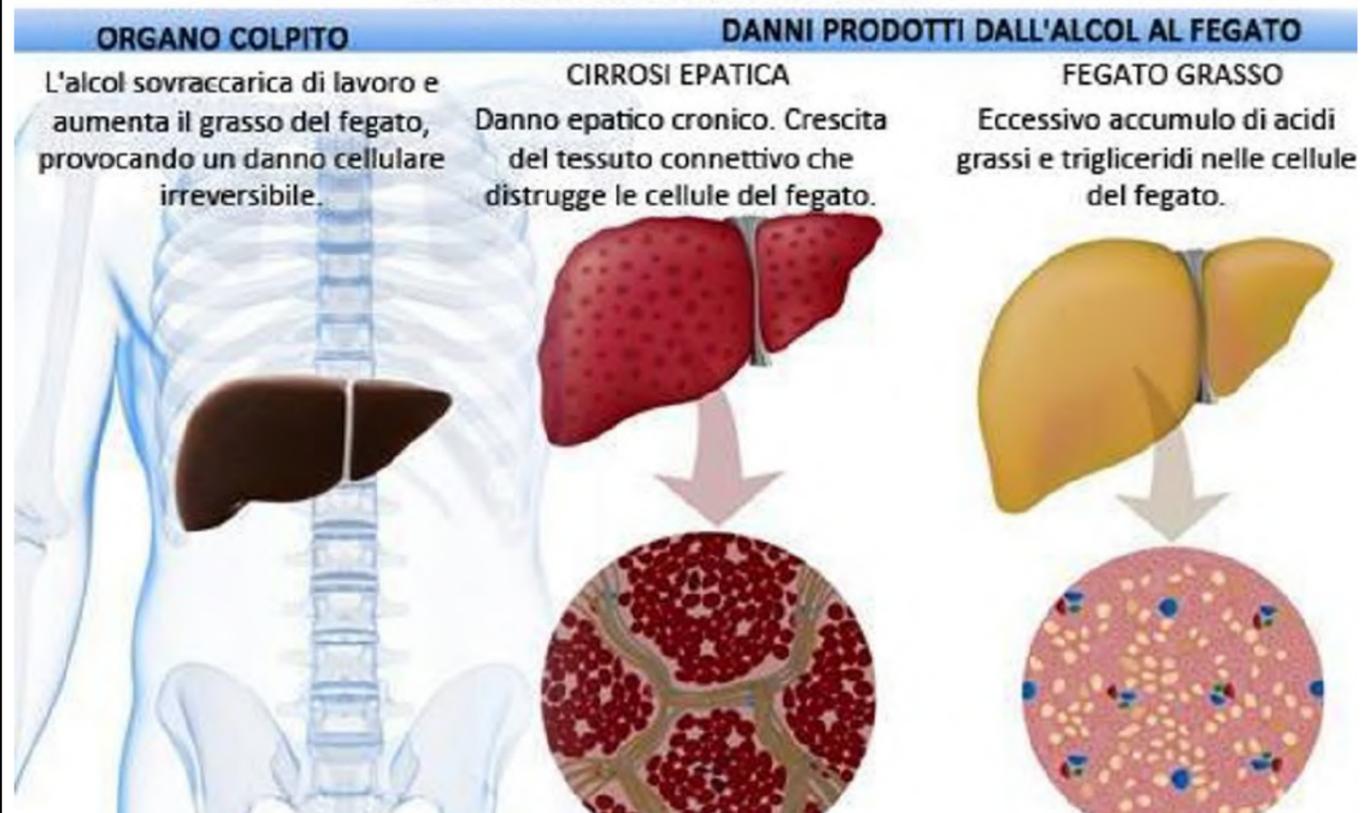
I danni dell'eccessivo consumo di alcol possono riguardare il pancreas, il fegato e il tubo digerente, altri danni sono anche a carico del sistema nervoso periferico. Molto spesso vediamo ragazzi che sviluppano disturbi come ansia o depressione. L'effetto disinibente dell'alcol può inoltre portare a disturbi della condotta e, di conseguenza, i ragazzi possono diventare aggressivi, violenti e non valutare le conseguenze delle loro azioni. Purtroppo sappiamo anche quanti ragazzi siano coinvolti in incidenti stradali.

E per la prevenzione?

Per far fronte a questo problema è importante prevenire il consumo e l'abuso dell'alcol, parlando ai giovani dei pericoli legati all'alcol e ad altre sostanze dannose e spiegando loro le conseguenze a cui vanno in contro. E' necessario intervenire subito, perché i recenti studi ci dicono che ragazzi sempre più giovani iniziano a bere alcolici. Certo ci vogliono gli strumenti e le parole giuste. Ma i giovani devono essere informati dei danni relativi al consumo eccessivo di alcol, infatti la prevenzione è fondamentale.

Asia Malafronte IV A Alb

## I DANNI CAUSATI DAL TROPPO ALCOL



# LA TARTE TATIN

Con la nostra professoressa di francese, Annalisa Monaco, abbiamo realizzato una ricerca riguardante le ricette tipiche della Francia. La Tarte Tatin ci è sembrato il dolce più rappresentativo della nazione, sia per gli ingredienti utilizzati che per la sua storia.

## TARTE TATIN

La TARTE TATIN est un délicieux gâteau très connu en France.

### Ingrédients

- Pâte brisée
- 100 g de sucre
- 50 g de beurre
- 1 kg de pommes

### Préparation

Mettre le beurre en dés dans une casserole, puis ajouter le sucre et laisser cuire à feu doux pendant 5 m

Déposer le caramel sur le fond d'un moule

Éplucher les pommes, les couper en tranches et les disposer dans le moule

Recouvrir les pommes avec la pâte brisée

Cuire au four 25 m à 180° C

Une fois sortie du four, prendre une assiette et renverser la tarte.

Elle peut être accompagnée d'une boule de glace vanille ou de crème chantilly.

## CURIOSITÉS

Selon la légende les sœurs Tatin, propriétaires d'un restaurant auraient inventé cette tarte accidentellement à la fin du XIXe siècle. Un jour d'affluence, une des sœurs aurait oublié de mettre la pâte sur les pommes et elle l'aurait ajoutée par dessus au cours de la cuisson.

Selon une autre légende l'une des sœurs aurait fait tomber la tarte aux pommes et après elle l'aurait ramassée en la remettant à l'envers dans un moule.

Les légendes sont multiples mais en réalité cette tarte existait depuis longtemps et elle a été popularisée par les sœurs Tatin.

La recette a été ensuite déclinée avec beaucoup de fruits et la pâte feuilletée remplace parfois la pâte brisée. Ce dessert est devenu monument national: il figure au Patrimoine culinaire de la France.

Silvia Drago, Giulia Bianchi, Miriam Viscovo classe IV A Alb



## LA CUCINA REGIONALE

Durante il terzo anno dell'indirizzo di enogastronomia dell'alberghiero, trattiamo la cucina regionale italiana. Le ricette italiane sono talmente numerose e spesso diverse da regione a regione! Un menù che ci ha fatto preparare il professor Massimo Cataldi che mi è piaciuto particolarmente è quello della regione Abruzzo.

### Menù tipico della regione Abruzzo

- Pizzonta
- Spaghetti alla chitarra con ragù di agnello
- Agnello alla neretese
- Ciambotta
- Pizza dolce all'alchermes e rum
- Ferratelle

La materia prima utilizzata in questo menù è l'agnello, abbiamo usato anche utensili di cui personalmente non conoscevo nemmeno l'esistenza, uno dei tanti è stato il ferro (sì, si chiama così) che ho imparato ad usare ed è stato molto semplice, che serve per fare le Ferratelle. L'altro attrezzo tipico che non conoscevo è la chitarra per tagliare gli spaghetti.

Questo tipo di cucina è raffinata ma allo stesso tempo facile da mettere in opera ed ha anche un costo medio nel senso che gli ingredienti hanno dei costi non molto alti poiché si tratta di una cucina di origine contadina. La ricetta che mi è piaciuta di più è quella della Pizzonta, perciò vorrei farla conoscere a tutti.

### PIZZONTA

Ingredienti:

- 500 gr di Farina 0
- 1 gr di Lievito di birra
- 375 gr di acqua
- 1 cucchiaio di Olio evo
- Olio di arachidi o strutto per friggere



### PROCEDIMENTO

Ponete la farina e il lievito nella planetaria o in una ciotola, se impastate a mano.

Versate l'acqua tiepida a filo e una volta incorporata tutta la farina, aggiungete il sale.

Quando avrete ottenuto un impasto liscio, morbido ed elastico aggiungete l'olio evo, continuate a lavorare per qualche minuto, fino ad ottenere un impasto liscio e perfettamente elastico, spostatelo in una ciotola e copritelo con pellicola trasparente.

- Fate lievitare l'impasto per 10/12 ore circa o comunque fino a raddoppio di volume.

Ribaltate l'impasto sul piano da lavoro, tagliate in pezzi da 50 grammi circa con l'aiuto di un tarocco, poi preparate delle palline.

- Poggiate le palline ottenute su una tovaglia, copritele, fate lievitare per altre 2/3 ore circa, o comunque sempre fino a raddoppiare di volume (i tempi possono variare in base alla temperatura ambientale).

• Versate l'olio o lo strutto in una padella capiente, scaldatelo, prendete una pallina di impasto, allargatela con le dita, una volta che risulterà sottile versatela nell'olio caldo, questa inizierà a gonfiarsi formando tante bolle, quando è dorata giratela e fatela dorare anche dalla parte opposta.

- Scolatela e adagiatela su carta assorbente, continuate allo stesso modo con le altre palline.

• A questo punto potrete decidere se servirle con un po' di sale, o con lo zucchero.

\*Variante (condita con pomodoro, caciocavallo e basilico è simile alla montana napoletana).

Elisa Della Guardia III D Alb

## Menù regionale del Lazio

Durante le lezioni di cucina regionale a distanza il professor Antonio Pinchera ci parlò dei piatti della Campania, del Lazio, del Molise, dell'Umbria per poi realizzarli praticamente nelle ore di laboratorio in presenza. Fra i piatti che abbiamo preparato riguardanti il Lazio ci sono: tagliolini cacio e pepe, spaghetti alla Matriciana, tagliolini alla Carbonara, maltagliati con ceci alla romana, petto di pollo alla romana, carciofi alla romana, carciofi alla giudia, carciofi in pastella e, poiché eravamo nel periodo pasquale, Canascioni.

Mascia Forte, Daniel Picano IIIC Alb

### I CANASCIONI

La ricetta che vorremmo farvi conoscere è quella dei Canascioni (o Calascioni o Ganascioni) che si presenta come una torta salata rustica, o come dei calzoni. La pasta è simile a quella della pizza, farcita con un ripieno di uova, salumi, formaggi e verdure.

È un prodotto della tradizione gastronomica contadina, tipica del periodo pasquale, diffusa soprattutto nel Lazio meridionale.

Il canascione era un piatto di recupero, cioè uno di quei piatti che venivano preparati con gli "avanzi"; sembra, infatti, che le sue origini risalgano alla tradizione contadina del dopoguerra, quando la povertà imponeva di ridurre al minimo gli sprechi.

Con gli anni e con il miglioramento delle condizioni economiche si è confermato come piatto tipico della tradizione culinaria; ad oggi è ritenuto un piatto apprezzato anche dai palati più raffinati.

La ricetta è soggetta a numerose varianti regionali per quanto riguarda la farcitura, come il calascione dolce, altre per il luogo di origine: per esempio i calascioni ciociari, i calascioni sorani, il calascione pontecorvese, mentre gli ingredienti per la pasta sono identici in ogni luogo.

Mascia Forte, Gianmaria Tosco III C Alb



## IL VALORE SIMBOLICO DEGLI ALIMENTI NELLE RELIGIONI

Il cibo non è solo un elemento naturale e materiale, ma viene considerato un dono e, quindi, l'atto di alimentarsi diventa un atto sacro.

### IL CIBO NELLE FESTIVITÀ RELIGIOSE EBRAICHE

**PESACH:** corrisponde alla Pasqua ebraica e durante questa festività gli Ebrei si astengono dal consumare pane lievitato, sostituendolo con il pane azzimo. Altri alimenti tipici sono le erbe amare, le uova sode e l'agnello. Il dolce tradizionale è la torta alle mandorle.



**SHABBAT:** è il giorno consacrato al riposo, alla celebrazione e alla preghiera. I cibi tradizionali sono la treccia dolce di pane lucido, i cibi stufati a fuoco lento, la carpa ripiena e le paste ripiene.

**PURIM:** è la festività che ricorda il mancato sterminio degli Ebrei. E' una festa gioiosa in cui ci si maschera, si fanno scherzi e pasti abbondanti. Si festeggia con scambi di doni e regali, si mangiano le "tasche" di Aman, ovvero frittelle dolci ripiene.



**YOM KIPPUR:** è il "giorno dell'espiazione" dei peccati commessi nel corso dell'anno e si celebra pregando e praticando il digiuno totale.

**ROSH-HA SHANÀ:** è il capodanno ebraico, in segno di buono augurio, si usa intingere una fetta di mela nel miele, pregando il signore di rinnovare un anno buono e dolce.



Anita Porcelli V B Alb.



### IL CIBO NELL'ISLAM

Secondo la pratica islamica, il Ramadan (detto anche digiuno) è il mese in cui si pratica il digiuno, in commemorazione della prima rivelazione del Corano a Maometto. Nel corso di questa ricorrenza annuale, considerata uno dei Cinque Pilastri dell'Islam, i musulmani debbono astenersi dal bere, dal mangiare, dal fumare e dal praticare attività sessuali. Al termine, viene celebrato lo "Id al-fitr" o "festa dell'interruzione del digiuno", detta anche "festa piccola". Dato che, il calendario islamico è composto da 354 o 355 giorni (10 o 11 giorni in meno dell'anno solare), il mese di Ramadan ogni anno cade in un momento differente dell'anno solare, quindi, man mano retrocede, fino a cadere in una stagione diversa. Il Corano indica di seguire alla lettera diverse regole e divieti come:

la preghiera in notturna il "Taraweeh": durante il Ramadan, ogni musulmano deve recarsi, ogni giorno, lasciando le sue abituali faccende quotidiane a pregare in moschea. In questo periodo, oltre alle consuete cinque preghiere giornaliere si deve recitare una preghiera speciale, il Taraweeh, la preghiera notturna;

Il digiuno è il primo divieto, inizia prima dell'alba e termina dopo il tramonto. Non bisogna mangiare o bere nulla nelle ore di luce. Sono esentati dal digiuno: i bambini, i malati, le donne incinte. Tra gli altri divieti ci sono: astenersi dall'aver rapporti sessuali, mentire, fumare, usare un linguaggio scurrile e fare la guerra;

Cosa succede se non si rispetta il digiuno? Se una persona non è in grado di digiunare può decidere di recuperare i digiuni durante l'anno, prima dell'arrivo del successivo Ramadan, o dare un pasto a un povero per ogni giorno di digiuno che salta.

Come viene recitato il Corano nelle preghiere collettive? Il Corano è diviso in 30 parti uguali chiamate juz', e molti fedeli ne leggono una al giorno durante il Ramadan, periodo in cui bisogna essere più devoti, facendo beneficenza e passando molto tempo a leggere il Corano e a meditare.

Cosa mangiare al termine del digiuno? Dopo aver recitato una brevissima preghiera, si è soliti mangiare datteri o bere acqua per aprire il digiuno, come faceva il profeta Maometto. Segue, poi, un pasto abbondante da consumare durante le ore notturne.

Cosa si fa alla fine del Ramadan? Alla conclusione del mese sacro, il Ramadan, viene indetta una festa chiamata Eid ul Fitr, durante la quale i musulmani partecipano alle processioni, si scambiano regali augurandosi Eid mubarak, ovvero "buon Eid", e la maggior parte dei fedeli fa delle donazioni per i poveri.

Cosa succede se non si rispetta qualche regola? Se qualcuno di propria volontà, contravviene a qualche regola, ha l'obbligo di atti di carità verso i bisognosi, o continuare l'astinenza dai divieti carnali dall'alba al tramonto per altri 60 giorni dopo il Ramadan.

Alba Çaka Vb Alb.

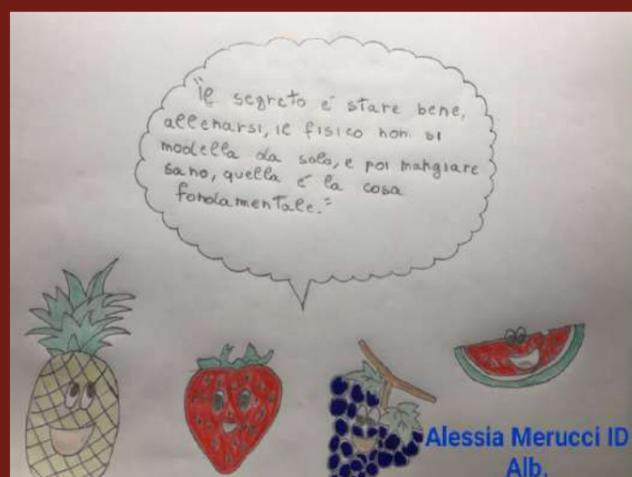
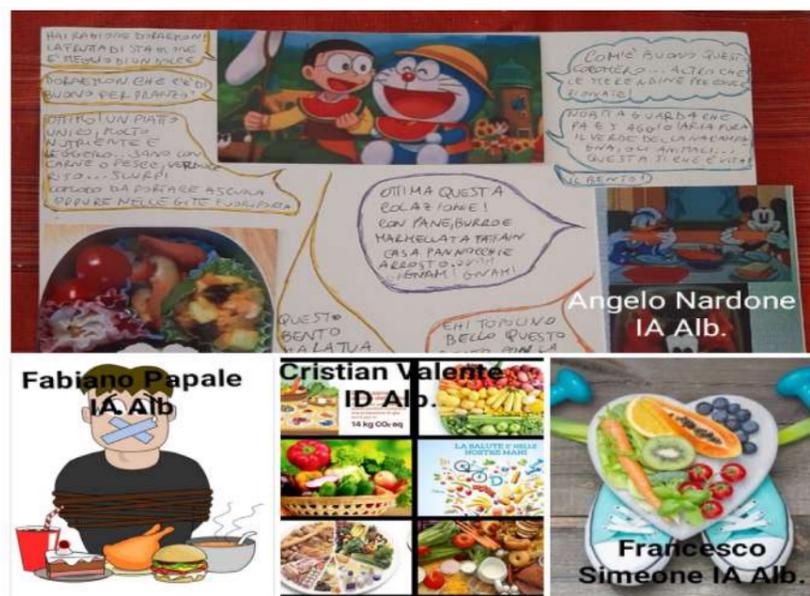
# IL RITRATTO DELLA SALUTE

In una lezione trasversale di Educazione Civica, tenuta dalla nostra professoressa Annalisa Valente, di Scienze degli alimenti, sul tema della Cittadinanza e sostenibilità, abbiamo discusso ampiamente sul concetto dello "stare bene". Le idee e i concetti sviluppati li abbiamo rappresentati, in un collage di immagini e di disegni. Per "stare bene" in salute, infatti, è necessario alimentarsi in modo adeguato. Ciascuno deve mangiare cibi in grado di fornire le sostanze necessarie, in base alla sua età e al suo stile di vita.

Tra le regole, per una sana alimentazione, non può mancare il consumo giornaliero di frutta e verdura di colori e di stagione diverse, perché oltre alle fibre, contengono nutrienti importanti per il nostro organismo, come: sali minerali, vitamine e antiossidanti che aiutano il nostro organismo a mantenersi in salute.

Avete mai fatto caso a quanto siano versatili frutta e verdura? Per esempio, pomodorini, carote, finocchi, possono diventare un ottimo snack, mentre un'arancia o una pera tagliata a piccoli pezzi possono rendere più gustosa un'insalata.

CLASSI IA, ID Alb.



# IL DIABETE

#TELOSPIEGO

CHE COS'E' IL DIABETE E COME FUNZIONA?

Il diabete è l'incapacità di mantenere stabile il livello di zucchero nel sangue (glicemia). A svolgere questa funzione, in una persona sana, è il pancreas che tramite la produzione di un ormone specifico, l'insulina, mantiene stabile il livello di zucchero nel sangue. Quando, però, il pancreas non è più in grado di svolgere correttamente questa funzione si è affetti da diabete.

QUANTI TIPI DI DIABETE ESISTONO?

Il diabete di tipo 1 detto anche insulino-dipendente: il pancreas smette completamente di produrre insulina.

Il diabete di tipo 2: il pancreas non produce abbastanza insulina.

Chi soffre di diabete dovrà tenere sotto controllo la propria glicemia e a seconda dei casi, abbassarla tramite iniezioni di insulina e fare attività fisica, oppure alzarla, mangiando la giusta quantità di carboidrati (zuccheri). Una glicemia troppo alta (iperglicemia) produce effetti negativi, a lungo termine, che possono portare a complicazioni oculari, cardiovascolari, renali o al sistema nervoso periferico.

Una glicemia troppo bassa (ipoglicemia) causa subito malessere e nei casi più gravi può portare al coma.



QUALI SONO LE CAUSE DEL DIABETE?

- predisposizione genetica
- fattori ambientali (infezioni, forte stress, problemi al metabolismo)
- stile di vita poco salutare (obesità, scarsa attività fisica)



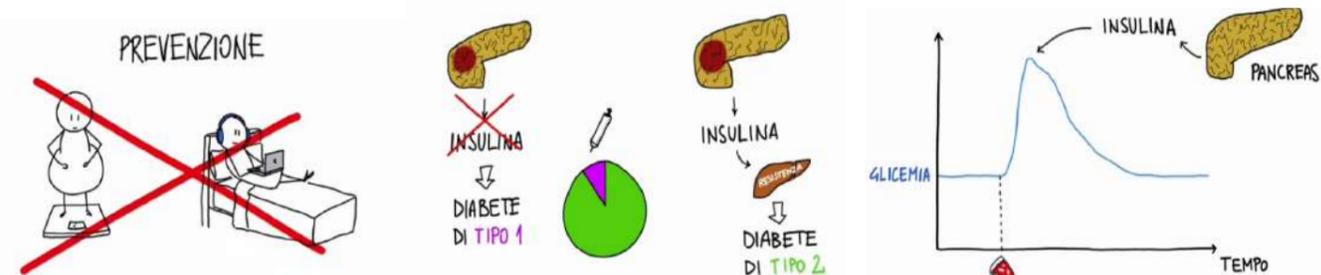
QUALI SONO I SINTOMI DEL DIABETE?

Debolezza, sonnolenza, bisogno di bere e di urinare. Basta fare un esame del sangue per capire se la glicemia è sotto controllo e verificare se si è affetti da diabete.

COME CURARSI?

Combattere il diabete significa prevenirlo, scegliendo un'alimentazione sana e misurata e una vita attiva!

Martina Cinquegrana, Anita Porcelli V B Alb.



# La storia della moda

Parte importante della formazione e del lavoro riguardanti l'indirizzo Made in Italy è la conoscenza della storia della moda. Fondamentale per noi è analizzare gli eventi e i protagonisti che ne hanno segnato i decenni, influenzando stili e tendenze. La moda attinge dal repertorio degli elementi stilistici del passato per riproporre sulle passerelle le novità, filtrandole, attraverso una sensibilità moderna. La progettazione comporta la ricerca e, se questa è significativa, il prodotto finale avrà un valore aggiunto.

Lo studio della moda e del costume del Novecento è stata per noi una vera scoperta. Stilisti visionari, idee rivoluzionarie, proposte scandalose, coraggiose e allo stesso tempo innovative che accompagnano e segnano profondamente il cambiamento della figura della donna del Novecento.

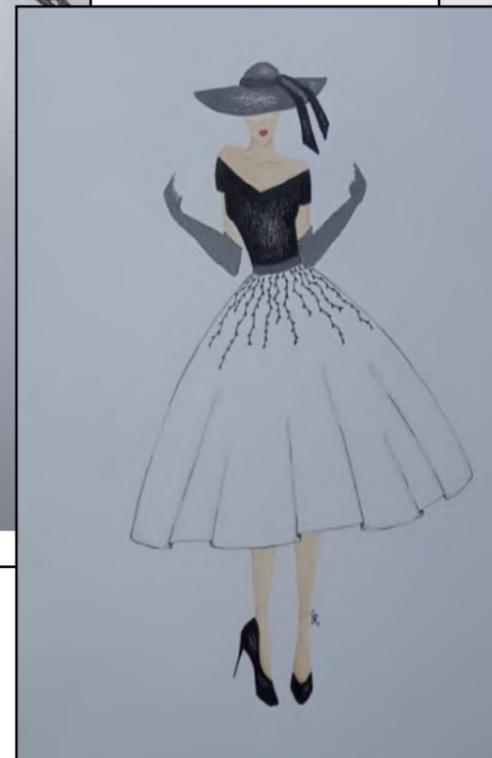
In questo numero del giornalino, noi ragazze del V PTS, vi proponiamo alcuni modelli ispirati alla moda della prima metà del secolo scorso. Abbiamo voluto rappresentare lo sviluppo della moda, partendo dalla nascita del glamour negli anni '20, l'eleganza degli anni '30 e l'inventiva dei primi anni '40, fino alla pluralità delle proposte degli anni '50.

Una ricerca doverosa ma ricca di sorprese, che ci ha fatto comprendere l'importanza di conoscere e riconoscere per progettare prodotti moda dal design innovativo e dal grande significato culturale.

Alunne del V PTS



V N Made in Italy



V N Made in Italy

# Il figurino step by step

Quando si guarda un figurino d'immagine, i non esperti non riescono a cogliere il lungo lavoro che linee e colori ben armonizzati nascondono.

L'acquisizione di un corretto metodo di realizzazione di un figurino, richiede un percorso guidato per passaggi successivi. Con l'aiuto di una griglia modulare realizziamo i primi esercizi con lo schema a filo, con una particolare attenzione alle proporzioni e alle simmetrie, elementi fondamentali per la costruzione di una figura. Successivamente, passiamo all'analisi e allo studio delle articolazioni e dei volumi realizzando, alla fine, dei manichini che sintetizzano la figura umana.

Per rappresentare una figura in movimento nello spazio dobbiamo conoscere la struttura del corpo umano, le proporzioni e il bilanciamento del peso per mantenere il baricentro. Alla base, infatti, di un buon figurino di moda c'è un lungo lavoro di osservazione ed esercitazione grafica che, ci permette di passare dalla posa statica a quella dinamica. Solo a questo punto, dopo tante "mine consumate", passiamo al figurino d'immagine che, si caratterizza per il segno grafico, differente da stu-

dente a studente assumendo, una sua espressività secondo il gusto e la creatività di ognuno di noi.

Un lavoro lungo ma affascinante, ricco di gratificazioni, un personale percorso di stilizzazione dell'immagine moda che cresce insieme a noi, in costante evoluzione in ogni nuovo disegno.

Natalia Marinelli 4N



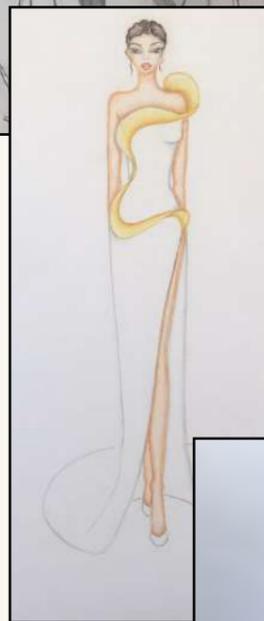
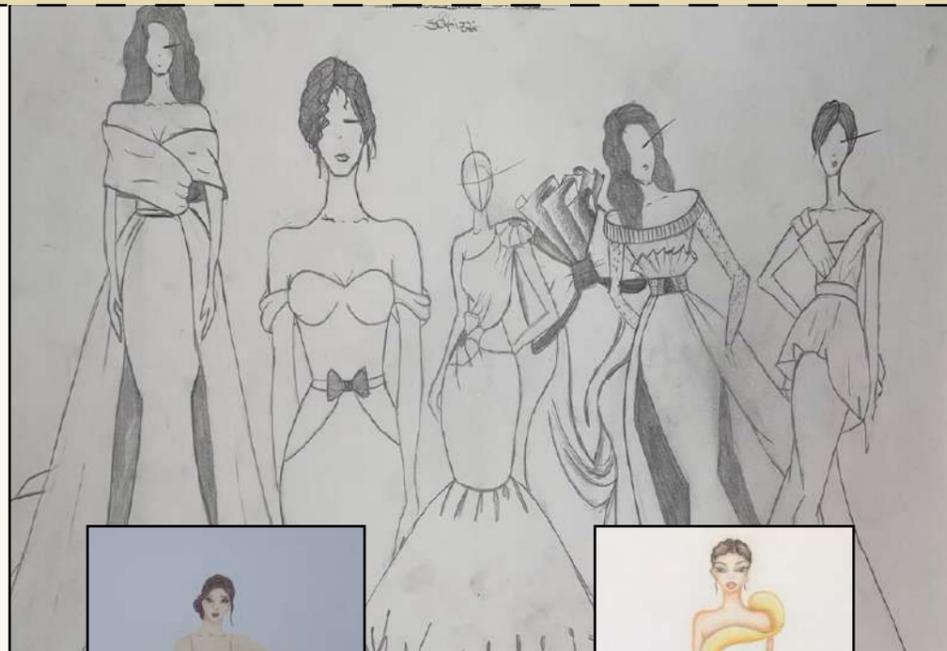
III - IV N Made in Italy

## STUDI ANATOMICI "IL VOLTO" - MADE IN ITALY



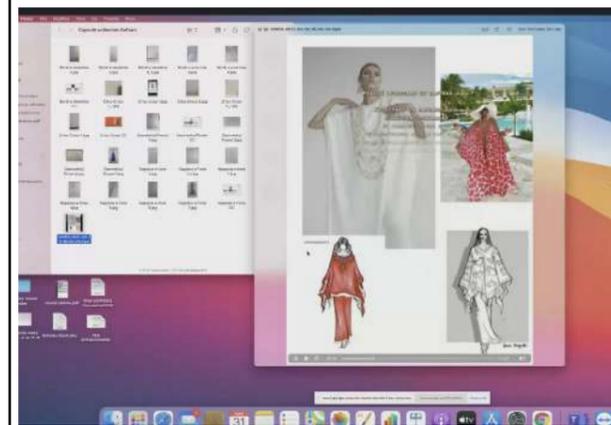
III - IV N Made in Italy

# Progetto: THE WEDDING DRESS



V N Made in Italy

## LE ALUNNE DEL MADE IN ITALY CON LA STILISTA LISA TIBALDI



La partecipazione al progetto con la stilista e designer romana, Lisa Tibaldi Grassi, è stata un'esperienza entusiasmante e una grande opportunità, per noi studentesse dell'istituto San Benedetto, indirizzo Made in Italy.

La Stilista che abbiamo conosciuto durante vari incontri, in anni diversi, ha ricoperto il ruolo di Creative Director, in aziende italiane e spagnole, e ha ideato e coordinato diverse collezioni lavorando, con team internazionali.

Nonostante la sua grande esperienza, la stilista Lisa Tibaldi ha scelto di tornare nella sua terra d'origine dove, lavora nell'Atelier di Santi Cosma e Damiano realizzando, abiti sartoriali d'Alta Moda e Sposa.

Dal 2015 è stata impegnata nel progetto "Trama Aurunca... Emozioni e Creatività di un Territorio" che l'ha vista ideatrice e protagonista, in collaborazione con l'Ente Parco Naturale dei Monti Aurunci, di una mostra itinerante dedicata alla "Stramma" (termine dialettale che indica una pianta spontanea locale, anticamente usata per cesteria), alla sua lavorazione tradizionale e, soprattutto, alla sua rivalutazione, in chiave moderna dal

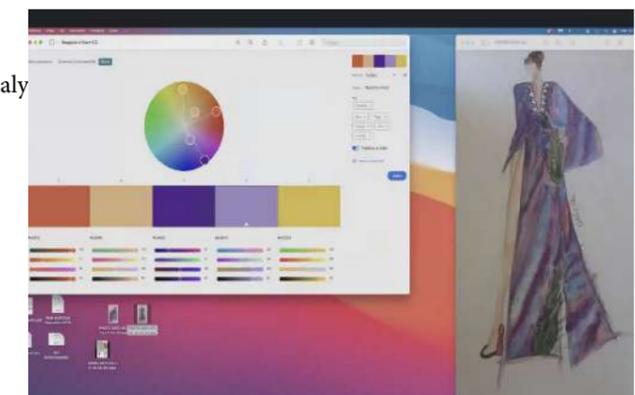
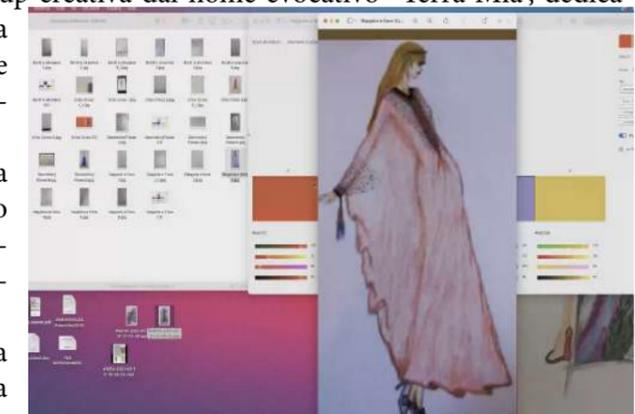
sapore Fashion.

Lisa Tibaldi ha deciso di fondare una start up creativa dal nome evocativo "Terra Mia", dedicata alla produzione di Accessori Moda Donna ecosostenibili, di un artigianato di tradizione e di eccellenza, dalla forte connotazione territoriale.

Complice e stimolo per la creazione di questa Start Up la partecipazione al bando "Fondo della Creatività 2018", promosso dalla Regione Lazio e Lazio Innova, dove l'impresa "Terra Mia" ha vinto.

Siamo felici e onorate di poter partecipare a questo progetto, e per questo ringraziamo la stilista che ha deciso di condividere con noi, questa bellissima iniziativa,

III-IV-V N Made in Italy



SUMMER DREAM in TERRA AURUNCA

Nell'anno scolastico 2020/2021, considerata la situazione pandemica che stiamo vivendo e i disagi emotivi e psicologici che si sono trovati a vivere, loro malgrado, gli alunni, le docenti del corso "Made in Italy" hanno proposto a tutte le classi dell'indirizzo di partecipare ad un progetto dal titolo "Life bites: future is in my hands", "Morsi di vita: il futuro è nelle mie mani". Le insegnanti hanno così applicato una metodologia didattica orientata al "learning by doing", ossia una sperimentazione attiva dell'apprendimento, partendo dall'introspezione (emozioni e sensazioni personali) di ogni singolo allievo, che ha potuto illustrare il proprio percorso all'interno dell'IIS "San Benedetto", dal passaggio dalla scuola media e all'ingresso al primo anno fino ad oggi, immaginando e proiettandosi in un futuro da protagonista. Gli alunni hanno partecipato con entusiasmo e desiderio di esprimere i sentimenti positivi che vivono e che hanno vissuto, ma anche i propri timori, ansie e paure che agitano la loro adolescenza e a cui hanno dato un senso del tutto personale attraverso il confronto con compagni e docenti e mediante la possibilità di esprimersi con immagini, frasi, foto, aforismi, relazioni, manufatti e prodotti tessili. I lavori prodotti, esposti nelle aule, sono risultati originali e creativi: in particolar modo le alunne dell'ultimo anno sono riuscite a valutare il percorso svolto fino ad ora con maturità e sicurezza crescenti. Tutti gli alunni comunque hanno acquisito maggiore consapevolezza delle conoscenze e competenze acquisite e hanno potuto riflettere sul proprio futuro professionale: la pianificazione della futura carriera lavorativa va progettata e strutturata sulla base di un'analisi approfondita di sé, delle esperienze vissute, delle personali capacità e abilità assimilate e sperimentate.

## Life Bites... future is in my hands

*Nessuno può derubare ai papaveri il loro colore come nessuno può derubare al cuore le sue emozioni...*



Winy Soares Da Silva I'N Made in Italy

## Life Bites... future is in my hands



*Prendi esempio dal girasole... alza la testa e cerca il tuo raggio di luce. Finirà anche la notte più buia e sorgerà il sole.*

Alessandra Di Marco I'N Made in Italy

## Life Bites... future is in my hands

*Ci sono sempre fiori per coloro che vogliono vederti...*



*Dipingo fiori in modo che non appassiscano mai e che i loro colori valleggino la vita.*

Asia Santarpia I'N Made in Italy

## Life Bites... future is in my hands



*L'inverno è nella mia testa, ma una eterna primavera è nel mio cuore.*

Giada Esposito I'N Made in Italy

## Life Bites... future is in my hands



*Nonostante l'oscurità fiorirà sempre una rosa.*

Valentina Tetta I'N Made in Italy

## Life Bites... future is in my hands



*L'Amore ha piantato una rosa, e il mondo è diventato dolce.*

Patrizio Dossio

*Dentro siamo tutti girasoli dotati.*

Di Patrizio Dossio

*Una volta che hai scelto la speranza tutto è possibile.*

Di Meo Sofia

I'N Made in Italy- IIS San Benedetto Cassino

Aspettando la primavera

Per dar vita a questo progetto abbiamo utilizzato i fiori, come simbolo di rinascita, pensando all'arrivo della Primavera. Una speranza di cui tutti abbiamo bisogno, visto il brutto periodo che stiamo vivendo, a causa del Covid-19.

Le prime notizie sulla diffusione del virus, ci hanno fatto molto preoccupare, ma non ci aspettavamo che cambiasse la nostra vita. Non si può uscire, né stare con le amiche, anche la scuola è cambiata, sia perché frequentiamo il primo anno sia perché abbiamo dovuto adattarci a questo nuovo modo di fare scuola a distanza. Speriamo di poter tornare presto alla vita di prima, di poter finalmente abbracciare le nostre nuove compagne di classe, scrollandoci tutto di dosso.

Quello che sta accadendo, ci ha aperto gli occhi su tante cose, soprattutto, su quelle che davamo per scontate, ma ci sta lasciando dentro anche tanta ansia e paura.

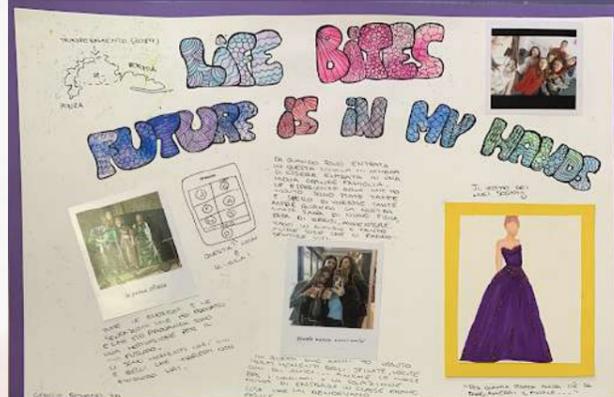
Questo progetto ci ha aiutato a pensare, in maniera positiva e a guardare sempre avanti con gli occhi della speranza. Quando le nostre docenti ci hanno illustrato questa nuova attività ne siamo state subito entusiaste. Abbiamo pensato di disegnare i nostri abiti contenenti fiori e elementi naturali proprio perché ci siamo ispirate alla natura, la quale ci suggerisce che, anche dopo gli inverni più duri e freddi, si rinasce sempre più forti e vigorosi.

I'N Made in Italy



In questo cartellone ho rappresentato alcune delle tante esperienze che ho vissuto negli ultimi due anni: il trasferimento da Ponza a Formia, di cui sono molto felice, perché ho avuto l'opportunità di fare nuove amicizie e studiare in una scuola piena di persone fantastiche, che mi permettono di vedere sempre più vicini i miei sogni che vorrei realizzare; i miei nuovi amici, che ogni giorno mi trasmettono sicurezza e felicità; la mia prima sfilata che mi ha fatto abbattere la timidezza che avevo una volta, facendomi acquistare molta più sicurezza che mi ha permesso di fare molte cose che prima non avrei mai pensato di fare. Questo mio nuovo modo di essere mi ha permesso di esprimere meglio le mie emozioni e abbattere tanti ostacoli. Quando questo percorso terminerà sono sicura che inizierò a fare tante nuove esperienze che mi faranno crescere molto, non dimenticandomi mai però delle cose belle e dei sacrifici che sto vivendo ora.

Giorgia Romano III N



III°N - Made in Italy



Altea Catalano IV°N



Agostino Gloria

Gloria Agostino IV N



Rossella De Marco IV°N

Il progetto da me presentato, racconta la mia vita scolastica ed i miei infiniti sogni, dal primo anno al quarto superiore, dove sono arrivata finora. Come si può notare, nel pulmino ci sono delle persone. Ebbene sì! Sono proprio i miei professori! Sono sempre stata una persona molto riservata e introversa, ma alcuni dei professori che ho disegnato sono stati davvero molto importanti per me, perché mi hanno fatto crescere e credere in me stessa. Oltre ad essere delle figure professionali da un punto di vista formale, sono stati anche dei grandi amici. Chi più e chi meno mi hanno dato qualcosa che porterò sempre con me, qualcosa nel mio cuore e qualcosa nel mio bagaglio culturale. Sulla destra possiamo osservare un bellissimo abito da me realizzato. Ciò che lo rende bello, sono proprio le foto che ho fatto nel corso degli anni in ambito scolastico e che sono arrivate oggi a far parte di questo splendido abito adornato da un tulle velato e "brillantinato" e decorato con un enorme fiocco che prende la scena. Sulla sinistra invece ci sono semplicemente io con i miei mille pensieri e obiettivi che un giorno forse si realizzeranno. In questi anni ho imparato che è molto difficile essere capiti, sia a livello artistico che personale, ma credo anche che possiamo fare grandi cose contando semplicemente su noi stessi ... aggiungendo un pizzico di impegno e tanta fantasia.

**EPPURE NON SAPEVO DISEGNARE UN OVALE!**

Nel cartellone, da me realizzato, ho voluto rappresentare la mia storia vissuta a scuola: il mio passato e il mio presente. Un passato, fatto di forti emozioni, in cui ho imparato molto, soprattutto a superare gli ostacoli e le mie insicurezze, fino a piangere di gioia dopo aver realizzato un lavoro completamente con le mie mani. Un passato, fatto di grandi amicizie, anche se, appena arrivata, ero piccola e spaventata di rimanere da sola, oppure non essere capace di usare la macchina per cucire. Con il passare del tempo, ho conosciuto bellissime amiche e ho imparato, piano piano, a capire come realizzare un figurino, come creare un cartamodello, come realizzare un prototipo. Oggi, molte cose sono cambiate e pensare che, quando sono arrivata, non sapevo disegnare neanche un ovale.

Un presente, fatto di grandi soddisfazioni, perché attualmente sono in grado di realizzare un abito in maniera autonoma partendo, dalla ricerca, moodboard, al disegno dell'abito sul figurino, alla scheda tecnica, al prototipo su stoffa, fino alla confezione del capo finito. In futuro, vorrei continuare gli studi per perfezionare la mia tecnica e poi aprire un'attività tutta mia, per realizzare tutti i miei abiti che, immagino già nella mia testa. Tutto questo mi ha aiutato a crescere, ad essere più sicura di me stessa, ad affrontare i problemi con determinazione, a non avere paura delle difficoltà, a credere nei miei sogni e a fare di tutto per realizzarli con l'aiuto dei miei docenti e delle mie compagne di avventura, perché è grazie a loro che sono riuscita a raggiungere parte dei miei obiettivi.

Gloria Ruschetta V N



Ruschetta Gloria 5N



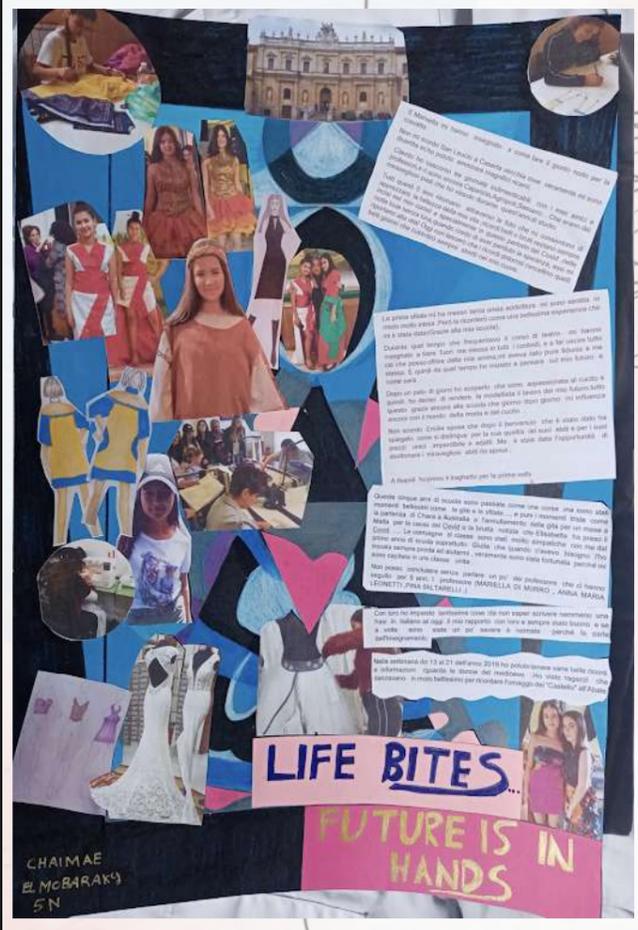
Giulia Del Piano 5N



Elisabetta Baroli 5N



Francesca Saltarelli V°N



CHAIMAE EL-MCBARAKI 5N



Chiara Delle Cese 5 N



Lucia Molinari V°N

**REALIZZARE I SOGNI COME ... IN UN VIDEOGAME**

All'inizio del mio percorso scolastico, non sapevo cosa aspettarmi, avevo paura, sapevo solamente che, la mia scelta era giusta, stavo facendo ciò che più mi piaceva, sin da quand'ero piccola.

Disegnare mi è sempre piaciuto, me la cavavo ed ero disposta ad imparare sempre di più.

Anno dopo anno, la mia capacità nel disegno è migliorata, grazie ai professori, sempre lì pronti a dare consigli per perfezionare i nostri lavori. Abbiamo iniziato a disegnare semplici figurini in posizione statica per poi passare a pose dinamiche.

L'impresa più bella è stata la realizzazione di capi di abbigliamento, che può sembrare semplice all'inizio, ma non lo è, ci vuole impegno, dedizione e moltissima passione.

Di grande aiuto, è stato il tirocinio svolto in un atelier vero e proprio, durante il periodo dedicato all'alternanza scuola-lavoro, che mi ha introdotto per la prima volta nel mondo del lavoro e mi ha permesso di realizzare un sogno.

In questa scuola, sono cresciuta, mentalmente e fisicamente, da una ragazza timida sono diventata una ragazza decisa e sicura, grazie alle esperienze affrontate durante gli anni. La prova più grande che ho dovuto affrontare sono state le sfilate annuali organizzate puntualmente dalla mia scuola. Ricordo, sempre, di essere stata emozionata e spaventata all'idea che tutti gli spettatori mi potessero guardare, mentre sfilavo sulla passerella. La prima volta, mi dissero che avrei dovuto togliere gli

occhiali prima di andare in scena, questa notizia mi rese felice, perché così, non avrei visto le persone presenti. In questo modo, mi sono messa in gioco, ogni anno che passava non vedevo l'ora di poter sfilare, soprattutto, quando potevo mostrare qualcosa creato da me.

Anche il rapporto che si è creato nella classe è da non sottovalutare: noi ragazze da complete sconosciute, del primo giorno di scuola, siamo diventate vere amiche. Un gruppo più compatto, sempre a collaborare in qualsiasi momento di difficoltà. Abbiamo condiviso: pianti, risate, sfoghi, anche per motivi estranei al mondo della scuola.

In sostanza, nonostante le emozioni altalenanti, le difficoltà di questi cinque anni, non potrei essere più contenta e fiera di ciò che ho portato a termine. Non è un obiettivo semplice prendere il diploma di maturità, è una meta importante e non tutti riescono in questo percorso, simile ad una sfida, a un videogioco con cinque livelli. Io sono arrivata, al quinto ed ultimo livello, non mi dò per vinta, manca poco, poco, alla fine di una fase della mia vita, una delle più importanti e belle. Avendo scelto questo percorso quando ancora ero ingenua ed indifesa, mi rende più felice, so di aver coltivato una passione e continuerò, anche una volta finiti questi anni, intraprendendo una nuova sfida che so di poter affrontare nei migliori dei modi, grazie agli insegnamenti della scuola superiore.

Chiara Delle Cese V°N-Made in Italy



**MODA MADE IN ITALY**

## Carnevale in velluto

Quello del 2021 è un carnevale particolare, l'atmosfera non è proprio quella giusta, siamo consapevoli della situazione sanitaria e non possiamo divertirci come di consueto. Allora perché non renderlo unico? Ed ecco che la creatività che contraddistingue noi ragazze del MADE IN ITALY risponde.

Non c'è carnevale senza Venezia e senza maschere, ma non potendo andare così lontano abbiamo pensato di ricordare questa città con il velluto. Già nel XIII sec. Venezia era uno dei maggiori centri di produzione di questo tessuto elegante, morbido, compatto e brillante che ci ha permesso di realizzare delle meravigliose maschere fatte a mano.

Un carnevale diverso ma speciale perché noi ci siamo divertite a modo nostro...creando.

5N MADE IN ITALY



**MODA MADE IN ITALY ♥ CARNEVALE IN VELLUTO**



Progettazioni Moda

# Lingerie

V N Made in Italy

## Impressioni Estemporanee

La scelta di una moda giovane tra giovani: fashion week 2020-2021

**DSQUARED2**  
Osservando



"Della sfilata mi ha colpito tutto, in particolar modo le unghie gioiello". Rossella De Marco

**DSQUARED2**  
"MOLTO INTERESSANTE E STIMOLANTE LA NUOVA COLLEZIONE DSQUARED2. HO NOTATO CHE LA MODA HA RIPORTATO SULLE PASSERELLE I CAPI DEL PASSATO. STUPENDI GLI ACCESSORI E LA CURA DELLE UNGHIE".  
Giada Di Pastena



**DSQUARED2**



"La pelliccia sintetica dona alla donna un'espressione selvaggia".  
Altea Catalano



"Mi hanno colpito questi capi per il gioco di colori, per lo stile vintage e per il modo di osare. Nel mettere il calzino con i tacchi abbinato alla camicia a quadri, si nota un tocco di mascolinità molto bello".  
Altea Catalano



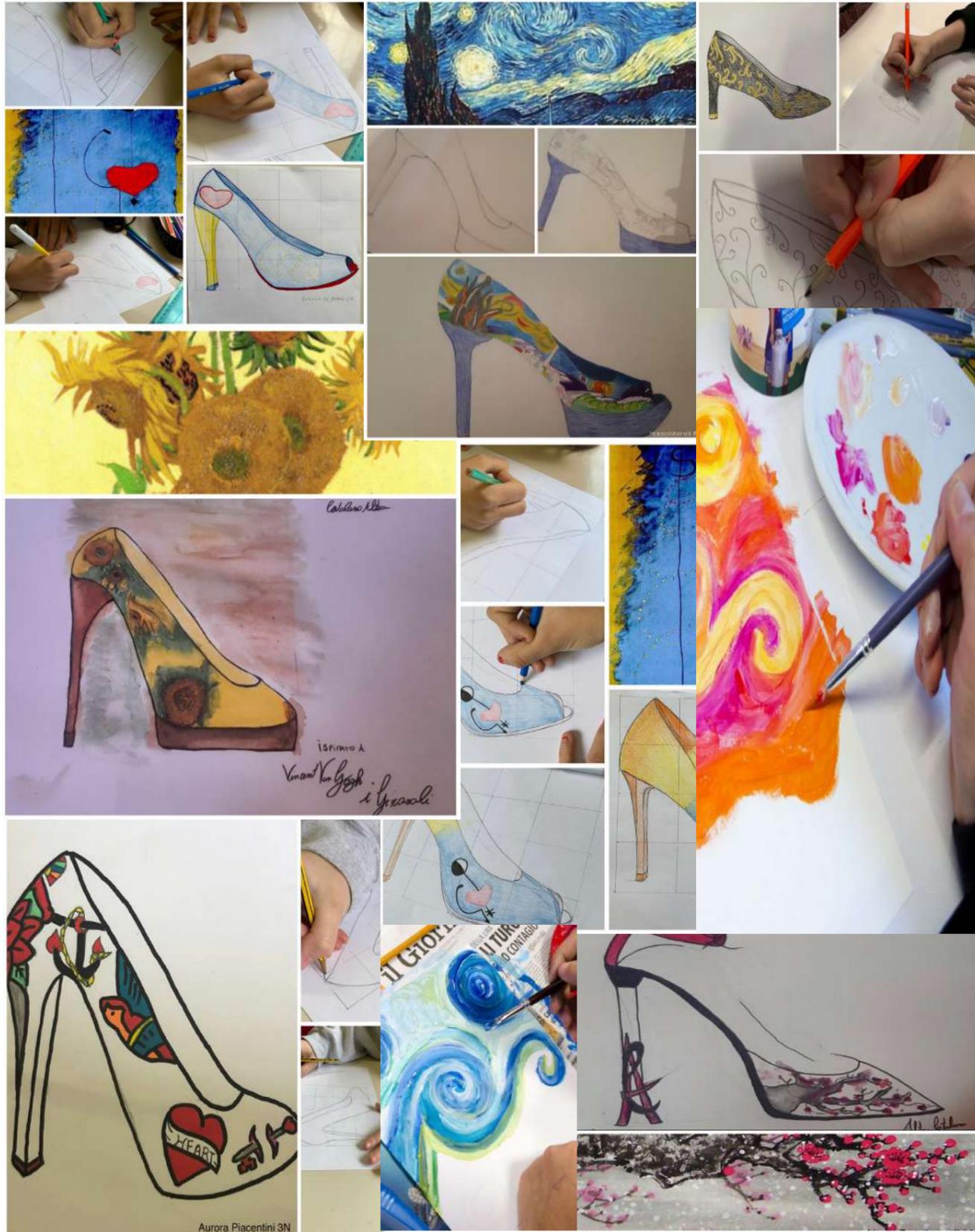
"Stile retrò ma con una rivisitazione moderna. Comodo e pratico. Accessori particolari e persuasivi".  
Gloria Agostino



Osservazioni della classe IV N Made in Italy - IIS San Benedetto "Cassino" - Docenti: Leonetti e Quatrini

# ESERCITAZIONI "TRA ARTE E MODA"

Durante le ore di potenziamento abbiamo approfondito le tecniche grafico-pittoriche con uno sguardo ai grandi Artisti.

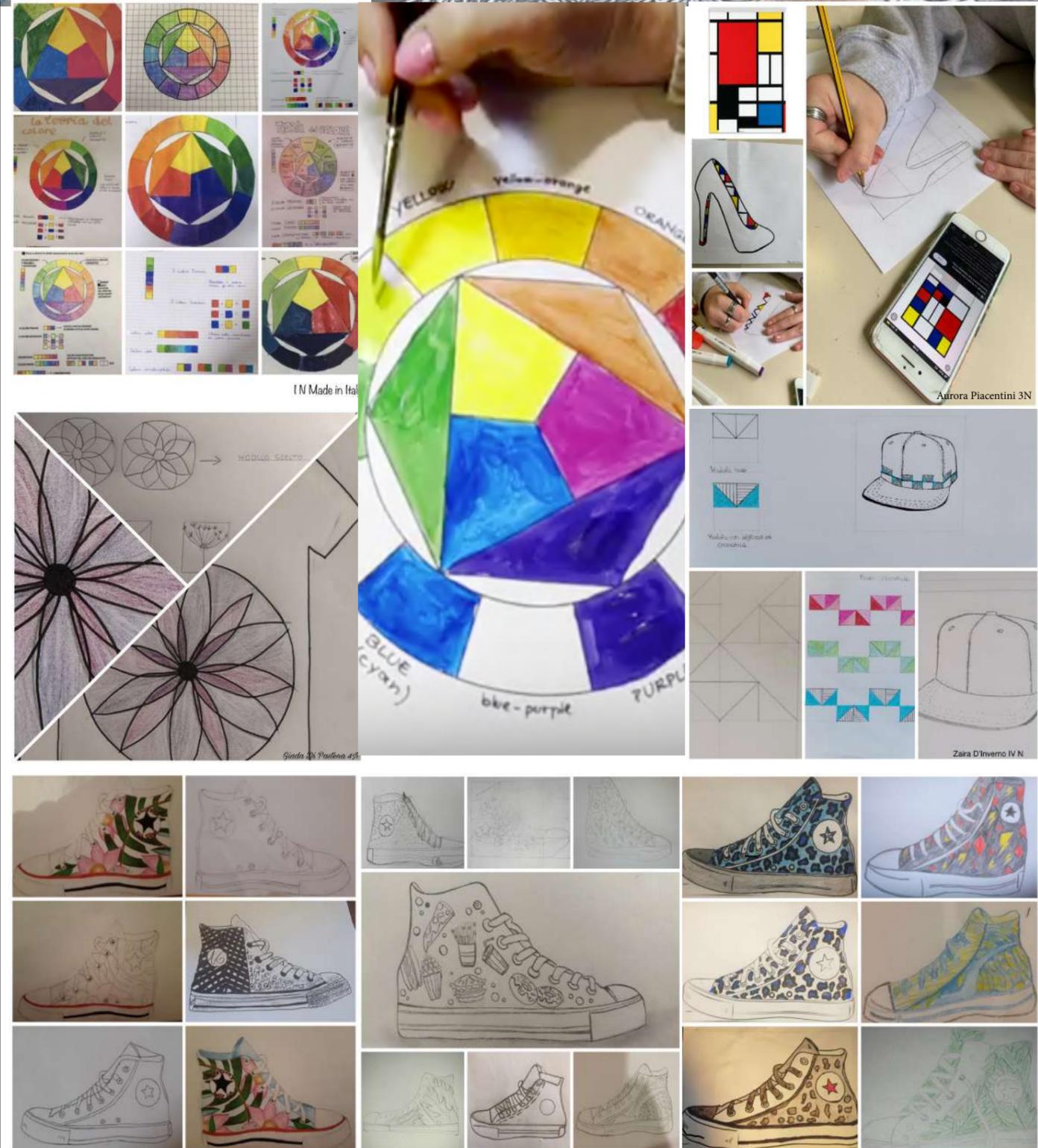


III - IV N Made in Italy

## Le nostre esercitazioni Grafico/Pittoriche

I-III-IV N Made in Italy

### Teoria del Colore



I-III-IV N Made in Italy

*La Redazione vi augura*

**Buone  
Vacanze**

*Scuola  
Ci rivedi AMO  
a settembre*

Polo Professionale di Cassino - I.I.S. SAN BENEDETTO  
Sede legale: Via Berlino, 2 - 03043 Cassino (FR) Tel.0776.300026 - Fax 0776.325342