

ANNO XIV N. 2 MAGGIO 2026- GIUGNO 2026
IIS SAN BENEDETTO POLO TECNICO PROFESSIONALE CASSINO

QUELLI DEL SAN BENEDETTO

RIVISTA SCOLASTICA

Orientarsi tra i banchi di scuola



LA REDAZIONE

Gabriella Latempa - Rossana Chirico - Annalisa Valente -
Serena Miele - Rosanna Paolucci

ELABORAZIONE GRAFICA COPERTINA

Classe IV G GEC

quellidels.benedetto@libero.it

TRIONFO DIETRO AL BANCONE: Francesca Bayram vince il Premio “Carminè Mattia Perciballi”!

Il nostro istituto si conferma ancora una volta una fucina di talenti nel settore dell'enogastronomia e dell'ospitalità alberghiera. Le nostre classi dell'indirizzo **Sala e Vendita** sono scese in campo per partecipare al prestigioso **Cocktail Competition – Premio Carminè Mattia Perciballi**, un'importante vetrina nazionale nata per stimolare il talento, la creatività e la passione dei giovani professionisti nel mondo della mixology. A rappresentare con orgoglio il nostro istituto è stata una squadra d'eccellenza, composta da tre studentesse di spicco:

- **Francesca Bayram** (classe 3A)
- **Simona Grande** (classe 4A)
- **Eleonora Caprio** (classe 5A)

Per le nostre ragazze si è trattato di un'occasione straordinaria per confrontarsi in una sfida di altissimo livello, unendo tecnica rigorosa, innovazione e capacità di Storytelling nella presentazione dei drink.

La competizione si è conclusa nel migliore dei modi. Con immenso orgoglio, tutto l'istituto celebra il successo di **Francesca Bayram**, studentessa della classe 3A, che ha sbaragliato la concorrenza aggiudicandosi la vittoria assoluta del Premio “Carminè Mattia Perciballi”.

Francesca ha incantato la giuria di esperti grazie al suo innovativo cocktail “**Ruby Fresh**”, una creazione originale che ha saputo bilanciare freschezza, tecnica di miscelazione e armonia degli ingredienti.

Questo splendido risultato premia non solo la determinazione e il talento di Francesca, ma anche il grande lavoro di preparazione svolto quotidianamente nei nostri laboratori insieme ai docenti tecnico-pratici.

La Redazione



I Sapori del Territorio Trionfano a Roma: l'I.I.S. “San Benedetto” è d'Argento ad “Assaggia il Lazio”

Il nostro istituto si conferma ancora una volta un punto di riferimento per l'eccellenza enogastronomica della regione. Gli studenti dell'istituto hanno conquistato un prestigioso 2° posto alla seconda edizione del concorso regionale “Assaggia il Lazio”, svoltosi nella cornice dell'Istituto Alberghiero “Gioberti” di Roma.

La squadra, che ha saputo incantare la giuria grazie a un perfetto connubio tra passione, rigore tecnico e valorizzazione dei prodotti tipici locali, era composta da tre promettenti talenti del nostro triennio:

- **Walter Gerini** (classe 3A)
- **Luigi Sicignano** (classe 3C)
- **Micaela Marsella** (classe 3D)

Questo importante successo nasce da un sinergico lavoro di squadra guidato con maestria dai docenti tecnico-pratici dell'istituto: il Prof. Massimo Cataldi per il settore Cucina e il Prof. Eugenio Di Maio per il settore Sala e Vendita. Vedere i nostri ragazzi distinguersi e salire sul podio tra le migliori scuole del Lazio è la prova tangibile che la combinazione tra talento, passione e alta formazione professionale rappresenta una strada vincente capace di proiettare il nostro istituto verso traguardi sempre più ambiziosi.



La Redazione

Una comunità che cresce: il secondo numero come tappa di un cammino condiviso

Con questo secondo numero della rivista, che coincide con la conclusione dell'anno scolastico, possiamo finalmente fermarci un momento e guardare il percorso compiuto. Quella che, all'inizio, appariva come una sfida — l'incontro tra realtà diverse, tra storie già avviate e nuovi ingressi — si è rivelata un'opportunità concreta di crescita e di scoperta reciproca.

Nel corso di questi mesi, il “noi” di cui parlavamo nel primo numero ha iniziato a prendere forma. Non è più soltanto un'intenzione, ma una presenza viva nelle aule, nei corridoi, nei progetti condivisi e, soprattutto, nelle pagine che state per leggere. Qui si raccolgono tracce di un dialogo che si è fatto più ricco, più consapevole, più aperto. Le voci si sono moltiplicate, ma non si sono disperse: hanno imparato ad ascoltarsi, a confrontarsi, a costruire insieme un racconto comune.

Questo numero è, in qualche modo, una fotografia di questo processo. Non una fotografia statica, ma in movimento: un mosaico che continua a comporsi, in cui ogni contributo — articolo, immagine, riflessione — testimonia un passo avanti nel percorso di integrazione tra le due anime della nostra comunità scolastica. San Benedetto e Medaglia d'Oro non sono più solo due nomi accostati, ma realtà che iniziano a riconoscersi come parti di un unico progetto.

La fine dell'anno scolastico non rappresenta allora una conclusione, ma una soglia. Guardiamo a ciò che è stato con soddisfazione, consapevoli però che il cammino è ancora aperto. Abbiamo imparato che la collaborazione richiede tempo, pazienza e cura, ma anche che è proprio in questo continuo mettersi in relazione che nasce il valore più autentico della scuola.

La rivista resta uno spazio privilegiato in cui tutto questo può emergere: un luogo in cui le esperienze diventano racconto, e i racconti diventano memoria condivisa. È una casa che continua ad ampliarsi, pronta ad accogliere nuove idee, nuove energie, nuovi sguardi anche nel prossimo anno.

Chiudiamo quindi questo numero con uno sguardo rivolto avanti, portando con noi ciò che abbiamo costruito insieme. Perché se è vero che un anno si conclude, è altrettanto vero che ciò che abbiamo iniziato continuerà a crescere, pagina dopo pagina. Buona lettura e buon proseguimento di cammino.

La Redazione: Gabriella Latempa, Rossana Chirico, Annalisa Valente, Rosanna Paolucci, Serena Miele

IL MIO SOGNO NAZIONALE:

UN ORO E UN BRONZO CHE PROFUMANO DI SACRIFICIO

Non dimenticherò mai il 29 aprile, il giorno in cui sono partita con la mia società, l'ASD Ritmica 2.0, alla volta della riviera marchigiana. Nella borsa, insieme ai body e agli attrezzi, c'era un mix indescrivibile di ansia, speranza e tanta voglia di far bene. Sapevo che il livello dei campionati nazionali di ginnastica ritmica sarebbe stato altissimo, ma ero pronta a dare il massimo, anche per rappresentare la mia classe, la 1N, che da lontano faceva il tifo per me.

Quando è arrivato il mio turno al cerchio, il cuore mi batteva all'impazzata. Ma appena è partita la musica, ogni paura è svanita: ho pensato solo alla precisione di ogni lancio, alla fluidità dei movimenti e all'eleganza che le mie allenatrici mi chiedono sempre in palestra.

Sentivo il cerchio come se fosse parte di me. Quando ho capito di aver conquistato il primo posto e di essere sul gradino più alto del podio nazionale, ho trattenuto a stento le lacrime. Era tutto vero: ero campionessa nazionale.



La gioia mi ha dato una carica incredibile anche per l'esercizio successivo. Sulla pedana, con la palla, sono riuscita a mantenere la concentrazione e a portare a termine una performance pulita e coinvolgente. Salire di nuovo sul podio, questa volta al terzo posto, è stata la conferma che il lavoro duro ripaga sempre.

Siamo rientrate a casa il 4 maggio, stanche ma con il cuore leggero e le valigie decisamente più pesanti. Portare a casa due coppe e una medaglia d'oro è un'emozione che faccio ancora fatica a descrivere a parole.

Questo traguardo lo dedico alla mia società e alle mie allenatrici, che non hanno mai smesso

di credere in me, ma anche a me stessa per tutti i sacrifici fatti tra scuola e palestra. Dietro quei sorrisi al nostro ritorno e dietro queste medaglie ci sono ore e ore di allenamento, ma oggi posso dirlo con orgoglio: ne è valsa assolutamente la pena.

Gaia Miloscia I N Moda per il Made in Italy



L'IIS SAN BENEDETTO ALLE OLIMPIADI DELLA MATEMATICA

Gli studenti della sede di via Gari "Medaglia d'Oro" hanno partecipato alla gara a squadre delle Olimpiadi della Matematica presso la Sapienza Università di Roma, confrontandosi con numerose scuole in una sfida di logica, intuizione e lavoro di squadra.

La competizione ha visto la partecipazione di 66 squadre, e la rappresentativa del nostro istituto ha ottenuto un brillante 17° posto, dimostrando impegno, capacità di collaborazione e passione per la matematica.

Un risultato che rende orgogliosa tutta la comunità scolastica e che conferma il valore dell'esperienza delle Olimpiadi come occasione di crescita, confronto e entusiasmo per lo studio.

La nostra squadra composta da Giuseppe Tieri, Domenico Giancaterini, Federica Di Giorgio, Gabriele Fraioli, Shadi De Martino, Leonardo Raponi e Mattia Felace è stata guidata dalla prof.ssa Antonella Pagliuca.

La Redazione



Trionfo a Roma: la 2D Alberghiero conquista il premio per la “Migliore Valorizzazione del Territorio”



Se qualche mese fa ci avessero detto che avremmo portato i sapori autentici del cassinate sul podio di uno dei concorsi gastronomici della Capitale, forse non ci avremmo creduto.

Eppure, il 15 aprile, noi ragazzi della classe 2D Alberghiero abbiamo firmato un'impresa straordinaria a Roma, partecipando alla competizione “Le storie nel piatto - tra terra e radici”, indetta dall'Istituto Alberghiero “Gioberti”, istituto capofila della filiera quadriennale, in occasione della Giornata del Made in Italy.

La nostra avventura è iniziata tra i banchi di scuola, nell'ambito di un'Unità Didattica di Apprendimento (Uda) di filiera che ha unito i laboratori di cucina, sala e accoglienza turistica con le lezioni delle altre discipline. Abbiamo capito che un grande piatto non è

solo un insieme di ingredienti, ma è soprattutto una storia da raccontare e una risorsa da analizzare.

Per questo abbiamo scelto di valorizzare le nostre radici biologiche e culturali, selezionando il meglio delle nostre eccellenze locali per comporre un piatto d'alta cucina: Maltagliati alla farina di castagna di Terelle, adagiati su una vellutata di Pecorino di Picinisco DOP, accompagnati da Fagiolo Cannellino di Atina DOP e impreziositi da lamelle di tartufo nero di Campoli Appennino.

Arrivati al “Gioberti” l'emozione era alle stelle, ma abbiamo dimostrato una professionalità che è andata ben oltre la cucina. Nel nostro stand espositivo non ci siamo limitati a servire il piatto, ma abbiamo curato una presentazione a 360 gradi:

• Il procedimento e la storia: Abbiamo raccontato ai

giudici le tecniche di lavorazione e l'origine contadina delle materie prime.

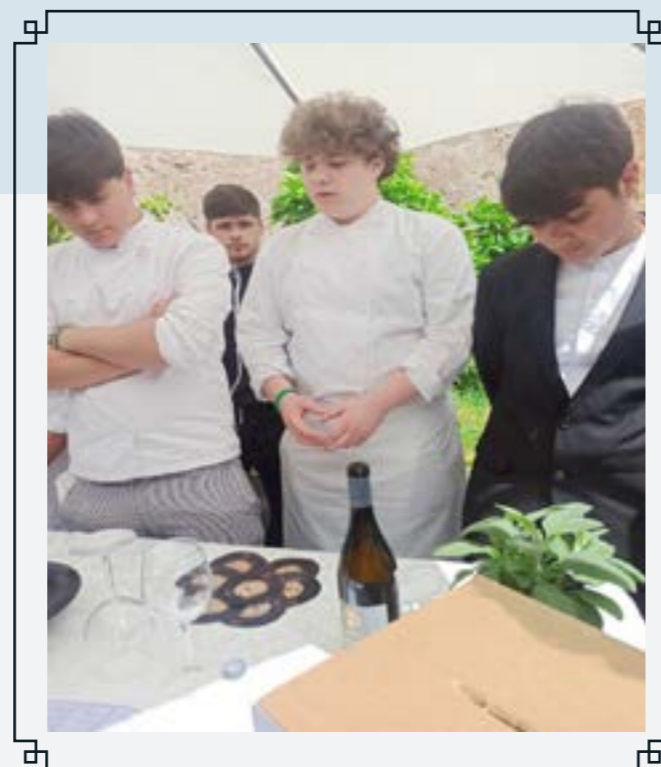
- Il profilo nutrizionale ed energetico: Grazie al lavoro teorico svolto in classe, abbiamo illustrato i valori calorici, l'equilibrio tra i macronutrienti e le proprietà organolettiche del piatto, dimostrando come la tradizione possa sposarsi con il benessere contemporaneo.
- L'abbinamento perfetto: Per completare l'esperienza sensoriale, abbiamo selezionato e servito un vino d'eccellenza del nostro territorio, il Maturo Frusinate IGP dell'Antica Tenuta Palombo, che ha saputo sposare ed esaltare la complessità aromatica del piatto.

La giuria, composta da chef esperti e critici gastro-

nomici, è rimasta colpita dalla nostra coesione e dalla maturità del progetto. Al momento delle premiazioni, la gioia è esplosa: il nostro gruppo è stato premiato per la Migliore Valorizzazione del Territorio.

Questo riconoscimento certifica che il Made in Italy non è solo una formula astratta, ma è la capacità di prendere i segreti della nostra terra (il pecorino, la castagna, il tartufo) e saperli comunicare al mondo con rigore scientifico e passione artigianale. Un grazie speciale va ai nostri professori che ci hanno guidato e sostenuto. Questa vittoria a Roma è solo l'inizio!

Classe II D ALB



“Licinius: l’anima dell’olio, l’essenza del piatto” Il nostro percorso nella EVO Masterclass



Noi studenti della classe 4C dell’Indirizzo Alberghiero dell’IIS San Benedetto abbiamo partecipato al concorso EVO Masterclass, in collaborazione con RE. NA.IA., realizzando il video-progetto “Licinius: l’anima dell’olio, l’essenza del piatto”.

Attraverso questo lavoro abbiamo voluto raccontare il percorso di studio, ricerca e sperimentazione svolto sull’olio extravergine di oliva Licinius, che abbiamo imparato a considerare non come semplice condimento, ma come un ingrediente fondamentale capace di dare identità, equilibrio e carattere a un piatto.

Durante il progetto abbiamo approfondito la storia e le caratteristiche della monocultivar Aurina, studiando anche gli aspetti scientifici e nutraceutici dell’olio EVO, in particolare il ruolo dei polifenoli, le proprietà antiossidanti e la stabilità dell’olio nelle diverse tecniche di cottura.

In laboratorio abbiamo sperimentato direttamente le diverse tipologie di fruttato – leggero, medio e intenso – applicandole a preparazioni a crudo, emulsioni e cotture. Questo ci ha permesso di comprendere quanto sia importante l’abbinamento corretto tra olio e alimento e come un olio di qualità possa valorizzare i sapori senza coprirli.

Un’altra parte importante del progetto è stata dedicata alla comunicazione del prodotto. Abbiamo imparato a raccontare l’olio EVO attraverso strumenti di storytelling digitale, traducendo caratteristiche tecniche e territoriali in un linguaggio semplice, professionale e coinvolgente.

Questa esperienza ci ha permesso di sviluppare competenze pratiche, scientifiche, comunicative e ci ha aiutato a comprendere il valore culturale, gastronomico e identitario dell’olio extravergine d’oliva, simbolo della nostra tradizione e protagonista della cucina contemporanea.

Classe IV C ALB

<https://www.facebook.com/share/v/18Ka4xwVme/>



OLIO LICINIUS	
Monocultivar:	Avrina (Autoctona)
Acidità:	0,37
N. di Perossidi:	1,9
Polifenoli:	827

L’Evoluzione del Gusto: Licinius incontra ovOLIO



“Licinius, il viaggio di una goccia”: il progetto della classe 3C per EVO Masterclass



Noi studenti della classe 3C dell’Indirizzo Alberghiero-Enogastronomia dell’IIS San Benedetto di Cassino abbiamo partecipato al concorso EVO Masterclass realizzando la brochure “Licinius, il viaggio di una goccia”.

Attraverso questo lavoro abbiamo raccontato un’esperienza formativa che ci ha permesso di approfondire il legame tra territorio, cultura e innovazione, scoprendo il valore dell’olio extravergine d’oliva come simbolo identitario della nostra tradizione.

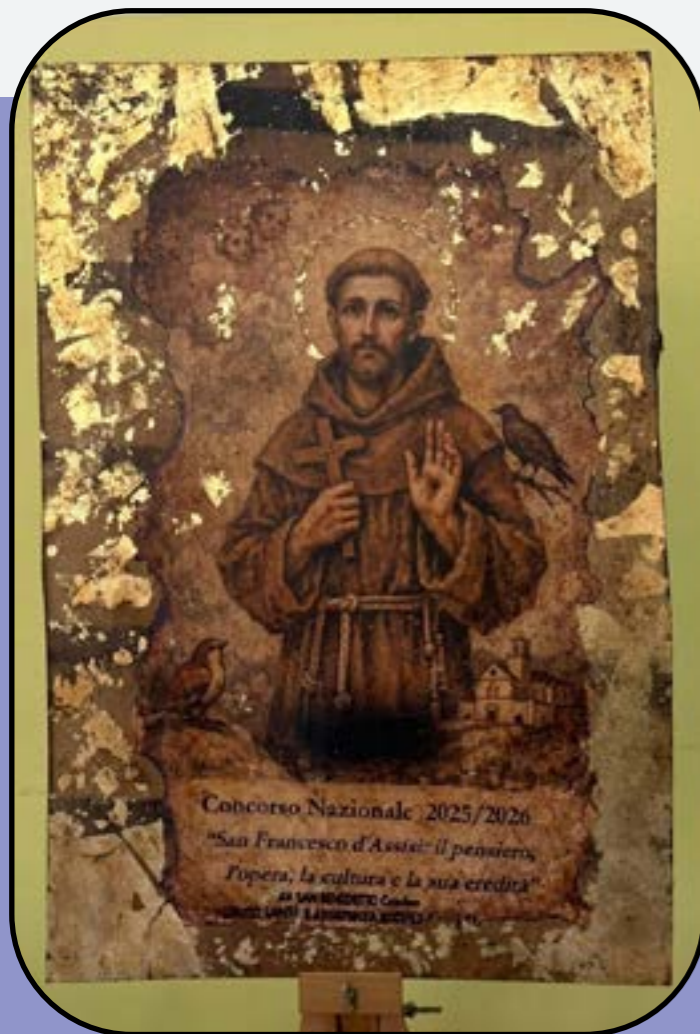
Il progetto ci ha coinvolti in un percorso interdisciplinare durante il quale abbiamo studiato le origini storiche dell’olivicoltura venafrana, il valore del paesaggio rurale e le caratteristiche della cultivar autoctona Aurina. Abbiamo inoltre approfondito gli aspetti tecnico-scientifici dell’olio EVO, analizzando le proprietà nutrizionali, sensoriali e il ruolo nella valorizzazione delle eccellenze del territorio. Le attività si sono sviluppate attraverso esperienze concrete e partecipate: dalla ricerca sul campo a contatto con una realtà produttiva, al lavoro cooperativo in gruppo, fino alle attività laboratoriali in ambito enogastronomico. Da questo percorso è nato anche il piatto “ovOLIO”, una reinterpretazione creativa della tradizione che unisce memoria storica e cucina contemporanea.

La brochure realizzata dalla classe racconta in modo chiaro e coinvolgente tutto il percorso svolto, valorizzando l’olio Licinius non solo come alimento di qualità, ma come autentica espressione di biodiversità, cultura e identità locale. Un’esperienza che ci ha permesso di crescere dal punto di vista personale e professionale, rendendoci più consapevoli del patrimonio agroalimentare italiano e dell’importanza di promuoverlo con competenza e creatività.

Classe III C ALB



“SAN FRANCESCO E LA CURA DELLA CASA COMUNE”



manualità e sensibilità ecologica attraverso il riuso dei materiali e la loro trasformazione in un prodotto artistico originale.

Il progetto è stato seguito e coordinato dalle docenti Chiara Paolisso, Anna Maria Coretti ed Elisabetta Paliotta, che hanno accompagnato studentesse e studenti in un percorso didattico interdisciplinare, orientato allo sviluppo di competenze pratiche e alla riflessione sui valori di rispetto e cura dell'ambiente.

La partecipazione al concorso rappresenta un'esperienza significativa di cittadinanza attiva e di educazione ambientale, in linea con i principi ispirati alla figura di San Francesco d'Assisi e alla visione di una "casa comune" da proteggere e valorizzare.

Classe III L SSAS



La classe III L dell'indirizzo Servizi per la Sanità e l'Assistenza Sociale ha partecipato al Concorso nazionale "San Francesco e la cura della casa comune", iniziativa educativa ispirata ai valori francescani e alla promozione della sostenibilità ambientale.

All'interno del percorso proposto dal bando, la classe ha realizzato un'opera in découpage utilizzando

esclusivamente materiali di riciclo, interpretando in modo coerente il tema della cura della casa comune, intesa sia come ambiente domestico sia come rispetto del pianeta.

Il progetto è stato sviluppato come lavoro interdisciplinare e di approfondimento della letteratura italiana, con particolare riferimento ai temi francescani e alla riflessione sul rapporto tra uomo e natura, offrendo agli studenti l'occasione di collegare contenuti letterari a pratiche creative e laboratoriali, dando vita a un elaborato capace di coniugare creatività,

Finale del torneo di pallavolo

Il 28 aprile 2026, alle ore 11:00, presso la sede di Via Gari - Medaglia d'Oro, si è svolta la finale del torneo di pallavolo della scuola, un evento molto atteso da studenti e professori.

Il torneo è stato organizzato come attività scolastica per coinvolgere gli studenti nello sport e favorire la partecipazione. A sfidarsi nella finale sono state le classi III B e II C, che durante le partite precedenti avevano dimostrato impegno, capacità e spirito di squadra.

La finale è stata molto bella e combattuta. Entrambe le squadre hanno dato il massimo, regalando momenti emozionanti e azioni spettacolari. Sugli spalti c'erano tanti studenti e docenti che tifavano, creando un'atmosfera piena di entusiasmo e partecipazione.

Un aspetto importante della giornata è stata la presenza delle pallavoliste di Sant'Elia, invitate ad assistere alla partita. La loro partecipazione ha reso l'evento ancora più speciale, offrendo agli studenti un esempio di passione per lo sport e di impegno.

La partita si è svolta nel rispetto delle regole e con grande fair play. Anche nei momenti più difficili, le squadre hanno continuato a giocare con determinazione e rispetto reciproco, dimostrando che lo sport non è solo competizione, ma anche collaborazione e crescita.

Alla fine, dopo una sfida molto equilibrata, ha



vinto la classe II C, che è riuscita a conquistare la vittoria grazie al lavoro di squadra e alla determinazione dimostrata durante tutta la partita.

Questo torneo è stato molto più di una semplice gara: è stato un momento per stare insieme, divertirsi e rafforzare i rapporti tra

compagni. Ha dimostrato quanto lo sport sia importante a scuola, perché aiuta a sviluppare valori come il rispetto, la collaborazione e l'impegno.

In conclusione, la finale del torneo di pallavolo è stata una giornata positiva e significativa per tutti. Un'esperienza che resterà nei ricordi degli stu-

denti e che speriamo possa essere ripetuta anche nei prossimi anni.

La Redazione



L'Oro Verde del San Benedetto trionfa tra Tradizione e Benessere

Il 14 maggio scorso, presso il salone di via Casilina Nord dell'IIS San Benedetto di Cassino, si è svolto il convegno "L'Oro Verde: Eccellenza e Benessere", un'importante occasione di confronto dedicata all'olio extravergine d'oliva, autentico simbolo della cultura mediterranea e patrimonio identitario dei territori tra Lazio e Molise.

L'evento ha visto la partecipazione di numerose autorità istituzionali e personalità del mondo scolastico e culturale. A portare il proprio saluto sono stati la Dirigente scolastica Maria Venuti, il Sindaco di Cassino Enzo Salera, il Sindaco di Venafro Alfredo Ricci e il Presidente dell'Ente Parco Regionale Storico Agricolo dell'Olivo di Venafro Fabio Iannucci. Presenti anche esperti e docenti dell'Indirizzo Alberghiero dell'IIS San Benedetto che hanno arricchito il dibattito con interventi di grande valore formativo e culturale: Annalisa Valente, Sonia Gasdia, Nicandro Pirolli. Al centro del convegno il ruolo dell'olio EVO come "oro verde" del territorio, non solo prodotto agricolo di eccellenza, ma elemento identitario capace di unire comunità confinanti attraverso tradizioni secolari, storia e cultura condivisa. È

emerso con forza come l'olio rappresenti un ponte ideale tra Cassino e Venafro, territori accomunati dalla valorizzazione dell'olivicoltura e dalla volontà di promuovere produzioni di qualità.

Ampio spazio è stato dedicato anche al tema della salute e del benessere. L'olio extravergine d'oliva è stato presentato come alimento funzionale, prezioso alleato della dieta mediterranea grazie alle sue proprietà nutraceutiche e benefiche per l'organismo. Tradizione e innovazione si sono intrecciate nel racconto delle antiche tecniche di raccolta, come la abbacchiatura e la raccolta manuale, oggi affiancate da processi produttivi moderni orientati all'eccellenza qualitativa.

Grande attenzione è stata riservata agli studenti degli indirizzi Alberghiero e Agrario, protagonisti attivi del progetto educativo. L'obiettivo condiviso dai relatori è quello di formare giovani consapevoli e preparati, veri e propri futuri ambasciatori dei prodotti tipici del territorio e della cultura enogastronomica locale.

Il convegno ha rappresentato anche un'importante testimonianza dell'impegno dell'IIS San Benedet-

to, indirizzo Alberghiero, nei numerosi percorsi e convegni dedicati al mondo dell'olio extravergine d'oliva, ambiti nei quali studenti e docenti hanno ottenuto significativi riconoscimenti e risultati di rilievo a livello nazionale. Un percorso che conferma l'istituto come punto di riferimento nel settore agroalimentare e nella valorizzazione delle eccellenze del territorio.

A conclusione della giornata, gli studenti dell'Alberghiero hanno dato prova delle proprie competenze durante uno Show Cooking particolarmente apprezzato dai presenti, guidati dai docenti Pasqualina Cavaliere ed Eugenio Di Maio. Attraverso preparazioni come risotto alle zucchine e bruschette gourmet, i ragazzi hanno valorizzato le diverse tipologie di olio EVO locale, esaltandone aromi, profumi e caratteristiche organolettiche. Un momento conviviale che ha saputo unire studio, creatività e passione, dimostrando ancora una volta come scuola, territorio e tradizione possano crescere insieme nel segno dell'eccellenza.

Prof.ssa Annalisa Valente



Il mondo degli oli d'oliva: caratteristiche e abbinamenti gastronomici in 3C

Gli studenti della classe 3C dell'indirizzo Alberghiero, durante una lezione di Scienze e cultura dell'alimentazione, hanno svolto un'attività di approfondimento dedicata al mondo degli oli d'oliva.

Attraverso una presentazione in stile Power-Point, hanno analizzato le principali categorie di olio – extravergine di oliva, vergine, olio di oliva e olio di sansa di oliva – descrivendone le caratteristiche principali, le differenze produttive e gli aspetti sensoriali. In una slide specifica, gli alunni si sono concentrati sull'abbinamento tra un piatto e un olio extravergine di oliva. L'attività prevede-

va l'inserimento del nome del piatto, un'immagine rappresentativa, la tipologia di olio scelto (fruttato leggero, medio o intenso) e una breve motivazione dell'abbinamento. L'attività ha permesso agli studenti di comprendere meglio il ruolo dell'olio nella cucina, non solo come condimento, ma come elemento fondamentale per valorizzare i piatti e costruire abbinamenti corretti e consapevoli.

Prof.ssa Annalisa Valente

TAGLIATA DI MANZO, RUCOLA SELVATICA E SCAGLIE DI PARMIGIANO CON OLIO EVO FRUTTATO INTENSO

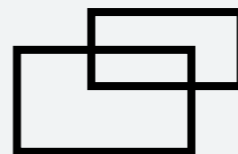
ABBINAMO AL PIATTO UN OLIO EXTRAVERGINE TOSCANO IGP CON NOTE MARCATE DI AMARO E PICCANTE, PERFETTO PER ESALTARE LA CARNE.




DI UN COLORE VERDE DORATO, MOLTO LUMINOSO, È UN OLIO CHE EMANA PROFUMI SUADENTI E MOLTO FRESCI DI ERBE AROMATICHE COME SALVIA, ROSMARINO E FELCE. IL GUSTO DECISO DI CARCIOFO E MELANZANA LASCIA UN RICORDO INDELEBILE AL PALATO CON UN FINALE INTENSO PICCANTE DI PEPE.

OTTENUTO DA OLIVE SELEZIONATE CHE CRESCONO IN TERRINI ASPRI E DURI DI COLTIVAZIONE PROPRIA DALLE VARIETÀ LECCINO, OLIVASTRA E FAGGIUOLO. RACCOLTE E PORTATE IN POCHE ORE AL FRANTOIO MODERNO A CICLO CONTINUO CHE LE LAVORA NELL'ARCO DELLA STESSA GIORNATA CON SPREMITURA A FREDDO, PRESERVANDO I LORO VALORI ORGANOLETTICI E NUTRIZIONALI.

LUIGI SICIGNANO III C ALB



PESCE SPADA ALLA GRIGLIA CON OLIO LECCINO

DELICATA DOLCEZZA MANDORLATA CHE ESALTA IL SAPORE MARINO



Il pesce spada alla griglia, condito con un pregiato olio extravergine di oliva Leccino (noto per le sue note delicate, erbacee e talvolta di mandorla), è un secondo piatto mediterraneo classico, facile e salutare. La chiave per la riuscita è una cottura rapida a fuoco alto per mantenere le carni tenere.

Il Leccino è un olio extravergine di oliva che si distingue per la sua delicatezza. Caratterizzato da un colore verde dorato brillante, questo olio offre un profilo aromatico raffinato e bilanciato. Al naso, si possono percepire note fresche e fruttate di oliva, accompagnate da accenni leggeri di erba appena tagliata. Il gusto è morbido e armonico, con un leggero sentore di mandorla e un finale delicatamente amaro e piccante. La dolcezza iniziale si fonde splendidamente con un tocco di piccantezza, creando un profilo gustativo equilibrato e appagante.

Orecchiette alle cime di rapa con olio EVO

Ingredienti:
orecchiette 400g
cime di rapa 1kg
peperoncini-2
filetti di acciuga-6
olio evo Coratina 50-70 ml.

Per preparare le orecchiette alle cime di rapa, l'olio ideale è un olio EXTRAVERGINE di oliva PUGLIESE, dal gusto deciso, in particolare quello ottenuto dalla varietà delle olive **CORATINA**.

Fruttato medio intenso: La varietà Coratina è nota per il suo sapore fruttato intenso, con note di piccante e amaro.

Sapore e Aroma: il gusto è intenso e avvolgente. L'amaro naturale della verdura viene bilanciato dalla morbidezza dei filetti di acciuga sciolti nell'olio e dalla nota piccante del peperoncino.

Consistenza: la pasta viene spesso cotta direttamente nell'acqua delle rape per assorbirne gli aromi, risultando cremosa grazie all'amido rilasciato e all'emulsione con l'olio.

L'olio EVO da cultivar **Coratina** è il compagno ideale delle orecchiette, specialmente nella versione classica con le cime di rapa, per un preciso equilibrio di sapori e contrasti.

Sara Di Gabriele Maxinoiu III C ALB

Torneo di scacchi: strategia, concentrazione e spirito di squadra

Lunedì 23 marzo si è svolto presso il nostro Istituto sede Medaglia d'Oro un entusiasmante torneo di scacchi che ha visto la partecipazione di ben otto squadre, tutte pronte a sfidarsi a colpi di strategia e intuito. L'evento si è distinto per l'alto livello di concentrazione e correttezza dimostrato dagli studenti, che hanno affrontato ogni partita con grande impegno e rispetto delle regole. Le scacchiere sono diventate il campo di battaglia di menti attente e riflessive, capaci di pianificare mosse e contromosse con sorprendente abilità. Dopo una serie di incontri avvincenti e spesso combattuti fino all'ultima mossa, a conquistare il primo posto è stata la classe 5D, che si è distinta per solidità e precisione. Ottimo risultato anche per la 3D, che ha ottenuto un meritatissimo secondo posto, dimo-

strandolo talento e spirito competitivo. Il torneo non è stato solo un'occasione per mettere alla prova le proprie capacità logiche, ma anche un momento di condivisione e crescita, in cui studenti di diverse classi hanno potuto confrontarsi in un clima sereno e stimolante. Un ringraziamento va a tutti i partecipanti e agli organizzatori Prof. Renato Verdicchio e Prof.ssa Antonella Pagliuca che hanno reso possibile questa giornata speciale. Visto il successo dell'iniziativa, ci si augura che il torneo possa restare un appuntamento fisso negli anni a venire.

La Redazione



CACCIA AL TESORO

Classe vincitrice della Caccia al tesoro MatteD'oro del 2026 2D: Di Muccio Antonio, Vitiello Lorenzo, Evangelista Stefano.

Prof.sse referenti: A.A. Caccia, A. Pagliuca



LA DONNA NELL'ARTE CONTEMPORANEA

Il 26 maggio 2026, alle ore 11:00, l'aula immersiva dell'IIS San Benedetto – Medaglia d'Oro ha ospitato una significativa mostra dedicata alla donna nell'arte contemporanea, un evento che ha saputo coniugare creatività, sensibilità artistica e impegno scolastico.

L'iniziativa, curata dalla classe 4F Turistico, guidata con maestria dalla prof.ssa Carmen D'Antonino, con il contributo grafico della classe 4G, ha rappresentato un importante momento di incontro tra scuola, arte e territorio, coinvolgendo studenti, docenti e ospiti in un percorso espositivo intenso ed emozionante.

Protagoniste della mostra sono state quattro artiste contemporanee: Barbara Trani, Serena Di Serio, Mariagrazia Colasanto e Carla Ann Di Nunzio. Due di loro hanno preso parte personalmente all'evento, esponendo le proprie opere e offrendo ai visitatori una visione autentica e profonda dell'universo femminile attraverso linguaggi artistici differenti, capaci di suscitare riflessione ed emozione.

Le opere esposte hanno affrontato temi legati all'identità, alla sensibilità, alla forza e al ruolo della donna nella società contemporanea, trasformando l'aula immersiva in uno spazio di dialogo culturale e artistico. L'allestimento ha valorizzato ogni lavoro, creando un'atmosfera coinvolgente e suggestiva per tutti i presenti.

Alla manifestazione ha preso parte anche la Dirigente Scolastica, Dott.ssa Maria Venuti, che ha espresso apprezzamento per l'impegno degli studenti e per l'alto valore culturale dell'iniziativa. La sua presenza ha sottolineato l'importanza di promuovere eventi capaci di avvicinare i giovani al mondo dell'arte e della cultura contemporanea.

La mostra si è rivelata un'esperienza formativa di grande rilievo, dimostrando come la scuola possa diventare un luogo di valorizzazione del talento, della collaborazione e dell'espressione artistica.



La Redazione



I nostri studenti protagonisti al Campionato di Imprenditorialità

Grande soddisfazione per gli indirizzi Alberghiero e Agrario, i cui studenti hanno partecipato con entusiasmo e competenza alle finali del Campionato di Imprenditorialità, distinguendosi per creatività, spirito innovativo e sensibilità sociale.

Il team, composto da Giacomo Lucarelli, Luigi Sicignano, Noemi Rotondo e Stefania Abbate, ha presentato il progetto **BLINDFOOD – Experience Taste Beyond Sight**, un'idea imprenditoriale originale e inclusiva, sviluppata nell'ambito del progetto Laboratorio di Innovazione – Nuove competenze per la PMI, promosso dalla **Stupper School Academy 2025/2026**.

Il concept si fonda sul claim "Ogni senso conta. Ogni esperienza merita autonomia" e propone un ecosistema "plug & play" pensato per rendere accessibili ristoranti, strutture ricettive e grande distribuzione organizzata anche alle persone con disabilità visiva. L'obiettivo è quello di garantire un'esperienza completa, autonoma e dignitosa, valorizzando al contempo l'importanza dei sensi nella fruizione del cibo e dell'ospitalità.

Durante la fase finale del Campionato, gli studenti hanno dimostrato notevole preparazione e capacità comunicativa, presentando il progetto attraverso pitch strutturati, supporti visivi



e infografiche efficaci.

La qualità del lavoro ha evidenziato come le competenze tecnico-professionali acquisite nei percorsi alberghiero e agrario possano integrarsi con una solida visione imprenditoriale, orientata all'innovazione e alla sostenibilità sociale.

Il successo dell'iniziativa è stato reso possibile anche grazie al supporto dei docenti Serena Caputo ed Eugenio Di Maio e dal docente esterno della Simply SFA, Romualdo Lodovici, che hanno guidato e accompagnato gli studenti lungo l'intero percorso progettuale.

Questa esperienza rappresenta un'importante occasione di crescita formativa e personale per gli studenti, confermando il ruolo della scuola come spazio di sviluppo di competenze, creatività e cittadinanza attiva.

La Redazione



La voce delle emozioni

Nella giornata del 4 giugno 2026, presso la sede di Via Gari, gli studenti hanno assistito allo spettacolo teatrale "La voce delle emozioni", realizzato dalla compagnia Gold Medal Company. Lo spettacolo aveva come tema principale le emozioni e il modo in cui esse influenzano la vita delle persone. Durante la rappresentazione, alcuni artisti recitavano sul palco mentre altri accompagnavano la narrazione con balli, canti e musica dal vivo, creando un'atmosfera coinvolgente e ricca di significato. Gli attori sono riusciti a trasmettere al pubblico sentimenti come gioia, tristezza, paura e speranza, facendo

riflettere gli spettatori sull'importanza di riconoscere ed esprimere le proprie emozioni. Al termine dello spettacolo si è svolto un momento conviviale durante il quale tutti gli organizzatori e gli attori hanno partecipato ad un rinfresco. Inoltre, come ricordo della giornata, sono state donate delle piantine, simbolo di crescita, cura e attenzione verso il futuro. L'evento è stato molto apprezzato dagli studenti e dai docenti, che hanno avuto l'opportunità di vivere un'esperienza educativa, artistica ed emozionante.

Giada Pinchera IVG GEC



Esperienza educativa di FSL a Milano

Dal 11 al 14 maggio 2026 ho partecipato insieme alla mia classe 5L a un viaggio formativo a Milano, un'esperienza che considero molto importante per la mia crescita personale e scolastica. È stato un viaggio che ci ha permesso di uscire dall'aula per entrare in contatto diretto con luoghi ricchi di storia, cultura e conoscenza. In questi quattro giorni siamo state seguite dal tutor Cosma Merighi, che ci ha guidati e accompagnati in tutte le attività, aiutandoci a vivere l'esperienza in modo più consapevole e riflessivo. Il nostro compito, infatti, non è



stato solo quello di visitare i luoghi, ma anche di osservare e raccogliere spunti di riflessione per elaborare pensieri finali sul tema del disagio e sull'autonomia delle persone con disabilità in una città complessa e caotica come Milano. Durante il soggiorno abbiamo visitato il Museo Nazionale della Scienza e della Tecnologia "Leonardo da Vinci", dove ho potuto approfondire la figura di Leonardo da Vinci e osservare da vicino le sue invenzioni, i progetti, attraverso

percorsi interattivi e modelli molto coinvolgenti. Abbiamo poi visitato il Museo Martinitt e Stelline, che racconta la storia sociale di Milano e delle antiche istituzioni di accoglienza, luogo che ci ha permesso di riflettere su temi legati alla solidarietà e all'infanzia nel passato. Il Museo Martinitt e Stelline, realizzato dall'Azienda di Servizi alla Persona Istituti Milanesi Martinitt e Stelline e Pio Albergo Trivulzio, è stato inaugurato il 19 gennaio 2009. Quasi cinquecento anni di una storia commovente ed emozionante, quella dei Martinitt e delle Stelline, come venivano

chiamati gli orfani milanesi. Dal 1528 fino agli anni Settanta, gli Istituti Milanesi Martinitt e Stelline hanno accolto ed educato gli orfani di Milano. Dal 2009 un museo multimediale ne raccoglie la storia. Un momento particolarmente significativo è stato anche la visita a Santa Maria delle Grazie, un luogo ricco di storia e arte, che custodisce uno dei patrimoni culturali più importanti della città. Infine, ho visitato il MUSA – Museo Universitario delle Scienze Antropologiche e Forensi, un museo dedicato

alla criminologia, all'antropologia e allo studio dei reperti storici. È stata un'esperienza particolare e molto interessante, che mi ha permesso di avvicinarmi a un ambito scientifico nuovo e affascinante. Questo viaggio per me e per i miei compagni di classe è stato non solo un'occasione di apprendimento, ma anche un momento di condivisione, osservazione e crescita personale.

Michela Cancanelli
V L SSAS



Sulle strade dell'eccellenza: la trasferta emiliana tra i segreti del Parmigiano e il sogno di ALMA

Il viaggio d'istruzione a Modena ha permesso agli alunni dell'istituto alberghiero di entrare nel cuore pulsante della produzione del Parmigiano Reggiano. Accolti dai maestri casari all'interno del caseificio, i ragazzi hanno assistito dal vivo alla delicata lavorazione del latte nei tradizionali calderoni di rame, alla successiva formatura e all'affascinante processo di salatura in salamoia. La visita si è conclusa nei maestosi magazzini di stagionatura, dove tra migliaia di forme disposte su scalere di legno hanno appreso i segreti del controllo qualità tramite la tradizionale "battitura" con il martelletto.

A coronamento di questo straordinario percorso nell'eccellenza, gli studenti hanno fatto tappa alla Reggia di Colorno per visitare ALMA, la Scuola Internazionale di Cucina Italiana. Camminare nei laboratori all'avanguardia del centro di formazione più autorevole del Paese ha permesso loro di osservare da vicino dove si formano i futuri professionisti della ristorazione, trasformando questa trasferta in una vera e propria immersione tra scuola, lavoro, alta formazione e tutela della cultura gastronomica italiana.

La Redazione



Oltre i banchi: due giorni di storia, acqua e sorrisi tra Perugia e Rasiglia

Cronaca della gita d'istituto del 16 e 17 aprile: il racconto dei ragazzi della sede di Via Rapido tra bellezze medievali, borghi incantati e condive.

Dalla redazione degli studenti

Il viaggio ha inizio: direzione Umbria

La sveglia è suonata presto, prestissimo. Il 16 aprile alle 7:00 del mattino, il piazzale della sede di Via Berlino a Cassino era già pieno di zaini, sguardi assennati ma carichi di adrenalina. Saliti sull'autobus, abbiamo imboccato l'autostrada in direzione Roma per poi addentrarci nei meravigliosi paesaggi dell'Umbria. Tra una sosta in autogrill per la colazione, risate e musica, il viaggio è volato.

Prima di salire nel cuore di Perugia, ci siamo concessi una pausa rigenerante: un pranzo al sacco in un grande parco sportivo, dove abbiamo potuto rilassarci sul prato, ammirare una bellissima chiesa adiacente e guardare alcuni atleti che si allenavano. Un'ora di libertà totale prima di immergerci nella storia.

Perugia: tra scale mobili, arte e panorami mozzafiato

Arrivati ai piedi di Perugia verso le 12:30, la prima sorpresa è stata... "tecnologica"!

Abbiamo risalito la rocca medievale attraverso il sistema di scale mobili, un modo decisamente originale di entrare nel passato.

Ad attenderci in cima c'era una guida turistica che ci ha accompagnato alla scoperta del centro storico. Abbiamo visitato la maestosa Cattedrale e lo splendido Oratorio di San Bernardino. Camminare per quelle vie medievali, piene di turisti provenienti da tutto il mondo, ci ha fatto sentire parte di qualcosa di grande. Il punto più alto del nostro pomeriggio? Sicuramente il belvedere: un affaccio panoramico che regalava una vista mozzafiato su tutta la città e sulle colline umbre. Dopo un pò di tempo libero per esplorare le vie del centro e fare shopping, verso le 19:00 ci siamo diretti in hotel.

La notte in hotel: il cuore della gita

La vita d'albergo è, da sempre, il momento più atteso di ogni gita. Dopo aver preso possesso delle camere e aver sistemato i bagagli, siamo scesi nella sala ristorante per la cena: un classico menù accogliente a base di pasta al sugo, cotoletta con le patate e formaggio.

Ma il bello è venuto dopo. La serata è trascorsa tranquillamente tra le stanze: un'occasione preziosa per parlare, ridere, conoscerci meglio fuori dalle dinamiche della classe e goderci una serata di totale spensieratezza insieme.

Il secondo giorno: l'incanto di Rasiglia, il borgo dell'acqua

Il mattino seguente, il 17 aprile, dopo la colazione siamo ripartiti per una meta magica: Rasiglia, un piccolissimo borgo medievale diventato famoso in tutta Italia. Definito da molti "la piccola Venezia dell'Umbria", **Rasiglia** ci ha incantato: è un paese attraversato da sorgenti d'acqua limpidissima e ruscelli che scorrono letteralmente tra le case di pietra.

Abbiamo passeggiato lungo i corsi d'acqua, risalito il sentiero fino ai resti dell'antico castello che domina la valle e respirato un'atmosfera d'altri tempi. Dopo il pranzo nel borgo, non è mancato il momento dei souvenir: quasi tutti abbiamo acquistato delle calamite ricordo da attaccare al frigorifero di casa, per non dimenticare la bellezza di quel luogo.

Il ritorno: un bagaglio più ricco

Alle 15:00 in punto l'autobus ha riacceso i motori in direzione Cassino. Siamo arrivati stanchi davanti a scuola nel tardo pomeriggio, ma con gli occhi pieni di bellezza.

"È stata un'esperienza davvero bella che ricorderò con piacere", scrive Marco nei suoi appunti. Ed è proprio così: queste gite non servono solo a imparare la storia dell'arte, ma a ricordarci quanto sia bello essere una classe, viaggiare insieme e scoprire il mondo oltre le pareti della nostra scuola. Alla prossima avventura!

Classe II D ALB



L'IIS SAN BENEDETTO RITORNA IN POLONIA

Durante l'anno scolastico ho avuto l'opportunità di partecipare al Progetto

Twinning in Polonia, un'importante esperienza di scambio culturale e formativo che si è svolta dal 19 al 26 aprile. Per poter prendere parte a questa iniziativa è stato necessario superare una graduatoria di selezione, nella quale sono risultato idoneo, ottenendo così la possibilità di rappresentare il mio istituto in un contesto internazionale.

Il progetto prevedeva la collaborazione tra studenti italiani e polacchi con l'obiettivo di favorire la conoscenza reciproca, lo sviluppo delle competenze linguistiche e la crescita personale dei partecipanti. Il gruppo italiano era composto da dieci studenti, cinque provenienti dall'istituto tecnico e cinque dall'istituto professionale, mentre il gruppo polacco era formato da dieci studenti della scuola di Błonie.

Il viaggio è avvenuto in aereo e, una volta arrivati in Polonia, ci siamo spostati principalmente in autobus per raggiungere le diverse località previste dal programma. La prima attività è stata la visita della scuola di Błonie, durante la quale abbiamo conosciuto gli studenti polacchi e il loro ambiente scolastico. I docenti e gli studenti ci hanno accolto con grande disponibilità, illustrandoci l'organizzazione della scuola e le attività che avremmo svolto durante la settimana.

Nel corso del soggiorno abbiamo visitato numerosi luoghi di interesse storico e culturale. Tra questi vi è stata Varsavia, capitale della Polonia, dove abbiamo ammirato il Palazzo della Cultura e della Scienza, uno degli edifici più iconici della città. Abbiamo inoltre visitato Danzica, importante città affacciata sul Mar Baltico, caratterizzata da un ricco patrimonio storico e architettonico, e Toruń, città medievale famosa per il suo centro storico perfettamente conservato e per aver dato i natali a Nic-

colò Copernico.

Particolarmente interessante è stata la visita a Westerplatte, luogo simbolo della storia europea, dove ebbe inizio la Seconda guerra mondiale il 1° settembre 1939. Durante la visita siamo stati accompagnati da una guida che ci ha illustrato in modo dettagliato gli eventi storici che si sono svolti in quel luogo, permettendoci di comprendere meglio l'importanza di questa pagina della storia e di riflettere sulle conseguenze del conflitto.

Tra le attività più coinvolgenti vi è stato anche un laboratorio dedicato alla preparazione del tradizionale pan di zenzero polacco. Durante questa esperienza abbiamo avuto l'opportunità di conoscere una delle specialità gastronomiche più famose del Paese, partecipando attivamente alla sua realizzazione. Al termine dell'attività abbiamo inoltre avuto la possibilità di acquistare alcuni prodotti tipici, portando con noi un ricordo concreto della cultura polacca.

Le attività organizzate insieme agli studenti polacchi sono state particolarmente coinvolgenti. Attraverso giochi, lavori di gruppo e momenti di confronto, abbiamo avuto la possibilità di conoscere una cultura diversa dalla nostra, instaurare nuove amicizie e sviluppare capacità di collaborazione e adattamento. Questa esperienza mi ha permesso di comprendere meglio l'importanza del rispetto reciproco e dell'integrazione tra persone provenienti da contesti differenti.

Un aspetto fondamentale del progetto è stato

l'utilizzo costante della lingua inglese. Per tutta la durata dello scambio abbiamo comunicato quasi esclusivamente in inglese, sia durante le attività scolastiche sia nel tempo libero. Grazie a questa immersione linguistica ho migliorato sensibilmente le mie competenze comunicative, acquisendo maggiore sicurezza nell'espressione orale e ampliando il mio vocabolario.

In conclusione, il Progetto Twinning in Polonia ha rappresentato una delle esperienze più significative del mio percorso scolastico. Mi ha offerto l'opportunità di confrontarmi con una realtà diversa, migliorare le mie competenze linguistiche, conoscere nuove persone e crescere sia dal punto di vista personale sia da quello culturale. Oltre alle visite e alle attività svolte, porterò con me il ricordo delle amicizie nate durante lo scambio, delle esperienze condivise e della consapevolezza di quanto sia importante il dialogo tra culture differenti. Ritengo che questa esperienza abbia contribuito in modo significativo alla mia maturazione personale e scolastica, lasciandomi insegnamenti che saranno utili anche nel mio futuro percorso di studi e lavorativo.

Mattia Felace III AAFM



Nella settimana trascorsa a Błonie noi alunni abbiamo vissuto un'esperienza di gemellaggio intensa e profondamente formativa, che ha superato ogni aspettativa.

Ospitati dall'Istituto "Wańkowicza" di Błonie, accompagnati dal professor Luigi Marrocco e dalla professoressa Gabriella Latempa, abbiamo condiviso lezioni, laboratori e momenti di vita quotidiana con i nostri coetanei polacchi, consolidando un gemellaggio nato già da diversi anni.

«All'inizio c'era un po' di imbarazzo, soprattutto per la barriera linguistica», raccontano gli studenti. «Poi, già dopo il primo incontro, tutto è cambiato. Ridevamo, scherzavamo e comunicavamo come se ci conoscessimo da sempre».

Il programma è stato denso e variegato: giochi di squadra, laboratori di cucina, attività informatiche,



visite guidate ai luoghi più significativi della regione, una gita a Danzica, la visita alla Fabbrica Norblin di Varsavia, l'incontro con il presidente della Provincia, la visita ai principali musei, alla casa di Fryderyk Chopin e la partecipazione alla cerimonia di consegna dei diplomi degli studenti polacchi del quinto anno superiore. Particolarmente apprezzato è stato il laboratorio in cui gli studenti hanno preparato insieme i tradizionali biscotti di pan di zenzero.

Non sono mancate le emozioni. Durante la serata di addio, riuniti tutti intorno al falò, tra lacrime, abbracci e regali scambiati, ci siamo salutati con la promessa sincera di rivederci presto.

Questo gemellaggio non è stato solo un viaggio studio ma è la dimostrazione concreta che l'Europa si costruisce prima di tutto attraverso le relazioni umane.

Onofrio Grossi IN N Moda per il Made in Italy

Esplorando Malta



to una scuola di lingua inglese, partecipando a lezioni dinamiche e interessanti che ci hanno permesso di migliorare le nostre competenze comunicative. Le attività proposte non sono mai risultate pesanti o monotone, poiché gli insegnanti hanno saputo alternare momenti di apprendimento a esercitazioni pratiche e attività coinvolgenti. Al termine del percorso ho ottenuto un risultato particolarmente soddisfacente, raggiungendo il livello C2 con una valutazione dell'82%, un traguardo che considero molto importante e che rappresenta il frutto dell'impegno dedicato allo studio della lingua inglese.

Per quanto riguarda il resto del soggiorno, abbiamo avuto l'opportunità di esplorare alcune delle località più caratteristiche dell'isola. Alloggiavamo in un hotel situato a St. Paul's Bay, una zona molto accogliente e piacevole, dalla quale ci spostavamo principalmente in autobus per raggiungere le varie destinazioni previste dal programma.

Tra le visite più interessanti vi è stata quella a La Valletta, la capitale di Malta, una città ricca di storia, cultura e scorci suggestivi. Qui abbiamo passeggiato tra le vie del centro storico, ammirato numerosi monumenti. Appena arrivati, siamo stati colpiti da una straordi-

naria esposizione di automobili Ferrari che raccoglieva modelli storici e contemporanei, offrendo una panoramica dell'evoluzione di uno dei marchi automobilistici più prestigiosi al mondo.

Abbiamo inoltre visitato Mdina, l'antica capitale dell'isola, una città dal fascino unico che ancora oggi conserva un'atmosfera medievale. Passeggiare tra le sue strette vie silenziose è stato come fare un salto indietro nel tempo. Pur ospitando soltanto pochi abitanti, Mdina rappresenta uno dei luoghi più suggestivi e caratteristici di Malta.

Un'altra esperienza particolarmente interessante è stata la visita a una fabbrica artigianale del vetro. Durante la visita abbiamo osservato da vicino le varie fasi della lavorazione, assistendo alla creazione di oggetti realizzati interamente a mano dagli artigiani. Al termine del percorso abbiamo avuto la possibilità di acquistare alcuni prodotti, molti dei quali destinati alle nostre famiglie come ricordo di questa esperienza.

Tra i luoghi che mi hanno colpito maggiormente vi è stato anche il Caffè del Mar, situato in una posizione panoramica che offre una splendida vista sul mare. È stato uno dei momenti più rilassanti del viaggio e ha con-

tribuito a rendere ancora più piacevole il soggiorno. In generale, nonostante alcune giornate abbiano richiesto lunghi spostamenti a piedi, l'esperienza è stata molto divertente e ricca di momenti di svago e condivisione.

Uno degli aspetti più belli di questo viaggio è stato il gruppo con cui ho avuto la fortuna di condividere l'esperienza. Ho trascorso questi giorni insieme a grandi amici, con i quali si è creato un clima di collaborazione, rispetto e amicizia.

In conclusione, l'esperienza PCTO a Malta è stata estremamente positiva sia dal punto di vista formativo sia da quello personale. Mi ha permesso di migliorare ulteriormente le mie competenze linguistiche, di conoscere luoghi affascinanti e di condividere momenti indimenticabili con i miei compagni. Porterò con me i ricordi di questa esperienza, le nuove conoscenze acquisite e la soddisfazione di aver raggiunto un importante risultato nella lingua inglese. È stata un'opportunità che ha arricchito il mio percorso scolastico e che conserverò tra le esperienze più belle e significative vissute durante questi anni.

Mattia Felace III AFM



Viaggio nell'eleganza alla scoperta del mondo Valentino



biamo inoltre notato come la scelta dei tessuti sia fondamentale per dare movimento e leggerezza ai capi, contribuendo a creare un effetto visivo armonioso ed elegante, ogni dettaglio anche il più piccolo risultava studiato con estrema precisione mostrando l'altissimo livello di qualità richiesto nell'alta moda.

Un altro aspetto interessante è stato comprendere il processo creativo dietro a ogni collezione, dalla progettazione iniziale fino alla realizzazione finale. Abbiamo capito quanto sia importante la precisione, la ricerca e il lavoro di squadra nel mondo della moda. Ci ha colpito come dietro ogni abito ci sia un lungo percorso fatto di prove, modifiche e sperimentazioni necessario per raggiungere il risultato desiderato. Questo ci ha fatto riflettere su quando impegno e dedizione sono richiesti per lavorare in questo settore. Inoltre, la disposizione degli abiti e l'allestimento del museo hanno reso la visita ancora più coinvolgente permettendoci di apprezzare ogni dettaglio da vicino. L'ambiente espositivo era organizzato in modo da guidare il

La visita al Valentino Garavani Virtual Museum è stata un'esperienza molto significativa per noi studenti di una scuola superiore di moda. Questo museo rappresenta un viaggio immersivo nella storia e nella creatività della maison Valentino, fondata dallo stilista Valentino Garavani. Fin dall'inizio del percorso espositivo abbiamo percepito l'importanza storica del marchio nel panorama dell'alta moda internazionale.

Durante la visita abbiamo potuto osservare numerosi abiti iconici, caratterizzati da eleganza, cura dei dettagli e grande innovazione nei materiali, ma anche le lavorazioni artigianali come ricami, applicazioni e strutture complesse. Alcuni abiti sembravano vere e proprie opere d'arte, capaci di unire moda e scultura, come quelli impreziositi da elementi tridimensionali o materiali insoliti. Ab-



visitatore in un vero e proprio racconto visivo della



carriera dello stilista.

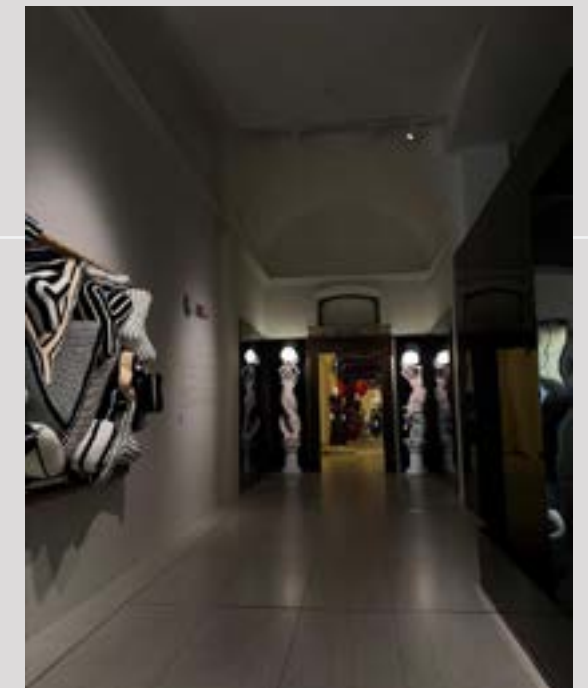
Per noi studenti è stata un'occasione importante per arricchire le nostre conoscenze e trarre ispirazione per il nostro futuro professionale. Abbiamo potuto osservare da vicino l'alta moda e comprendere meglio cosa significhi creare capi di lusso che uniscono tradizione e innovazione. Questa esperienza ci ha permesso anche di confrontare ciò che studiamo a scuola con la realtà del mondo lavorativo, rendendo l'apprendimento più concreto, inoltre ci ha spinto a sviluppare una maggiore attenzione verso i dettagli e la qualità del lavoro che realizziamo ogni giorno.

In conclusione, la visita al museo Valentino a Roma è stata un'esperienza formativa e stimolante che ci ha permesso di avvicinarci ancora di più al mondo della moda e di apprezzarne il valore



artistico e culturale. E' stata un'esperienza che difficilmente dimenticheremo, perché ci ha fatto comprendere quanto la moda possa essere una vera forma d'arte. Lasciandoci più consapevoli per il nostro percorso.

Luna De Silva e Desiree Sirmione
IV N Moda per il Made in Italy



IL CUORE DEL SAN BENEDETTO BATTE PER L'AUTISMO

L'Indirizzo Servizi per la Sanità e l'Assistenza Sociale ha preso parte con entusiasmo, sensibilità e autentico spirito solidale alla 10ª edizione della marcia "Sulle ali del Blu", un evento straordinario capace di unire generazioni, cuori e storie diverse in un unico, potente messaggio di inclusione che si è svolto domenica 12 aprile. L'evento, organizzato dall'associazione "I Colori dell'Autismo" e con il patrocinio del comune di Cassino, ha promosso la cultura dell'inclusione e Cassino si è tinta di blu, trasformandosi in un meraviglioso abbraccio collettivo fatto di sorrisi, energia, partecipazione e profonda umanità.

Tra colori vivaci, sguardi intensi e gesti carichi di significato, i nostri studenti hanno camminato con orgoglio, diventando testimoni autentici di valori profondi: rispetto, empatia, accoglienza.

Ogni passo è stato un segno, ogni sorriso una promessa, ogni presenza una voce che dice forte: l'autismo non è distanza, ma una straordinaria e preziosa forma di sentire il mondo.

Tra le presenze più luminose e significative, quella di Elisa, allieva della classe 5L indirizzo SSAS, ragazza speciale, autentico orgoglio del nostro indirizzo, che ha partecipato con una gioia contagiosa, una dolcezza disarmante e una straordinaria capacità di trasmettere emozioni vere.

Il suo sorriso, puro e sincero, è stato una lezione silenziosa ma potentissima, capace di arrivare dritto al cuore di tutti.

Elisa ci ricorda ogni giorno che la bellezza più autentica risiede nella sensibilità, nella spontaneità, nella capacità di vivere e condividere ogni momento con intensità.

Accanto a lei, con dedizione e cura, le prof.sse Costa e Todisco, soprattutto quest'ultima, presenza attenta e preziosa, simbolo concreto di una scuola che non lascia indietro nessuno, ma accompagna, sostiene e valorizza ogni unicità.

È stata una mattinata intensa, vibrante, profondamente emozionante, capace di lasciare un segno indelebile nei cuori di tutti i partecipanti.

Perché l'inclusione non è un gesto occasionale...è una scelta quotidiana, coraggiosa, consapevole.

Indirizzo SSAS



UN ALTRO MODO DI VEDERE IL MONDO

Tecnico, che, pur nella loro diversità, hanno operato insieme per un'unica grande finalità: il processo inclusivo. Un racconto corale, intenso, che ha mostrato come ogni percorso, ogni gesto e ogni relazione possano diventare strumenti concreti di integrazione e crescita.

Un elogio sentito e doveroso va alle allieve dell'indirizzo Servizi per la Sanità e l'Assistenza Sociale, vere protagoniste dell'evento. Con straordinaria maturità, sensibilità e competenza, hanno condotto ogni momento con grande professionalità, precisione e diligenza, dimostrando non solo preparazione tecnica, ma anche una profonda umanità.

Determinante è stato il contributo del coach motivazionale e mediatore della scuola, Franco De Rosa, che con le sue parole intense, autentiche e mai scontate ha saputo creare un clima di partecipazione attiva, riflessione profonda e connessione emotiva. Il suo intervento ha guidato il pubblico in un percorso interiore, trasformando l'ascolto in esperienza e il silenzio in consapevolezza.

Un sincero riconoscimento va al dirigente scolastico, per la visione educativa, l'impegno costante e la sensibilità dimostrata nel promuovere iniziative di così alto valore sociale e formativo. Grande apprezzamento anche per tutti i partecipanti alla tavola rotonda, che hanno arricchito il dibattito con contributi significativi, competenti e profondamente umani, offrendo spunti di riflessione concreti sul tema dell'inclusione.

L'evento si è concluso in un momento altamente simbolico e suggestivo: gli aquiloni, protagonisti del tema, diventano metafora di libertà, diversità e possibilità. Un'immagine semplice ma potentissima: non tutti voliamo nello stesso modo, ma ognuno può trovare il proprio vento. "Un altro modo di vedere il mondo" non è stato solo un evento, ma un'esperienza trasformativa, capace di lasciare un segno profondo nei cuori di chi ha partecipato.

Indirizzo SSAS

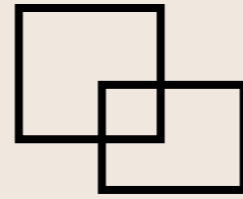


In occasione del Mese della Consapevolezza sull'Autismo, il giorno 25 maggio 2026, dalle ore 10:00, si è tenuto presso l'Auditorium del nostro Istituto, la seconda edizione dell'iniziativa "Un altro modo di vedere il mondo". L'evento nasce con l'intento di promuovere una cultura scolastica realmente inclusiva, favorendo la conoscenza e la comprensione dell'autismo e valorizzando la diversità come risorsa. La finalità principale è stata quella di sensibilizzare la comunità scolastica sul tema dell'inclusione e dell'accoglienza, offrendo uno spazio di riflessione condivisa attraverso esperienze significative, attività espressive e momenti partecipativi. L'intera mattinata si è sviluppata in un clima carico di emozione, partecipazione attiva e straordinaria energia positiva, coinvolgendo studenti, docenti, ospiti le classi della Scuola Media Conte, presenti con entusiasmo e grande attenzione.

Particolarmente significativo è stato il teatrino di Pinocchio, realizzato dalla classe II L SSAS, che accoglie S., una ragazza affetta da spettro autistico, la quale ha partecipato alla realizzazione delle marionette con grande interesse, dedizione e passione. Il personaggio di Pinocchio è stato reinterpretato in una chiave nuova e profondamente educativa: non più un burattino che deve cambiare per adattarsi agli altri, ma una figura che invita tutti noi a cambiare sguardo. Il messaggio è stato forte e attuale: non è la persona a doversi modificare, ma è la società che deve imparare ad accogliere e valorizzare ogni unicità. Altamente emozionante il video testimonianza, che ha saputo raccontare, attraverso immagini autentiche e momenti di vita reale, i percorsi dei nostri ragazzi. Sono stati valorizzati i vissuti e le esperienze degli studenti degli indirizzi Servizi Socio-Sanitari, Manutenzione e Assistenza Tecnica, Alberghiero e



IL DIALOGO CHE ABBATTE I MURI



Il 28 aprile 2026, insieme alla mia classe V L e la IV L dell'indirizzo Servizi per la Sanità e Assistenza Sociale, ho partecipato a una visita formativa presso l'Istituto Penale per i Minorenni di Nisida, un'esperienza molto intensa e significativa nell'ambito dell'educazione civica e della Formazione Scuola Lavoro.

Durante l'incontro abbiamo avuto l'opportunità di confrontarci con il responsabile della struttura e con una psicologa dell'istituto, che ci hanno illustrato il lavoro quotidiano svolto all'interno dell'istituto. Ci è stato presentato un sistema educativo articolato e moderno, fondato su scuola interna, laboratori professionalizzanti, attività sportive, sostegno psicologico, percorsi individualizzati e progetti concreti di reinserimento sociale, spiegato il funzionamento del carcere minorile e il percorso educativo e rieducativo rivolto ai ragazzi detenuti. Abbiamo affrontato il tema del disagio minorile, riflettendo sulle cause sociali, familiari ed emotive che possono portare alcuni giovani a situazioni di difficoltà e devianza. Abbiamo potuto confrontarci con una realtà complessa, delicata e spesso raccontata in modo superficiale, scoprendo il volto autentico di un'istituzione che ogni giorno lavora con serietà, professionalità e spirito umano per restituire il

futuro a tanti giovani.

Attualmente all'interno dell'istituto sono presenti 72 ragazzi, provenienti da diverse aree italiane e da contesti internazionali. Numeri che, grazie alla sensibilità delle future operatrici sociali del San Benedetto, si sono trasformati in volti, domande, storie e riflessioni profonde.

Per motivi legati ai protocolli di sicurezza non è stato possibile visitare gli spazi interni della struttura, ma ciò non ha minimamente ridotto la portata dell'esperienza. Al contrario, il cuore della giornata è stato il confronto umano e professionale sviluppatosi durante una coinvolgente tavola rotonda con il Direttore della struttura e con gli educatori.

Per me è stato un momento molto importante di riflessione, perché mi ha fatto comprendere meglio il valore delle scelte personali, delle regole e delle conseguenze delle proprie azioni.

Questa esperienza mi ha lasciato una grande consapevolezza e mi ha fatto riflettere sull'importanza della responsabilità e delle possibilità di cambiamento e reinserimento nella società.

Michela Cancanelli V L SSAS



FESTA DELLA DONNA VISITA AL CENTRO ANTIVIOLENZA KALIMESS

Gli studenti della classe I L dell'indirizzo SSAS, futuri tecnici socio sanitari, in occasione della Festa della Donna, hanno partecipato con grande sensibilità e attenzione alla visita presso il Centro Antiviolenza Kalimess. L'associazione convenzionata con il Comune di Cassino, ha finalità assistenziali, divulgative e culturali con azioni dirette al contrasto della violenza e tutela i diritti delle donne e in generale di tutti coloro che subiscono violenza. Il fine generale del Centro Antiviolenza è quello di offrire uno spazio dove le donne in temporanea difficoltà che subiscono o hanno subito violenza sessuale, fisica o psicologica, possano trovare ascolto e accoglienza, riflettere in tranquillità e costruire un proprio percorso di uscita dalla violenza, attraverso la relazione e il confronto con altre donne. Nel centro interagiscono qualificate figure professionali quali psicologhe, educatrici, assistenti sociali, avvocate civiliste e penaliste con formazione specifica sul tema della violenza di genere. Il Centro ha avviato iniziative di sensibilizzazione con le scuole poiché la comunità va educata a crescere nell'ottica della non violenza. Le operatrici favoriscono interventi di prevenzione, protezione, tutela e trattamento delle donne esposte a violenza, sole o con minori, accompagnandole nel percorso di fuoriuscita da gravi situazioni. Queste iniziative mirano a trasmettere alle giovani non solo competenze teoriche, ma una profonda consapevolezza civica. Il Centro Antiviolenza Kalimess offre gratuitamente servizi di accoglienza, supporto psicologico e consulenza legale.

Gli alunni hanno conosciuto una struttura valida di aiuto per le persone fragili, donne e bambini, e vissuto un'esperienza formativa che ha offerto loro spunti di riflessione importanti sulla prevenzione della violenza di genere e sul ruolo fondamentale dei servizi di supporto alle vittime.

Classe I L SSAS



La giornata delle Lingue dedicata a Ismail Kadare

Il 12 marzo 2026 si è svolta la *giornata delle lingue*, un appuntamento dedicato al dialogo tra letteratura e pluralità linguistica. L'edizione di quest'anno ha reso omaggio allo scrittore albanese Ismail Kadare, una delle voci più autorevoli della letteratura europea contemporanea. L'iniziativa è nata dalla collaborazione tra la Rete delle Scuole di Cassino per Letterature dal Fronte, l'Università di Tirana e l'Università degli Studi di Cassino e del Lazio Meridionale. Moderatrice è stata la Prof. Alessandra D'Ate-na, con la collaborazione delle Prof.sse Chiara Paolisso e Maria Luciani per la Rete delle Scuole del Territorio.

Come ormai è tradizione, sono state presenti rappresentanze di docenti e studenti della Rete delle Scuole del Territorio, la cui capofila è la Prof. Maria Venuti (Dirigente dell'IIS San Benedetto), la professoressa Clara Abatecola, presidente dell'Associazione Letterature dal Fronte e il Prof. Riccardo Finocchi, Docente di Linguistica e Semiotica della Facoltà di Lingue che ha parlato dell'importanza della traduzione, mentre in collegamento da Tirana le Prof.sse Persida Asllani e Dhurata Shehri hanno rispettivamente introdotto il pensiero di Ismail Kadare, e si sono soffermate sul romanzo "La bambola".

Uno dei momenti più emozionanti è stata la presenza degli studenti e studentesse Unicas di Lingue, che si sono alternati con gli studenti



e le studentesse di Tirana, del liceo Petrarca di Trieste (in collegamento online), e con quelli dell'IIS Carducci, dell'ITIS Majorana, del Liceo Varrone, del Liceo Scientifico Pellicchia e dell'IIS San Benedetto che hanno offerto una lettura plurilingue di brani tratti dalle opere di Kadare: un momento di incontro tra università, scuole e studenti, in cui la letteratura supera le barriere linguistiche e continua a parlare a pubblici diversi, dimostrazione che la lotta contro ogni forma di repressione e violenza ha e deve avere la voce anche – e aggiungeremmo soprattutto – delle nuove generazioni.

Classe V L SSAS



Il sogno italiano Progetto Letterature dal fronte

"Il sogno italiano" di Ylljet Aliçka è il libro vincitore della XXI edizione del Premio Internazionale "Città di Cassino – Letterature dal Fronte".



Gli studenti della Rete delle scuole di Cassino e del Liceo "Petrarca" di Trieste, protagonisti di un intenso percorso di lettura dedicato alla letteratura albanese dal fronte, hanno proclamato il vincitore della XXI edizione scegliendo tra i libri in gara.

Ad aprire l'evento, la Dirigente scolastica Maria Venuti, che ha sottolineato il grande valore educativo del progetto e l'importanza delle tematiche affrontate nei libri, capaci di accompagnare i giovani in un percorso che li aiuta a «mettersi nei panni degli altri» e a conoscersi meglio, esprimendo, inoltre, un sentito ringraziamento a tutti gli studenti e docenti coinvolti nella realizzazione del progetto e alla Presidente dell'Associazione Letterature dal Fronte, Clara Abatecola, che nel suo discorso ha sottolineato il potere della letteratura di trasformare storie di dolore e migrazione in un ponte tra culture diverse ed educare alla pace.

Presenti anche la Prof.ssa Rosella Tinaburri, delegata del Rettore dell'Università degli Studi di Cassino e del Lazio Meridionale, che ha evidenziato il ruolo fondamentale della collaborazione tra scuola e università nella formazione dei giovani.

Da sempre sostenitrice attiva e appassionata del progetto e del valore della cultura come strumento di crescita e incontro per le nuove generazioni è intervenuta anche la Dirigente Licia Pietrolungo dell'I.I.S. "Carducci".

Momento di forte emozione è stata la proiezione di un filmato audiovisivo dedicato alle prime testimonianze dell'emigrazione albanese verso

l'Italia e alle immagini della nave Vlora, riproposte attraverso i servizi dei telegiornali del 1991. Un racconto per immagini che ha riportato alla memoria una delle pagine più significative della storia recente del Mediterraneo, suscitando commozione e silenzio partecipe nell'Auditorium.



Determinante, come sempre, il ruolo della Rete delle scuole di Cassino guidata dall'IIS "San Benedetto", scuola capofila del progetto, insieme all'ITIS "Ettore Majorana", all'IIS "Carducci", al Liceo "Varrone" e al Liceo Scientifico "Pellicchia". Fondamentale anche il lavoro di coordinamento con le scuole svolto dalle professoressa Chiara Paolisso e Maria Luciani, impegnate in modo attento e appassionato nella realizzazione degli eventi che hanno accompagnato la XXI edizione del Premio Internazionale "Città di Cassino – Letterature dal Fronte" che si chiude così con una nuova, intensa pagina di cultura condivisa, confermando ancora una volta la forza della letteratura come ponte tra popoli, generazioni e storie diverse.

Appuntamento finale a ottobre che porterà gli studenti della Rete delle scuole di Cassino all'incontro con lo scrittore Ylljet Aliçka, vincitore dell'edizione.

Classe V L SSAS



PET THERAPY: UN'ESPERIENZA CHE RESTA NEL CUORE

Arrivederci Tobia e Cesare



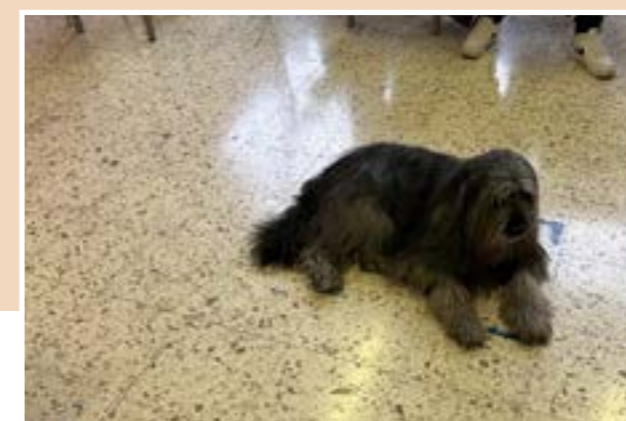
Libero”, ormai è una tradizione della scuola. Da tempo, infatti, la pet therapy si sviluppa con continuità, riscuotendo un crescente successo tra studenti e docenti, che ne riconoscono il valore educativo ed emotivo. Le attività, coordinate dalle funzioni strumentali per l'area inclusione — le professoresse Fuoco Valentina e Abatecola Maria per la sede di via Gari, e le professoresse Meleo Lorenza e Pelagalli Emanuela per la sede di via Berlino — e supervisionate dal coordinatore di sede, la professoressa Gemma Pellecchia, si sono articolate in quattro incontri per un totale di 12 ore, a partire dal mese di gennaio. Le classi 1GH, 4H e 4G hanno partecipato con entusiasmo, senza viverla come un “impegno” ma come un momento bello da condividere. Insieme alla coauditrice Ileana De Bernardis e ai cani Tobia e Cesare, gli studenti hanno fatto un percorso diverso dal solito: fatto di rispetto, ascolto

e relazione con gli animali. Ciò che rende davvero speciale questa attività è la sua capacità di andare oltre la semplice esperienza didattica: la pet therapy diventa uno spazio in cui gli studenti possono esprimersi liberamente, sentirsi accolti e costruire relazioni positive, rafforzando al contempo il proprio benessere emotivo. Anno dopo anno, questo progetto continua a lasciare un segno profondo, confermandosi come una delle iniziative più apprezzate e significative della sede Medaglia d'Oro. Un'esperienza bella, intensa e speciale, che arricchisce non solo il percorso scolastico, ma anche la crescita personale di ogni studente coinvolto. Non è solo un'attività scolastica: è un'esperienza che ti resta.

La Redazione



Il 17 aprile 2026, presso l'IIS San Benedetto di Cassino – sede Medaglia d'Oro, presieduto dalla dott.ssa Maria Venuti, si è concluso con grande partecipazione ed emozione l'ultimo incontro del percorso di pet therapy, un'iniziativa che negli anni è diventata un appuntamento atteso e significativo. Questo progetto, realizzato dal plesso “Medaglia d'Oro” in collaborazione dalla cooperativa “Stile



Brillanti Menti in Gara: La Matematica Conquista l'IIS San Benedetto!

Il 29 aprile, le aule dell'IIS San Benedetto - segmento tecnico Medaglia d'Oro si sono trasformate in arene di ingegno e calcolo per la stimolante gara di matematica riservata alle nostre classi seconde! Un applauso fortissimo a tutti i partecipanti che hanno messo alla prova le loro abilità, sfidandosi con problemi che richiedevano logica, creatività e tanta, tantissima passione per i numeri. Vedere tanta determinazione e concentrazione è stato davvero ispirante!

E un ringraziamento speciale va a tutti i docenti e allo staff che hanno reso possibile questo evento, creando un'atmosfera di sana competizione e apprendimento.

Congratulazioni ai vincitori, alunni della 2A: Casale Sofia, Brescia Martina, Pan Yixia, Borrelli Jacopo, Simonelli Aurora, Delgado Daniel, Viola Angela, Genovese Irene, Caucci Gianrico, Miele Giulia e alla Prof.ssa Anna Turchetta.

La Redazione

Frodi alimentari sul latte: un rischio per il consumatore

Noi studenti della classe 2D, nell'ambito del percorso di Educazione civica svolto con la docente di Scienze degli alimenti, abbiamo approfondito il tema delle frodi alimentari legate al latte, un alimento fondamentale nella nostra alimentazione quotidiana.

Le motivazioni di queste pratiche scorrette sono principalmente il guadagno economico illecito, la riduzione dei costi di produzione e, in alcuni casi, il tentativo di prolungare la conservazione del prodotto.

Abbiamo inoltre compreso i possibili rischi per la salute dei consumatori, che includono intossicazioni, reazioni allergiche e una riduzione del valore nutrizionale dell'alimento.

Questa attività ci ha permesso di capire quanto sia importante il rispetto delle norme e dei controlli nella filiera alimentare per garantire sicurezza, qualità e tutela del consumatore.

Classe II D ALB



Frodi alimentari sull'olio: un rischio per il consumatore

Noi studenti della classe 3A, nell'ambito del percorso di Educazione Civica svolto con la docente di Scienze degli Alimenti, abbiamo approfondito il tema delle frodi alimentari legate all'olio.

Attraverso questa attività abbiamo conosciuto le principali pratiche fraudolente, le loro motivazioni economiche e i possibili rischi per i consumatori. Questo lavoro ci ha aiutato a comprendere l'importanza dei controlli e della trasparenza nella filiera alimentare per garantire qualità, sicurezza e tutela del consumatore.

Classe III A ALB



LO SPRECO ALIMENTARE

Con queste slide ho voluto affrontare il tema dello spreco alimentare, un problema molto attuale che riguarda non solo il cibo che consumiamo ogni giorno, ma anche il rispetto per l'ambiente e per le risorse del pianeta.

Attraverso immagini semplici e consigli pratici, ho cercato di spiegare come piccoli gesti quotidiani, come organizzare correttamente il frigorifero, conservare bene gli alimenti e fare una spesa consapevole, possano aiutare a ridurre gli sprechi. Questo lavoro mi ha permesso di riflet-

tere sull'importanza di un'alimentazione più responsabile e sostenibile, facendo capire quanto ogni nostra scelta possa fare la differenza nella vita di tutti i giorni.

Angelica De Sivo VB/N ALB



GIORNATA NAZIONALE CONTRO LO SPRECO ALIMENTARE
5 FEBBRAIO 2026

LO SAPEVI CHE LA METÀ DELLO SPRECO ALIMENTARE NASCE NELLE NOSTRE CASE ?

QUALCHE CONSIGLIO PER SCEGLIERE MEGLIO

The graphic features a yellow background with illustrations of various dishes like ramen, a bowl of soup, and a plate of food. The text is in bold, orange and red fonts.

LA LOTTA ALLO SPRECO INIZIA PRIMA DI ENTRARE AL SUPERMERCATO

- pianifica i pasti
- controlla cosa hai già in casa
- fai la lista della spesa con ciò che ti serve davvero
- evita di fare la spesa a stomaco vuoto
- porta sempre con te buste riutilizzabili

The graphic has a yellow background with illustrations of food items like mushrooms, broccoli, and a bowl of soup. The text is in bold, orange and red fonts.

A CASA CONSERVA MEGLIO

OGNI ALIMENTO HA IL SUO POSTO IL FRIGORIFERO E COME USARLO

DECALOGO SICUREZZA NEL FRIGORIFERO

- temperatura ideale: 4-5 °C
- aprilo solo quando serve
- non tenerlo vicino a fonti di calore
- la temperatura giusta = cibo più sicuro



ERRORI DA EVITARE mai cibi caldi nel frigo

SCADENZE E SICUREZZA

- controlla sempre la data di scadenza
- metti davanti i cibi che scadono prima
- separa crudo e cotto
- usa contenitori chiusi

RIDURRE LO SPRECO È POSSIBILE

ogni giorno piccoli
gesti possono
fare la differenza



OGNI ALIMENTO HA IL SUO POSTO



ripiani centrali -> latticini e cibi cotti

ripiani bassi -> carne e pesce crudi

cassetti -> frutta e verdura



sportello
bevande e
salse

LA SOSTENIBILITÀ COME CHIAVE PER IL FUTURO

Nell'ambito del percorso di Educazione Civica dedicato alla sostenibilità e all'Agenda 2030, gli studenti della classe 4C Alberghiero hanno realizzato elaborati digitali sul tema del "piatto sostenibile". Attraverso immagini, presentazioni e contenuti multimediali, hanno approfondito l'importanza di scelte alimentari sane, equilibrate e rispettose dell'ambiente.

Classe IV C ALB



AGENDA 2030

Ha come obiettivo principale lo sviluppo sostenibile, cioè soddisfare i bisogni delle persone senza danneggiare l'ambiente e le future generazioni.

GOAL 12: consumo e produzione responsabili. Questo obiettivo vuole ridurre gli sprechi e insegnare a usare le risorse naturali in modo corretto, senza danneggiare l'ambiente.



PERCHÈ È UN PIATTO SOSTENIBILE?

Uso delle foglie: usando le foglie eviti lo spreco alimentare.
Cottura: usare la stessa acqua delle foglie per cuocere la pasta risparmi acqua ed energia.
Pane raffermo come formaggio: usando pane vecchio eviti lo spreco e dai una consistenza in più!

L'AGENDA 2030 E LA SFIDA DELLA SOSTENIBILITÀ

PIATTO SOSTENIBILE

MARIKA RUGGIERO IV C ALB

PASTA CON PESTO DI FOGLIE DI RAVANELLO E FINTO FORMAGGIO CROCCANTE

PASTA: meglio se integrale per sposare appieno la filosofia sostenibile e salutare

FOGLIE DI RAVANELLO: invece di essere buttate vengono frullate con l'olio extra vergine di oliva

FINTO FORMAGGIO CROCCANTE: trattandosi di un piatto sostenibile e "finto" formaggio, si fa alternativa vegetale e croccante.

E DAL PUNTO DI VISTA NUTRIZIONALE?

LE FOGLIE DI RAVANELLO CHE SPESSO SONO SCARTI DELLA CUCINA, SONO IN REALTÀ RICCHE DI VITAMINA C, VITAMINA K, FERRO, CALCIO E GLUCOSINOLATI.

IL CONDIMENTO DI QUESTO PIATTO SI BASA SUI GRASSI MONOINSATURATI DELL'OLIO EVO.

IL PIATTO INOLTRE VANTA UN ALTO CONTENUTO DI FIBRE PROVENIENTI DALLE FOGLIE E DALLA PASTA INTEGRALE.

OPEN DAY ACCADEMIA DI BELLE ARTI FROSINONE

Una giornata piena di creatività, scoperte e ispirazione: così si può descrivere l'esperienza

vissuta il 15 aprile 2026 dagli studenti della classe 4°G, in visita all'Accademia di Belle Arti di Frosinone.

Accompagnati dalle docenti Rosanna Paolucci e Valentina Fuoco, i ragazzi hanno partecipato all'Open Day organizzato dall'Accademia, entrando in un ambiente super dinamico e interessante, dove l'arte si esprime in tantissimi modi. Fin da subito sono stati colpiti dall'atmosfera accogliente e piena di energia, che ha reso tutto ancora più coinvolgente.

Appena arrivati gli alunni sono stati accolti dagli studenti dell'Accademia che hanno fornito le giuste indicazioni per visitare i vari corsi e in più hanno omaggiato i ragazzi con dei simpatici gadget.

Una delle cose più belle è stata poter parlare direttamente con gli studenti e i docenti dell'Accademia. Questo ha aiutato gli alunni a capire meglio come funziona questo tipo di Università e a immaginare un possibile futuro in questo campo. Durante la visita, gli studenti hanno girato tra aule e laboratori dei vari corsi: Pittura, Scultura, Moda, Fashion Design, Media Art, Scenografia, Fotografia e Graphic Design e Linguaggio dell'Audiovisivo. Ogni



spazio era diverso e interessante, pieno di lavori, strumenti e idee creative. È stato come entrare davvero nel mondo dell'arte.

Non è stata solo una semplice uscita scolastica, ma un'esperienza utile e significativa. I ragazzi hanno partecipato con entusiasmo, facendo domande e mostrando curiosità. In più, si respirava un bel clima di collaborazione, dove tutti si sentivano parte di qualcosa. Alcuni studenti sono rimasti particolarmente colpiti da alcune attività e hanno iniziato a pensare seriamente ad un futuro in ambito artistico. Le docenti hanno sottolineato quanto siano importanti queste esperienze di orientamento al futuro per aiutare gli studenti a capire cosa vogliono fare dopo la scuola. È stata una giornata diversa dal solito, divertente ma anche molto formativa, che ha lasciato tante idee e nuove prospettive.

La Redazione



Mani in pasta, idee in movimento (Incontro SIRMAN)

L'incontro formativo SIRMAN dedicato alle paste fresche ha coinvolto con entusiasmo gli studenti dell'indirizzo Alberghiero in una lezione partecipativa e dinamica, ricca di spunti



pratici e creativi. Il formatore ha guidato i ragazzi alla scoperta delle tecniche per realizzare una pasta perfetta, illustrando l'importanza della giusta attrezzatura e offrendo preziosi consigli sulla scelta degli ingredienti, con un'attenzione particolare ai prodotti sostenibili e alla riduzione degli sprechi alimentari.

Non solo tecnica, ma anche creatività: gli studenti sono stati invitati a sperimentare, a osare con abbinamenti originali e a dare vita a nuove ricette. Il momento più coinvolgente? Quando tutti, senza esitazione, hanno messo davvero le mani in pasta, trasformando la formazione in un'esperienza concreta, condivisa e altamente formativa.

Prof.ssa Annalisa Valente



Festa di pace: attività ludiche per la Pasqua

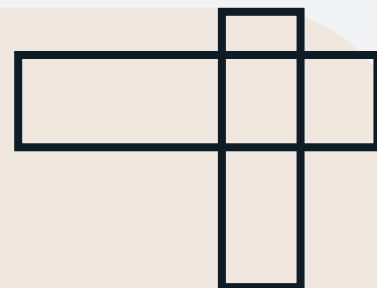
La nostra classe 5L di Servizi Socio-Sanitari ha avuto l'opportunità di partecipare al progetto "Feste di Pace: attività ludiche di animazione per la Pasqua", che ci ha visto protagonisti in una serie di attività di animazione per bambini e anziani durante il periodo pasquale. È stato un viaggio emozionante, ricco di sorrisi, risate e momenti di grande insegnamento. Gli obiettivi del progetto sono stati:

- Agevolare le scelte professionali;
- Conoscere direttamente la realtà aziendale;
- Realizzare "momenti" di Formazione Scuola Lavoro tra studio e lavoro.

Ecco alcune delle tappe che ci hanno più coinvolto, accompagnati dalle nostre professoressse Sara Costa, Rosana Chirico e Monica Todisco, che ci hanno guidato e supportato in ogni passo.

20 marzo: Una Giornata alla RSA Santa Scolastica

Abbiamo iniziato il nostro percorso con una visita alla RSA Santa Scolastica di Cassino. Qui abbiamo avuto modo di entrare in contatto con gli anziani ospiti della struttura, imparando a conoscere il lavoro degli Operatori Socio-Sanitari (OSS). È stato un momento di grande riflessione, che ci ha permesso di capire come si costruisce una relazione di cura e rispetto con le persone più fragili. È stato un'occasione per apprendere le dinamiche di una struttura e il modo in cui possiamo fare la differenza nella vita degli anziani, con piccole azioni quotidiane. Le nostre professoressse ci hanno guidato nell'apprendere l'importanza della pazienza, dell'ascolto e dell'empatia.



24 marzo: Un Sorriso all'Ospedale Santa Scolastica

Il 24 marzo siamo andati all'ospedale Santa Scolastica di Cassino, nel reparto pediatrico, per portare un po' di allegria ai bambini ospedalizzati. Con le mascotte la scimmietta George e la tartaruga Ninja, abbiamo letto fiabe, fatto disegni e giocato insieme ai piccoli. Nonostante le difficoltà, vedere i sorrisi dei bambini è stato davvero emozionante! Abbiamo capito quanto sia importante il nostro ruolo in contesti come questo, dove ogni gesto di affetto può fare la differenza nella giornata di un bambino. Le professoressse ci hanno aiutato a comprendere quanto sia essenziale donare tempo e calore umano a chi si trova in una situazione di vulnerabilità.



26 marzo: Attività Pasquali presso la Scuola dell'infanzia di via Zamosch

Il 26 marzo siamo andati alla scuola dell'infanzia di via Zamosch a Cassino per organizzare delle attività in preparazione alla Pasqua. Con le mascotte il coniglio pasquale e il pulcino Titty, i bambini hanno colorato le uova di Pasqua, partecipato a giochi creativi e fatto una piccola attività di teatroterapia. È stato il momento perfetto per metterci alla prova come educatrici, organizzando attività che stimolassero la loro creatività e li facessero riflettere sul significato della Pasqua. Le nostre professoressse ci hanno supportato in ogni fase dell'attività, aiutandoci a comprendere come adattare l'insegnamento alle necessità di ciascun bambino.

1 Aprile: Tradizioni Pasquali a Caira

L'ultima tappa del progetto ci ha portato alla scuola dell'infanzia di Caira, dove abbiamo festeggiato la Pasqua in stile ciociaro. Con giochi tradizionali e racconti delle signore anziane del paese, i bambini hanno avuto l'opportunità di conoscere le tradizioni pasquali del loro borgo. È stato un momento di unione tra generazioni, dove i bambini hanno potuto scoprire la bellezza delle tradizioni e le specialità culinarie del nostro territorio. Le professoresse ci hanno aiutato a preparare le attività, guidandoci nella gestione del gruppo e nell'organizzazione dell'evento e ci hanno mostrato quanto sia importante trasmettere ai più giovani il valore delle tradizioni. Le esperienze vissute in questi giorni ci hanno insegnato moltissimo, sia sul piano professionale che umano.

Abbiamo imparato come approcciarci in modo empatico e rispettoso con persone fragili, che siano bambini o anziani. Abbiamo sviluppato competenze pratiche nell'organizzare attività educative e ludiche, imparando a gestire gruppi di bambini, a stimolare la loro creatività e a creare

momenti di gioia. Ci siamo, inoltre, resi conto di quanto sia importante il lavoro di squadra e la capacità di adattarsi alle diverse situazioni.

Ogni attività è stata un'opportunità per crescere, sia come educatrici che come persone, e per rendersi conto di quanto piccoli gesti possano davvero fare la differenza nelle vite di chi ci circonda. Il progetto "Feste di Pace" ci ha dato tanto e ci ha permesso di sperimentare il nostro ruolo in modo diretto.

Ogni incontro, ogni attività, ci ha insegnato l'importanza di donare tempo, energia e sorrisi a chi ne ha bisogno. È stato un viaggio emozionante che ha rafforzato in noi il desiderio di lavorare nel mondo dell'educazione e dell'assistenza sociale, e ci ha fatto capire che, con semplicità, possiamo davvero fare la differenza.

Questo progetto è stato una delle esperienze più significative del nostro percorso scolastico. Ha unito educazione, solidarietà e tradizione, facendoci crescere come individui e come futuri professionisti del settore socio-sanitario.

Michela Cancanelli V L SSAS



Arrivederci al prossimo numero!

La Redazione