

### Mondo scuola

## L'ACCOGLIENZA E L'INCLUSIONE AL PORRO

Le interviste ai professori Borgna e Musolino, referenti per i B.E.S. e l'Inclusione d'Istituto

### Bhalobasa e il Giornalino

Una bella storia di solidarietà

Quella che vi racconto è una bella storia. Una storia di solidarietà, di belle persone, di belle azioni (...)

a pag. 20

### Storia e attualità

## La stella di Liliana Segre

Nei momenti più bui sono le piccole cose a infondere speranza e pace



La vita è paragonabile a un'onda del mare in cui migliaia di esseri (...)

a pag. 6

### Arte e cultura

#### Rinascimento e dintorni

## Benvenuto Cellini, un artista geniale e scellerato

Benvenuto Cellini (Firenze, 1500 - Firenze, 1571) fu scultore, orafo, musicista e scrittore; ma anche uomo senza scrupoli, assassino... La sua vita, segnata (...)

a pag. 5



Accoglienza e Inclusione. Due parole, due temi, due mondi. Ma una sola cultura, cruciale nella Scuola di oggi; e nel nostro Istituto, che può vantare una lunga tradizione nell'accogliere e nell'essere attivamente inclusivi nei confronti degli studenti più fragili (...)

a pagg. 2 e 3

### Storia e attualità

## Il giorno della Memoria



Il 27 gennaio si celebra il "Giorno della Memoria", istituita nel 2005 dall'Assemblea generale delle Nazioni Unite per commemorare le vittime dell'Olocausto. (...)

a pag. 7

### Le nostre firme per questo numero

Allam M., Boaglio D., Brutaru A.M., Carpignano G., Chafqane A., Chiabrando M., D'Agostino D., Driza E., Falzone G., Fornerone A., Koci K., Lella B., Lima G., Nigro F., Pezzano S., Sari A., Zappa D.

## L'I.T.T. del Porro premiato ai P.C.T.O.

Ottima prestazione del Turistico al progetto "School of Startup"

Nell'ambito dei P.C.T.O. (percorsi per il conseguimento delle competenze trasversali e per lo sviluppo della capacità di orientarsi), quest'anno la nostra scuola - il Porro - ha offerto (...)

a pag. 4

### Storia e attualità

## Perché si festeggia la Giornata internazionale delle donne?



[https://www.salute.gov.it/portale/news/p3\\_2\\_1\\_1\\_1.jsp?lingua=italiano&menu=notizie&p=dalministero&id=5825](https://www.salute.gov.it/portale/news/p3_2_1_1_1.jsp?lingua=italiano&menu=notizie&p=dalministero&id=5825)

Tutti ricordiamo che l'8 marzo è la "Giornata internazionale della donna" (...)

a pag. 8

### Sport

## Il tiro con l'arco e la disabilità

Note sul più inclusivo degli sport



a pag. 15

## L'ACCOGLIENZA E L'INCLUSIONE AL PORRO

Le interviste ai professori Borgna e Musolino, referenti per i B.E.S. e l'Inclusione d'Istituto

Accoglienza e Inclusione. Due parole, due temi, due mondi. Ma una sola cultura, cruciale nella Scuola di oggi; e nel nostro Istituto, che può vantare una lunga tradizione nell'accogliere e nell'essere attivamente inclusivi nei confronti degli studenti più fragili.

Mossi dal desiderio di saperne di più sul valore che la nostra scuola dà alla suddetta cultura, abbiamo pensato di proporre di seguito le interviste - in ordine meramente alfabetico - al professor Borgna e alla professoressa Musolino, referenti per i Bisogni Educativi Speciali e per l'Inclusione nella nostra scuola.

### INTERVISTA AL PROF. BORGNA

#### 1) Le chiediamo di presentarsi e di spiegarci la sua professione.

*Mi chiamo Giorgio Borgna, sono laureato in informatica e mi sono abilitato sia in informatica che in matematica. Ho insegnato prima nel corso professionale di "manutenzione e assistenza tecnica", poi nel corso "servizi per la sanità e l'assistenza sociale" ed infine nel corso turistico dove insegno tuttora. Sono coordinatore del Dipartimento di Matematica e referente per i B.E.S. (Bisogni Educativi Speciali). Riguardo a questo incarico mi occupo di coordinare la stesura dei P.D.P. (Piani Didattici Personalizzati), di informare i consigli di classe dei casi presenti, di controllare che tutti gli studenti con BES abbiano un tutor di riferimento e di supportare i docenti attraverso un corso iniziale e sportelli personalizzati durante tutto l'anno.*

#### 2) Al Porro secondo lei è favorita l'inclusione?

*Nel nostro istituto circa il 25% degli studenti presenta un B.E.S., perciò abbiamo deciso di assegnare ad ogni studente un docente tutor come punto di riferimento. Penso che la nostra scuola, rispetto alla media, sia molto inclusiva: ha un buon livello di comprensione delle problematiche e ci sono molti docenti con sensibilità, formati per lavorare bene con le metodologie inclusive. L'inclusione è una necessità, deve essere pensata a 360°, non solo per gli studenti certificati, ma non dobbiamo illuderci che sia semplice; tutti gli studenti devono sentirsi bene a Scuola e questa è una grande sfida per tutti i docenti.*

*Con gli strumenti che abbiamo, possiamo sempre migliorare, anche quando ci sono situazioni non ottimali (pensiamo anche a consigli di classe formati da molti insegnanti al primo incarico nel nostro istituto oppure con poca esperienza nella redazione dei PDP). Non siamo una scuola perfetta. La perfezione non esiste. Ci sono aspetti da migliorare e a volte si commettono errori, ma lavorando insieme (studenti, docenti e famiglie) si possono ottenere risultati importanti.*

#### 3) Attraverso le metodologie di lavoro, come si può migliorare l'inclusione?

*Credo che sia principalmente attraverso la lezione in classe che si possa raggiungere un buon livello di inclusione di chi ha difficoltà e non solo, insomma per*

*migliorare l'inclusione si deve pensare con attenzione all'impostazione della lezione.*

*Per una buona didattica, invece, penso all'alternanza di momenti di spiegazione con attività da svolgere in piccoli gruppi (la collaborazione tra pari è una modalità di lavoro efficace e coinvolgente). Considero inoltre interessante la sperimentazione delle classi per livelli di competenza: una novità per stimolare l'attenzione degli studenti, per socializzare e per lavorare meglio sia con le eccellenze, con lavori più complessi, sia sul recupero con chi ha difficoltà. Le metodologie per migliorare l'inclusione devono essere pensate basandosi sulla classe e sull'esperienza, che si raggiunge anche attraverso errori e talvolta fallimenti. Solo sbagliando si può migliorare: non c'è infatti, conoscenzasenza errori. Quindi ben vengano gli errori, se su essi sviluppiamo la nostra crescita!*



### INTERVISTA ALLA PROF.SSA MUSOLINO

#### 1) Le chiediamo, come prima cosa, di presentarsi alla comunità studentesca.

*Mi chiamo Alice Musolino, sono un'insegnante di sostegno dell'I.I.S. Porro di Pinerolo dal 2011 e referente per l'Inclusione dal 2016.*

*Ho insegnato Scienze Umane e Filosofia, poi mi sono appassionata al mondo dell'inclusione, imparando tanto e arricchendomi dal punto di vista professionale e umano. Il referente per l'Inclusione ha il compito di gestire gli aspetti organizzativi del Dipartimento di Sostegno, composto dai docenti di sostegno (40) e gli assistenti all'inclusione scolastica (13), figure professionali diverse che collaborano ad un progetto condiviso attraverso la propria competenza e i propri talenti. Noi accogliamo i progetti che all'interno della scuola valorizzano le peculiarità di questi professionisti dell'inclusione: proponiamo attività che valorizzano le abilità artistiche e manuali degli allievi, l'espressione musicale e corporea, altre ancora legate alla scoperta del territorio. I progetti vengono selezionati in base al gradimento degli allievi e alla loro efficacia educativa. Alcuni di questi sono presenti da molti anni nel nostro istituto: corsi di nuoto dedicati a ragazzi che ne traggono maggiormente beneficio, uscite sul territorio (progetto COESI con la Città Metropolitana di Torino e Montagna Accessibile con i Centri Diurni del territorio e Valli), attività di Canto e Musica in collaborazione con altre scuole di Pinerolo (maestro Ivan Vottero), partecipazione agli Special Olympics (prof.ssa Bo), formazione alla CAA (Comunicazione Aumentativa e Alternativa con Lucio Cassinelli); negli anni passati abbiamo svolto Pet Therapy (Associazione Sorrisi a Quattro Zampe), Clown Therapy (Paiaasu di VIP Pinerolo ODV), Biodanza, Circo Sociale (Pirilampo) e molto altro.*

*Il laboratorio di Mastro Geppetto accoglie inoltre attività di aggregazione funzionali all'orientamento in ingresso: allievi e allieve in fase di scelta della scuola superiore vengono accolti in questi spazi per permettere loro di sentirsi particolarmente a proprio agio. Il referente per*

*L'inclusione ha dunque il compito di costruire questi percorsi e curare i rapporti con la rete di servizi che rendono possibile tanta progettualità. In questo lavoro si incontrano tante persone diverse e ci si misura con contesti interessanti come l'ASL, i servizi sociali, le comunità montane, le cooperative del territorio, le associazioni di volontariato, costruendo percorsi di inclusione e promozione sociale davvero molto edificanti.*

### **2) Che cos'è per lei l'inclusione?**

*L'inclusione è un valore che ha orientato tutta la mia vita professionale: proprio l'esperienza di questi anni al Porro mi ha dato un'impronta, uno stile e un'identità precisa.*

*L'inclusione non si definisce in solitaria, è sempre frutto di una costruzione condivisa di significati, quindi la mia definizione di inclusione è legata a quello che noi come scuola, assieme agli allievi, le famiglie, i docenti, i referenti, il personale scolastico, gli educatori e la preside andiamo a costruire insieme. Proprio per questo è un cammino che può essere anche accidentato perché non tutti condividono la medesima visione: in modo particolare il Porro in questi anni ha sviluppato una capacità di inclusione che l'ha resa un'eccellenza nel territorio, esprimendo un alto livello di professionalità sulle competenze legate a disabilità complesse. Questa particolare progettualità ci ha fatto guadagnare la fiducia della Rete territoriale, attirando attraverso il passaparola un notevole numero di allievi presso il nostro istituto.*

*Unica è l'esperienza di volontariato nata in seno alla scuola: l'associazione 'Giorgio Panighini - Amici di Mastro Geppetto' ha portato negli ultimi dodici anni una risposta concreta di prossimità alle esigenze degli allievi e degli ex allievi che con gioia si ritrovano presso i nostri spazi per vivere amicizia, aggregazione, formazione, attività di tirocinio in modalità incentrate sui loro interessi e sui loro sogni. Particolarmente belle sono le esperienze estive di Estate Ragazzi patrocinata dal Comune.*

### **3) Secondo lei cosa possono fare gli allievi per comprendere e migliorare l'inclusione?**

*Gli studenti possono fare molto, ma soprattutto sono i destinatari di questo sforzo educativo. Quello che noi speriamo è di poter trasmettere con la nostra presenza e con il nostro 'fare' accanto a loro una cultura dell'accoglienza che si declini in tanti modi. Sogniamo che i ragazzi affinino una sensibilità a tutto ciò che è 'altro da sé'. Anche nelle classi più complesse noi ci auguriamo di fare 'breccia' nella sensibilità degli studenti aiutandoli a 'decentrarsi'. Sappiamo bene che all'interno di un'aula scolastica si possono fare esperienze anche molto spiacevoli dal punto di vista relazionale: esperienze di rifiuto, di non accoglienza, di aggressività. Abbiamo sperimentato in questi anni che essere presenti, coinvolgere in queste dinamiche tutti gli allievi valorizzandoli in tutte le proprie peculiarità li ha aiutati a 'fare pensiero' in quelle situazioni in cui punti di vista diversi rischiavano di cristallizzarsi in conflittualità e malessere. Includere significa innanzi tutto saper pensare insieme a come le relazioni possano orientarsi all'accoglienza: questa è la scommessa che come comunità educante speriamo di poter vincere.*

di A. Chafqane, F. Nigro e A. Sari, 3AS  
a cura della Redazione

## Porro in primo piano ai Giochi della Chimica

I risultati delle selezioni regionali dei Giochi della Chimica 2024



[https://www.soc.chim.it/it/giochi\\_della\\_chimica/2023-24/home](https://www.soc.chim.it/it/giochi_della_chimica/2023-24/home)

Le selezioni regionali dei giochi della chimica anche quest'anno hanno consentito al nostro Istituto di raggiungere un bel traguardo, dando la possibilità di fare un'esperienza stimolante e unica per gli otto alunni selezionati dalle prove dell'Istituto.

Ci sono due situazioni eccellenti da mettere in evidenza:

- per la **CLASSE C** (triennio dei corsi chimici) l'allievo **LAURENT ROSSETTI DI 3E** si è classificato 26° su 48 partecipanti; un risultato davvero notevole, visto che pur essendo del terzo anno, ha gareggiato con ragazzi del quarto e del quinto;

- per la **CLASSE A** (biennio di ogni istituto) **BENEDETTO FIORENZO XIAO LONG** si è classificato 5° su 69 partecipanti a livello regionale; altro risultato eccellente che verrà premiato venerdì 17 maggio 2024 dalle 15:30 alle 17:30 presso l'aula "Cannizzaro" del Dipartimento di Chimica dell'Università di Torino (via Giuria 7, 10125, Torino).

La Redazione

# Il Porro premiato ai PCTO

## Ottima prestazione del Turistico al progetto "School of Startup"

Nell'ambito dei P.C.T.O. (percorsi per il conseguimento delle competenze trasversali e per lo sviluppo della capacità di orientarsi), quest'anno la nostra scuola - il Porro - ha offerto alle classi quarte dell'I.T.T. (Istituto Tecnico Turistico) l'opportunità di partecipare alla seconda edizione del progetto denominato "School of Startup", realizzato in collaborazione con le associazioni Yepp e Fawlts e finalizzato alla presentazione di un'idea di *start-up* (ossia di un'impresa nella sua fase iniziale, mirante a crescere e a diventare grande con un *business model* unico).

Il progetto, a cui hanno preso parte un centinaio di ragazzi, divisi in 16 *team* di tutte le scuole superiori di Pinerolo, ha avuto una durata di un semestre (da ottobre ad aprile) scandito da diversi workshop; durante questi noi studenti siamo entrati in contatto con il mondo dell'imprenditoria, lavorando alla formazione di un gruppo di lavoro (di un *team*), alla definizione di un'idea d'impresa originale, alla conoscenza di come funzionano i *business plan* e i *business modelling*, alla pianificazione della gestione finanziaria di una *start-up*, alla finalizzazione dell'idea e, infine, alla preparazione della sua presentazione.

Quest'edizione, però, ha riservato una novità non presente nella scorsa stagione: il "residenziale". Si è trattato di un soggiorno in un hotel, vicino a Torino, nel quale siamo stati ospiti per 2 giorni. L'idea di introdurre questa esperienza - davvero unica - è venuta ai nostri *tutor*, pensando di aiutarci a finalizzare l'idea e a vivere più intensamente i *workshop*.

Lavorare all'interno di un *team* non è mai facile: le idee sono spesso contrastanti, e trovare un punto d'incontro in un gruppo di 6 persone è faticoso.

Ad ogni modo, tutti i gruppi alla fine hanno creato *start-up* originali, chi più chi meno.

La *start-up* ideata dal nostro *team* si chiama "Visitally". Si tratta di un'applicazione che permette agli utenti di visitare i posti meno conosciuti e, allo stesso tempo, ai comuni di poter pubblicizzare le proprie attrazioni. Per crearla, inizialmente abbiamo cercato di individuarne i possibili problemi e le loro soluzioni. Durante i *workshop*, abbiamo poi fatto una ricerca di mercato, attraverso un sondaggio, raccogliendo centinaia di dati e informazioni. I passaggi successivi sono stati quelli di determinare gli ipotetici costi/ricavi;

e infine di realizzare anche un sito, al quale accedere tramite il qr code.

Giunti alla conclusione del percorso, non rimaneva che attendere l'evento finale: il giorno in cui tutti i *team* si sarebbero confrontati, presentando pubblicamente i risultati del lavoro. L'ansia era ormai alle stelle.

La presentazione si è tenuta il 6 aprile al Teatro Sociale di Pinerolo, dinanzi a un pubblico di oltre 400 persone (tra cui parenti e amici, venuti a sostenerci, e una giuria composta da esperti provenienti dal mondo dell'imprenditoria e della innovazione).

Ogni *team* non aveva più di 5 minuti per cercare di convincere la giuria della bontà della propria idea d'impresa. E così, con il precedere delle presentazioni da parte dei vari gruppi di lavoro, l'esperienza si avviava alla conclusione, arricchita anche dalla bellezza di aver potuto fare amicizia con persone conosciute solo 6 mesi prima.

A fine presentazione tutti noi siamo stati chiamati a salire sul palco per le premiazioni. Eravamo agitati, non c'era nessuno che non tremasse. Per ciascuno dei primi tre *team* classificati era stato previsto un premio: per il terzo e il secondo l'opportunità di vivere un'esperienza presso il *Fablab* di Pinerolo; mentre per il primo quella di implementare la propria *start-up*.

Vedere il *team* della nostra scuola - il Porro - distinguersi, piazzandosi al secondo posto, ci ha resi molto fieri e contenti: eravamo riusciti ad arrivare alla fine del percorso e, soprattutto a far apprezzare un'idea che nel mondo delle imprese potrebbe realmente funzionare.

La partecipazione a "School of Startup" è stata una bellissima esperienza che accognerà molti di noi per tutta la vita. A renderla però tale hanno contribuito non solo i componenti del nostro *team*, ma anche i *tutor* e gli organizzatori del progetto i quali hanno operato in modo che tutto potesse andare alla perfezione.

di Giada Lima, 4AT  
a cura della Redazione

# SCHOOL OF STARTUP



## Rinascimento e dintorni

### Benvenuto Cellini, un artista geniale e scellerato

Benvenuto Cellini (Firenze, 1500 – Firenze, 1571) fu scultore, orafo, musico e scrittore; ma anche uomo senza scrupoli, assassino... La sua vita, tra genialità e scelleratezza, fu piena di colpi di scena, avventure e legendarie imprese.

Fin dall'infanzia fu avviato dal padre (musico, intagliatore e liutaio) allo studio della musica. Tuttavia, nonostante le sue notevoli capacità musicali, la sua più grande ambizione fu quella di primeggiare nell'arte orafa.

Già in età adolescenziale cominciò a manifestare un'indole violenta e un temperamento irrequieto.

Il desiderio di formarsi come orafo lo spinse a trovare sempre il modo di studiare, apprendere e lavorare nelle città in cui si trasferì o soggiornò (Siena, Bologna, Pisa, Roma e, ovviamente, Firenze).

Insomma, la sua natura irrequieta e impetuosa lo portò a trasferirsi spesso, da una città all'altra; come quando dovette fuggire a Roma (1523) a seguito di una condanna a morte in contumacia per una rissa finita a coltellate.

Giunto nella città eterna (1524) cominciò a prestare servizio presso la corte di papa Clemente VII (nipote di Lorenzo il Magnifico de' Medici), per il quale nel 1527 partecipò attivamente alla difesa di Roma durante il Sacco da parte dei Lanzichenecchi. Nel corso di questi primi anni romani Cellini frequentò il grande Giuliano Romano (pittore e architetto del Rinascimento e del Manierismo italiano) e artisti della cerchia dei «gioveni» di Raffaello; ebbe inoltre l'opportunità di entrare in contatto con gli affreschi del «gran Michelagnolo» (Michelangelo) in Vaticano, nei confronti del quale nutrì un'appassionata devozione.



<https://keep2.delteil.my.id/>

Il periodo successivo al Sacco vide Cellini ancora al servizio del papa mediceo (in qualità di maestro delle stampe della zecca romana), sempre benevolo nei confronti dell'artista che però seguì a tenere una condotta delittuosa. È dunque il caso di dire che in questo specifico contesto Benvenuto poté trarre benefici dal suo genio artistico al punto da evitare condanne.

A seguito della morte di Clemente VII e dell'elezione di papa Paolo III (nato Alessandro Farnese), Cellini sperimentò anche la prigionia fino al 1539.

Dopo un'importante parentesi francese durante la quale conobbe onori e gloria, nel 1545 fece ritorno a Firenze, dove il duca Cosimo I lo accolse, nominandolo scultore di corte e commissionandogli importanti sculture di bronzo. Tra queste l'ultima opera dell'artista: il Perseo con la testa di Medusa (della Loggia della Signoria) capolavoro della scultura manierista italiana inaugurato nel 1554. L'opera in bronzo rappresenta Perseo che solleva come trofeo la testa di Medusa decapitata e grondante di sangue (a simboleggiare l'«incisiva» affermazione di Cosimo I sulle velleitarie esperienze repubblicane).

Sotto il profilo tecnico il Perseo rappresenta il tentativo più celebre - riuscito - della straordinaria impresa di fusione in un solo getto di una grande statua (costituita di soli tre pezzi, o quattro, contando la spada) in atteggiamenti complessi.

Dopo il Perseo cominciò la sua carriera letteraria, scrivendo un trattato sulla scultura e sull'oreficeria; ma la sua opera più famosa fu *Vita*, una delle più celebri e avvincenti autobiografie della storia dell'arte, in cui scrisse: «Infinite sono le gioie e le pene di questa mia scellerata vita che non se ne possono contare».

di Klea Koci, 3AT  
a cura della Readazione

## La stella di Liliana Segre

Nei momenti più bui sono le piccole cose a infondere speranza e pace

La vita è paragonabile a un'onda del mare in cui migliaia di esseri microscopici sguazzano per ogni dove in cerca di pace e serenità: alcuni di questi esseri hanno la fortuna di acchiappare l'onda giusta e vivere a lungo; altri invece sono costretti a interrompere anzitempo i loro momenti di gioia per il sopraggiungere inaspettato della morte.

Quest'ultima, inevitabile, seppure da sempre temuta - e spesso scongiurata nella speranza di poter sguazzare il più possibile nei flutti della vita - non ha impedito fin dall'antichità all'essere umano di essere perennemente in lotta l'uno contro l'altro per molteplici ragioni. L'uomo, in costante ricerca di felicità, non si è tuttavia accorto che essa, così come la speranza, sta nelle piccole cose. Di ciò è a conoscenza Liliana Segre, la quale anche nei momenti peggiori della propria vita ha cercato un appiglio per continuare a cavalcare l'onda al ritmo di pace interiore.

Il suo nome riecheggia da anni nelle orecchie di molti italiani, in quanto è rimasta una dei pochi testimoni a raccontare il proprio dolore vissuto in prima persona nei campi di concentramento nazisti. Liliana Segre parte il 30 gennaio 1944 dal binario 21 della stazione di Milano e viaggia per molte ore non sapendo la destinazione e, soprattutto, non sapendo cosa l'avrebbe accolta una volta arrivata a destinazione: Auschwitz, luogo ormai conosciuto come "hölle" (inferno).

I primi traumi per la giovane ragazza iniziano dal momento in cui viene separata dalla famiglia e costretta a "vivere" in condizioni devastanti, privata di tutto e, di conseguenza, negata alla vita.

L'uomo nella sua storia è sempre stato attirato dalla conoscenza, per colmare le proprie insicurezze, per sopprimere le proprie paure e per governare l'immenso ignoto: questa è una delle ragioni che nei secoli ha portato l'essere umano a combattere per la sopravvivenza, proprio come è accaduto nel corso della seconda guerra mondiale a molti cittadini innocenti, come Liliana Segre che a differenza di molti altri, ha avuta salva la vita.

La vita, di cui talvolta l'uomo trascura la dimensione interiore. Quando cavalcare l'onda è complicato, la parte interiore dell'essere umano si oscura iniziando a percepire sentimenti bui, proprio come il vuoto incolmabile che provava Liliana Segre durante le notti passate ad Auschwitz. Ella provava dolore, sofferenza e, soprattutto, angoscia nel



<https://www.mediapiemarinari.it/ilsecchione/2020/giornata-della-memoria-27-01-2020/>

vedere la propria vita appesa a un filo spinato; sperava, ogni secondo passato al campo, di poter tornare alla propria vita reale, a quella in cui andava alle partite di tennis con il padre e ascoltava le lezioni della maestra presso la propria scuola che frequentava con i suoi amici. Queste piccole cose di routine, che all'uomo di oggi possono sembrare banali e scontate, per le persone vissute durante quel periodo storico erano solamente eventi irripetibili, ormai diventati sogni.

Liliana Segre è riuscita a recuperare la serenità e la pace interiore appigliandosi alla figura della stella: finché la stella nel buio della notte avesse continuato a brillare, ella sarebbe rimasta in vita. Allo stesso modo fino a che gli esseri che abitano le acque del mare sguizzeranno nell'onda, essi potranno sempre tendere alla ricerca di quell'equilibrio necessario all'esistenza.

Le persone trovano la propria stella, così come la propria onda, arrivando a sedimentare i propri sentimenti: esternare le proprie emozioni e riuscire a trovare del bene nel male sono la chiave di una vita vissuta appieno.

Da quando Liliana Segre si è esposta al Mondo, la sua stella brilla ancor di più.

Sofia Pezzano, 4AT

## Il giorno della Memoria

“Se comprendere è impossibile,  
conoscere è necessario”

(da *Se questo è un uomo* di Primo Levi)

Il 27 gennaio si celebra il “Giorno della Memoria”, istituita nel 2005 dall’Assemblea generale delle Nazioni Unite per commemorare le vittime dell’Olocausto. Ma che cosa bisogna davvero ricordare?

È una giornata commemorativa (in Italia istituita dal 2000), che non va considerata solo un omaggio alle vittime del nazismo.

La Germania nazista adoperò uomini e risorse per mettere in atto “la soluzione finale della questione ebraica”: lo sterminio di tutti gli ebrei attraverso la *Shoah*, uno dei genocidi più razionali e organizzati della storia, che sfruttò la “tecnologia” e impianti efficienti per sterminare un intero popolo, privandolo di ogni diritto e ricordo della vita.

Il “Giorno della Memoria” non deve essere solo un momento da dedicare al ricordo delle vittime, ma anche un’occasione di riflessione su eventi che riguardano anche l’Italia da molto vicino, in quanto alleata della Germania nazista.

Nota vittima dell’Olocausto fu ad esempio Annelies Marie Frank, comunemente conosciuta come Anna Frank: scrisse un diario, pubblicato dal padre in seguito alla sua morte (avvenuta nel campo di concentramento di Bergen-Belsen nel 1945), che

rappresenta tutt’ora una delle più note testimonianze, a livello internazionale, delle persecuzioni naziste.

Sono stati deportati nei campi di concentramento ebrei, disabili, omosessuali, prigionieri politici, considerati come oggetti e privati della loro identità. Le testimonianze dei sopravvissuti alla *Shoah*, devono essere d’aiuto per migliorare il mondo di oggi e il mondo che verrà: ci sono ancora alcuni atteggiamenti e comportamenti di natura razzista, che discriminano in base al colore della pelle, al proprio culto religioso, alla disabilità.

Assistere a questi eventi oggi, nel nostro contesto sociale, può essere scioccante, ma soprattutto deludente, perché da ciò si può comprendere che è l’ignoranza l’unica fonte di tali comportamenti.

Arianna Sari, 3AS



<https://www.ilpuntoquotidiano.it/alboscuole/se-questo-e-un-uomo-riflessioni/>

Se questo  
è un uomo  
Primo Levi



<https://www.ilpuntoquotidiano.it/alboscuole/se-questo-e-un-uomo-riflessioni/>

## “Coltivare insieme il garofano” (da una riflessione sul femminicidio)

È una domenica mattina, i genitori si svegliano presto e preparano la colazione ai propri figli, i quali, stanchi dalla serata vivace del sabato dormiranno serenamente fino a tarda mattinata. La mamma mette sul fuoco la caffettiera, sforna i biscotti cucinati con tanto amore e sistema sulla tavola un vaso di *garofani* bianchi e una tazza di latte caldo, che il marito berrà frettolosamente dopo essersi sciacquato il viso con acqua gelida per risvegliarsi. Nella tarda mattinata la casa è immersa nell'aroma di burro e pan di zenzero; la calma di sottofondo è interrotta soltanto dalla spia del forno che suona incessantemente per avvertire la donna che i biscotti sono finalmente pronti.



<https://www.comune.molfetta.ba.it/vivere-il-comune/attivita/notizie/item/molfetta-dice-no-al-femminicidio-in-programma-iniziative-e-un-momento-di-riflessione-in-consiglio-comunale>

La famiglia si riunisce a tavola, i figli finalmente prendono posto e la mamma fa loro compagnia mentre il padre prende il telecomando della televisione e con molta tranquillità accende il dispositivo; la quiete della famiglia è interrotta da una voce del telegiornale: una donna di 40 anni è stata uccisa dal marito perché ha osato uscire con le amiche senza avvisare il “suo” uomo.

L'intera famiglia è devastata, l'atmosfera dell'abitazione ha perso il profumo di biscotti appena sfornati, di caffè e soprattutto, non è più presente l'ambiente di una classica domenica passata in famiglia.

Questa domenica, non è l'unica giornata ad essere caratterizzata dalla cronaca nera: è una delle innumerevoli domeniche nelle quali le televisioni interrompono la quotidianità di ognuno, per informare la popolazione con racconti disastrosi che narrano storie di donne che vengono private del dono della vita.

Il mondo, fin da quando se ne ha conoscenza, è abitato da due figure umane che nel corso dei millenni si sono distinte con i nomi “uomo” e “donna”: l'uomo però è la figura che ha sempre preso il potere nelle proprie mani, è colui che ha l'autorità di prendere grandi decisioni, di governare e persino di uccidere una donna, quasi fosse giustificato.

La donna, al contrario, è una figura vista dalle società passate, e purtroppo ancora presenti, come secondaria e, di conseguenza, di minore importanza. Per comprendere meglio la questione non c'è bisogno di andare troppo indietro nel tempo ma lo si può fare semplicemente con dei paragoni della quotidianità del ventunesimo secolo: sia la figura maschile sia quella femminile sono presenti nell'ambito lavorativo ma, se gli uomini possono raggiungere grandi risultati e percepire guadagni elevati, le donne è risaputo che abbiano meno opportunità di avere uguali fortune e pari opportunità di carriera. Tutto ciò ha provocato conseguenze negative nell'intera società (come ad esempio il *gender gap*).

La causa principale di tutto ciò è nella caratterizzazione della collettività del presente: una società conosciuta come “patriarcale”, basata su un sistema socio-culturale tendenzialmente maschilista. Purtroppo questa realtà è molto spesso causa della violenza verso la figura femminile sia in maniera volontaria sia in involontaria.

All'uomo, infatti, viene insegnato un comportamento dominante e aggressivo che porta ad un rafforzamento del concetto virilità; la donna di conseguenza, attua una sottomissione verso l'altro genere e risulta maggiormente accomodante.

Il problema essenziale che ha scosso l'opinione pubblica mondiale nell'ultimo periodo è proprio il fenomeno del “femminicidio”: questa parola è stata coniata nel 2001, e per la prima volta ha consentito di identificare l'uccisione di una donna in quanto “donna”. Esso è frutto di un fenomeno più ampio che racchiude anche la violenza fisica e psicologica, nonché i maltrattamenti perpetrati dagli uomini.

Appare opportuno soffermarsi sul femminicidio, in quanto caso più estremo di violenza, per capire il motivo che ha attirato tanta attenzione da parte dell'opinione pubblica: il “femminicida”, può essere

di qualsiasi classe sociale, e appartenere ad una famiglia unita come ad una degradata; essere un ingegnere o un uomo disoccupato, esteriormente aggressivo oppure no. Si è certi solamente che dentro la mente del femminicida ci sia solamente un ingranaggio non funzionante, il quale però andrebbe riparato e coltivato per evitare che a soffrire, o persino a rimetterci la vita, siano le donne.

Il femminicidio è un fenomeno trasversale e ne è una dimostrazione lo spettacolo teatrale intitolato "PND", "Per Non Dimenticare", nel quale viene rappresentato il femminicida come un uomo che esercita la professione di clown: una figura che, per antonomasia, porta sorrisi ai bambini e ha lo scopo di divertire ma che in questo caso compie un'azione alquanto contraddittoria con il lavoro che svolge. Questa è indubbiamente una metafora che però proietta agli occhi di chiunque come la violenza sia "per tutti".



<https://riforma.it/2023/11/28/pnd-per-non-dimenticare/>



<https://www.piazzapinerolese.it/2023/11/08/leggi-notizia/argomenti/cultura-12/articolo/la-violenza-sulle-donne-in-scena-a-luserna-san-giovanni-e-pinerolo-con-pnd.html>

Sarebbe meraviglioso un mondo in cui la parola "femminicidio" non esistesse, in cui le persone non sappiano cosa sia la morte non naturale e, soprattutto, sarebbe sbalorditivo vivere in una società in cui le donne abbiano uguali possibilità degli uomini; tutto ciò si può solo sognare, ma i giovani del ventunesimo secolo devono lavorare per permettere alle generazioni future che questo grande sogno diventi realtà.

Il *garofano* esprime un concetto di libertà, come quella che le donne meritano, appieno; i *garofani*, così come le menti umane, possono essere bianchi o rossi: il fiore bianco può rappresentare il bene e simboleggiare la libertà e la resistenza, mentre quello rosso può esprimere la parte malvagia e un amore appassionato ma contemporaneamente malato.

Le menti umane, così come i fiori di garofano, devono essere coltivate affinché la parte positiva possa prevalere su quella negativa e il Mondo ha bisogno di essere ornato da molti più fiori di garofano bianchi.

Sofia Pezzano, 4AT

## Perché si festeggia la *Giornata internazionale delle donne* ?

Tutti ricordiamo che l'8 marzo è la "Giornata internazionale delle donne" (ovvero "Giornata internazionale dei diritti delle donne"), ma sappiamo il significato di questa giornata?



<https://kaki.life/riflessioni-sulla-giornata-internazionale-della-donna/>

Il giorno 8 Marzo fu scelto per ricordare la manifestazione contro lo zarismo delle donne di San Pietroburgo avvenuta nel 1917. Oggi è dedicato al ricordo delle conquiste sociali, politiche ed economiche che le donne hanno ottenuto e per le quali hanno combattuto. Il 28 febbraio del 1909 venne celebrata la prima Giornata internazionale della donna negli Stati Uniti, data scelta dal Partito Socialista dopo l'evento in cui migliaia di camiciaie newyorkesi fecero uno sciopero per le condizioni precarie di lavoro.

In Italia nel 1946 grazie a Teresa Noce, Rita Montagnana e Teresa Mattei la mimosa divenne simbolo di questa giornata per il suo colore giallo che rappresenta il passaggio dalla morte alla vita, simbolo della lotta delle donne per l'uguaglianza di genere.

Purtroppo tutt'oggi, nonostante i vari progressi della società, le donne sono ancora vittime di violenze e discriminazioni e non possono rivendicare gli stessi diritti degli uomini, ma questo è per colpa delle leggi che non tutelano ancora del tutto i diritti delle donne o del pensiero retrogrado della società.

Anna Maria Brutaru, 2EI

## Notizie dal Mondo

**IL BRASILE: UN PAESE "SPACCATO"**

Anche quest'anno è passato il carnevale e nei tg abbiamo sentito parlare dei festeggiamenti a Rio De Janeiro di questo grande evento, ossia del Carnevale più importante al mondo. Tra samba e travestimenti è giunta a noi l'idea di un popolo felice e goliardico. Ma il Brasile, purtroppo, non è questo; non è la felicità ostentata per le strade di Rio tra balli di samba e sfilate di maestosi carri; il Brasile è un paese sull'orlo di un guerra civile, spaccato letteralmente a metà.



<https://www.cortiledeigentili.com/il-brasile-un-paese-spaccato/>

Nel secondo turno delle elezioni del 2022, l'ex capo di Stato del Brasile Lula da Silva è stato eletto per la terza volta alla carica di Presidente della Repubblica brasiliana con il sostegno del 50,9% dell'elettorato, superando l'esponente della destra radicale Bolsonaro, che è diventato il primo presidente brasiliano a non essere rieletto dopo il ritorno alla democrazia. I sostenitori di quest'ultimo a seguito del ballottaggio, che ha visto la rielezione Lula, hanno assalito addirittura le sedi istituzionali ritenendo che l'elezione del nuovo presidente fosse frutto di brogli elettorali.



<https://www.rainews.it/articoli/2022/10/brasile-avanti-bolsonaro-con-il-52-dei-voti-con-il-10-dei-seggi-scrutinati-11fa8287-c198-4c92-8fcf-83b774ee0676.html>

Il Brasile è un paese enorme dove coesistono realtà avanzate e civilizzate da un lato, e contesti in cui vivono ancora gli aborigeni dall'altro. Famoso è il degrado esistente nelle *favelas*, periferia delle grandi città dove c'è povertà e degrado e dove è più facile far presa sulla popolazione facendo leva sui bisogni primari.



<http://www.michelebertuccio.it/2023/01/22/la-deforestazione-in-amazonia-ai-tempi-di-bolsonaro/>

La promessa di Lula è stata proprio questa: ridurre la povertà e fermare la distruzione della foresta pluviale più grande del mondo, vale a dire la Foresta Amazonica.

Perché occuparci del Brasile? Perché nel quadro di abolizione della fame nel mondo - prospettato dall'Agenda 2030 - il Brasile rientra a pieno titolo. Le conseguenze della deforestazione amazzonica, poi, pongono margini di riflessione sui cambiamenti climatici.

Laboratorio Alternativa  
a.s. 2023/2024

Notizie dal Mondo

# L'ipocrisia europea sull'inquinamento

In questo momento storico, uno dei temi più scottanti è l'inquinamento ambientale, e ogni giorno da tutto il mondo arrivano notizie e dati sempre più preoccupanti.

Ma come vive il cittadino europeo questa situazione? Praticamente è come se non la vivesse rispetto a tante altre persone nel mondo. L'Europa, per l'appunto, gode di sanità pubblica gratuita, mezzi di trasporto sempre più moderni e di *comfort* che agevolano la vita di tutti i giorni. Nulla di cui lamentarsi, no? Eppure sotto il profilo ambientale, il continente europeo emette il 6% totale delle emissioni mondiali: una cifra significativa (circa 1030 milioni di tonnellate di CO<sub>2</sub>), tenendo presente l'obiettivo di dimezzarle entro il 2030.

Ma gli altri Paesi? Nazioni come la Cina e l'India, non potendosi più identificare quali Paesi in via di sviluppo non possono più usare questa scusa per poter inquinare. Non bisogna naturalmente dimenticare anche i paesi occidentali come gli Stati Uniti. Le sole emissioni di questi tre ultimi paesi elencati rappresentano un dato sconcertante in quanto raggiungono il valore di 16,7 miliardi di tonnellate di CO<sub>2</sub>, praticamente metà del valore totale mondiale.



<https://www.professioneimobili.it/servizi/inquinamento-indoor-approfondimento/>

Ma il problema più grave non sono solo le emissioni di anidride carbonica: il cittadino europeo beneficia, come detto prima, di molti comfort: ormai tutti in casa hanno ad esempio un condizionatore, un computer, un frigorifero o un telefono; ma come vengono prodotti gli oggetti che usiamo tutti i giorni, incoscienti dell'impatto ambientale emesso durante sia la produzione sia il ciclo di vita di quest'ultimi? Inoltre, molti di questi oggetti sono elettrici, di conseguenza per funzionare hanno bisogno di una batteria, ma queste batterie non



<https://www.sovranitapopolare.org/2022/09/25/noi-cittadini-non-possiamo-interferire-con-i-politici-europei/>

sono forse prodotte utilizzando altri mezzi inquinanti e sfruttando manodopera a basso costo da Paesi in via di sviluppo?

In questi Paesi le persone adulte e molti minorenni lavorano per una paga misera in condizioni precarie e molto rischiose (non bisogna infatti dimenticare le malattie contratte - spesso terminali - durante l'estrazione di materiali quali il Litio, il Cadmio od il Nichel).

Concludendo, se si vuole salvare il mondo, per quanto sia giusto ciò che vuole fare l'Europa, bisogna aiutare questi Paesi e consentire loro di fare un "passo" avanti.

Anche perché quando l'Europa avrà ridotto le sue emissioni al 3%, le emissioni restanti verosimilmente verranno inglobate da colossi economici come la Cina o come gli Stati Uniti; e dunque tutto lo sforzo per diventare *green* sarà inutile.

L'obiettivo finale, dunque, non deve essere quello di vivere in un mondo nel quale si può dire "il mio Paese inquina meno del tuo" e farne un vanto, bensì quello di poter ridurre il più possibile le diseguaglianze, facendo ogni giorno piccoli cambiamenti. Ciò non vuol dire regredire nel tempo e non poter più utilizzare le tecnologie odierne, ma cercare nuovi modi per poterle sfruttare al meglio.

Daniele Zappa, 3BI

fonti: Euronews, Geopop,  
Climate Selectra,  
La Gazzetta dello Sport

# Il fascino dell'elettrico

## I nuovi monopattini alla conquista delle città

Con l'avvento delle tecnologie elettriche, i monopattini hanno vissuto una rivoluzione che li ha trasformati da semplici giocattoli a veicoli di trasporto urbano efficienti ed ecologici. Tra le opzioni più interessanti spiccano i monopattini elettrici da 450 Watt, una scelta sempre più popolare per chi cerca un mix di potenza ed efficienza negli spostamenti quotidiani.

### Potenza e prestazioni: un cuore da 450 Watt

La potenza del motore è un elemento cruciale per valutare le prestazioni di un monopattino elettrico, e i modelli da 450 Watt dimostrano di essere una scelta equilibrata. Con una potenza sufficiente per affrontare pendenze moderate e garantire una velocità confortevole, questi monopattini si inseriscono perfettamente nella fascia ideale per gli spostamenti urbani. Caratteristica fondamentale è l'autonomia, e i monopattini elettrici da 450 Watt offrono un compromesso ideale tra dimensioni della batteria e autonomia. Con batterie avanzate, questi veicoli possono coprire distanze considerevoli con una sola carica, rendendoli adatti per gli spostamenti quotidiani casa-lavoro o per esplorare la città senza preoccuparsi della durata della batteria.

### Design moderno e pieghevole: l'agilità al tuo servizio

La portabilità è un aspetto spesso sottovalutato ma cruciale, soprattutto nelle dinamiche città moderne. I monopattini elettrici spiccano per il loro design intelligente, con molti modelli dotati di meccanismi di piegatura che li rendono facilmente trasportabili in metropolitana o su altri mezzi di trasporto pubblico.

La loro struttura leggera ma robusta li rende anche adatti a essere trasportati a mano quando non sono in uso.

### Connettività e sicurezza: tecnologia al servizio dell'utente

Molti monopattini elettrici moderni da 450 Watt integrano funzionalità intelligenti, come la connettività Bluetooth per l'accesso ad applicazioni dedicate. Queste app possono offrire informazioni sulla velocità, sulla distanza percorsa e persino consentire di regolare le impostazioni del monopattino.

Inoltre, la presenza di luci integrate e sistemi di frenata avanzati contribuisce a migliorare la sicurezza dell'utente durante gli spostamenti notturni. In conclusione, i monopattini elettrici da 450 Watt rappresentano un'eccellente opzione per coloro che cercano un equilibrio tra potenza, autonomia e praticità. Con la loro versatilità e le caratteristiche tecnologiche all'avanguardia, questi veicoli si stanno rapidamente affermando come una scelta intelligente per gli spostamenti urbani, contribuendo a rendere le città più sostenibili e connesse.

### Muoversi insieme verso l'elettrico

L'elettrico ormai è il futuro di tutto il mondo della mobilità, e il monopattino elettrico ne sta entrando a far parte pienamente. Se tutti potessero dotarsi di un monopattino elettrico - a costi molto contenuti - potremmo anche ridurre l'emissione di gas CO<sub>2</sub>, inquinando forse meno il pianeta.

Mohamed Allam e Diego D'Agostino, 2BI



# Droni: la rivoluzione silenziosa nel cielo

## La tecnologia tra progresso e regresso

Nel panorama tecnologico attuale, i droni hanno conquistato un ruolo di rilievo come strumenti capaci di 'impattare' su settori che vanno dall'intrattenimento alla sicurezza nazionale.

Questi strumenti, una volta nati per scopi militari, trovano oggi diverse applicazioni nella vita quotidiana, e in futuro potrebbero trasformare radicalmente una vasta gamma di settori sia industriali sia commerciali.

### Origini ed evoluzione

I primi prototipi di drone risalgono a oltre un secolo fa, ma solo negli ultimi anni è stato registrato il maggiore sviluppo in questo settore; infatti ultimamente sono diventati strumenti essenziali per la sorveglianza, per la mappatura, per la consegna di merci, e persino per scopi ricreativi (come la fotografia aerea).



<https://www.professionalaviation.it/2018/10/10/la-storia-dei-droni-in-10-tappe/>

### Applicazioni

Uno dei settori che maggiormente trae benefici dall'utilizzo dei droni è l'agricoltura, infatti questi strumenti sono diventati indispensabili per monitorare le coltivazioni, rilevare infestazioni di parassiti e ottimizzare l'uso dei fertilizzanti.

Grazie alla loro capacità di volare a basse quote e di catturare immagini ad alta definizione i droni consentono agli agricoltori di ottenere informazioni dettagliate sullo stato dei campi, permettendo interventi mirati ed efficienti.

Anche nelle operazioni di soccorso e gestione delle emergenze, i droni giocano un ruolo cruciale: grazie alla loro agilità e capacità di volare in aree difficilmente accessibili, i droni possono essere impiegati per la ricerca e il salvataggio di persone disperse o intrappolate in situazioni di pericolo.

Dotati di telecamere termiche e sensori avanzati possono rilevare individui anche in condizione di scarsa visibilità fornendo informazioni vitali ai soccorritori.

### Criticità ed esigenze normative

Sebbene i droni offrano numerosi vantaggi, il loro utilizzo presenta anche criticità significative, soprattutto in termini di sicurezza e privacy.

Infatti la questione della privacy è diventata sempre più importante, con preoccupazioni che riguardano la possibilità che i droni possano essere utilizzati per sorvegliare le persone senza il loro consenso.

Per questi motivi molte giurisdizioni hanno attuato leggi e regolamenti per limitare l'uso dei droni in determinate aree.



<https://www.tecnoandroid.it/2019/10/20/luso-dei-droni-cambiera-il-futuro-ecco-le-prim-applicazioni-610813/>

### Il futuro dei droni

Il futuro dei droni, nonostante il loro impiego ponga spinose questioni ancora da risolvere, appare pieno di potenzialità. Grazie alle continue migliorie nella tecnologia dei sensori, nella durata delle batterie e nella capacità di elaborazione, ci si può aspettare che i droni diventino sempre più versatili ed efficienti nelle loro applicazioni. Proprio per questo si prevede che il mercato dei droni continuerà a crescere anche molto rapidamente, con un'ampia varietà di settori che adotteranno questa tecnologia per migliorare la propria efficienza e produttività.

In conclusione, i droni rappresentano una delle più grandi innovazioni del nostro tempo, essendo in grado di rivoluzionare molteplici settori e trasformare il modo in cui interagiamo con il mondo che ci circonda. Tuttavia, è essenziale che le criticità, connesse con il loro utilizzo, vengano affrontate in modo responsabile e oculato, pensando non solo ai loro benefici ma anche alla sicurezza e alla privacy di tutti gli individui.

## Gli idoli anni 90s-00s: le *boy-band* Gusti e tendenze musicali

Quando pensiamo agli idoli delle adolescenti degli anni '90 e '00 non possiamo non fare riferimento alle *boy-band* (formazioni musicali pop di ragazzi che cantando e ballando facevano impazzire i fan, in cui ogni componente aveva una personalità ben distinta, rappresentando, ognuno, un prototipo di ragazzo dei sogni). Ma la domanda è: le *boy-band* nascono negli anni '90?

Non precisamente. Formazioni come i *Jackson 5* e i *The Osmonds*, degli anni '60, vengono considerate le prime *boy-band*.

Negli anni '80 si afferma questo nuovo tipo di formazione musicale con la nascita di gruppi quali i *New Kids on the Block*, che apriranno la strada, all'inizio degli anni '90, a nuove *band*: in Gran Bretagna i *Take That*, i *Boyzone*, i *Blue*, i *Westlife* e i *5ive*; mentre negli Stati Uniti troviamo i *Backstreet Boys*, gli *Nsync* e gli *Hanson*.

Con il picco di vendite alla fine degli anni '90 e l'inizio del nuovo secolo, l'età d'oro finisce facendo sciogliere molte *band* e prendere una pausa ad altre. Ad oggi sono veramente poche le *boy-band* sopravvissute, nonostante ci sia stata una ripresa di questi gruppi intorno al 2010 con gli *One Direction*.

Un esempio di *boy-band* che ha resistito con una trentennale carriera sono i *Backstreet Boys*, che è la *boy band* più longeva, vantando successi come "Everybody" e "I Want It That Way", ma anche canzoni come "Boys will be Boys", "Don't Want You Back", "Incomplete" e "Panic", che raccontano pienamente la loro evoluzione musicale.

Oltre ai successi dei *BsB*, troviamo quelli di altri gruppi come l'allegra "Keep on Movin'" e la potente "Everybody Get Up" dei *5ive* o la disperata "A chi mi dice", canzone tradotta in italiano dei *Blue* dall'originale "Breathe Easy", oppure, per finire, l'orecchiabile "Here we Go" degli *Nsync*, che sono ritornati da poco sulle scene con un nuovo singolo per il film "Trolls 3 - Tutti insieme" ("Trolls Better Place").

Conclusa questa carrellata di canzoni, che consigliamo soprattutto ai giovani di ascoltare, vi ricordo che la musica è parte di noi e ci aiuta a cambiare e a diventare ciò che siamo, accompagnandoci in ogni momento. E, perché no, potremmo anche scoprire che una di queste *boy-band*, che magari ascoltava nostra mamma o nostra zia, piace anche a noi. Parlo per esperienza personale. Pensateci, alla prossima.

Giulia Falzone, 2AM

### Take That



<https://www.2duerighe.com/musica/141763-ero-in-una-boy-band.html>

### Backstreet Boys



<https://blog.cliomakeup.com/2017/05/sorprendenti-prima-e-dopo-teen-idol-degli-anni-novanta/2/>

### 5ive



<https://www.vivagianni2000.it/2020/11/16/che-fine-hanno-fatto-i-5ive/>

# Il tiro con l'arco e la disabilità

## Note sul più inclusivo degli sport

### Cenni storici sul tiro con l'arco paralimpico

Il tiro con l'arco è una tra le discipline più antiche esistenti. E' stato il primo tra gli sport paralimpici ed è presente nelle paralimpiadi dall'edizione di Roma del 1960.

Nasce, come la maggior parte degli sport per persone con disabilità, quale attività riabilitativa e ricreativa.

### Caratteristiche

È la disciplina olimpica più inclusiva, che è capace di abbattere ogni barriera; basti pensare che un atleta con disabilità può allenarsi e gareggiare al pari di un normodotato, senza alcuna distinzione.

Questo sport rafforza e sviluppa parecchi muscoli e richiede coordinazione, senso dell'equilibrio, destrezza e concentrazione.

### Classificazioni funzionali

A seconda della disabilità gli atleti vengono classificati in diverse categorie:

*Classe Open* (atleti in piedi e atleti in sedia a rotelle);

*Classe ST* (atleti in grado di tirare in piedi);

*Classe W1* (atleti che devono tirare in sedia a rotelle e hanno problemi ad almeno tre arti);

*Classe W2* (atleti paraplegici o con disabilità equivalenti);

*Classi B1 e B2/3* (atleti con disabilità visive).

### Successi dell'arco paralimpico italiano 2023

L'anno scorso (2023) la nazionale paralimpica italiana ha avuto molte soddisfazioni ottenendo 4 pass per le paralimpiadi di Parigi 2024.

Oltre ad aver ottenuto questi pass l'atleta paralimpica Elisabetta Mijno ha partecipato ai campionati europei Para Archery di Rotterdam, dove nel ranking round a 72 frecce ha stabilito il nuovo record del mondo, superando di 17 punti il primato della campionessa paralimpica Zahra Nemati fatto registrare nel 2015.

In conclusione, è una cosa molto positiva il fatto che ci siano così tante persone con disabilità che, grazie a questo sport, riescono a competere anche con persone senza disabilità e a ottenere anche ottimi risultati.



[https://it.wikipedia.org/wiki/File:Paralimpiadi\\_di\\_Roma\\_1960\\_-\\_Gli\\_arcieri\\_Franco\\_Rossi\\_e\\_Ottavio\\_Moscone\\_durante\\_una\\_gara\\_di\\_tiro\\_con\\_l%27arco.jpg](https://it.wikipedia.org/wiki/File:Paralimpiadi_di_Roma_1960_-_Gli_arcieri_Franco_Rossi_e_Ottavio_Moscone_durante_una_gara_di_tiro_con_l%27arco.jpg)



<https://www.worldarchery.org/news/201345/mijno-breaks-eight-year-old-world-record-674-qualification>



<https://www.fitarco.it/gare-e-risultati/eventi-fitarco/event/532-8%C2%B0-fazza-para-archery-world-ranking-tournament-qualificazione-paralimpica-parigi-2024.html>

## Doping: il lato oscuro dello sport

### Lance Armstrong e i 7 Tour annullati

Con il termine “doping” si indica la pratica dell'utilizzo di sostanze illecite in ambito sportivo allo scopo di migliorare le prestazioni.

Il fenomeno, in preoccupante crescita, da un lato lede i principi di lealtà e correttezza sportiva, alterando la normale competizione, dall'altro costituisce una seria minaccia alla salute degli atleti. Nel mondo del ciclismo, la confessione del ciclista texano Lance Armstrong, di aver fatto uso di sostanze dopanti per vincere il *Tour de France*, ha suscitato molto scalpore e preoccupazione non solo tra gli addetti ai lavori. Armstrong - intervistato - aveva affermato chiaramente che sarebbe stato impensabile vincere senza farne uso. Insomma, l'atleta si autoaccusò, ma in qualche modo nelle sue parole traspariva una sorta di autogiustificazione. Alla domanda: “Ha mai pensato di essere un imbroglione?”, rispose: “Mai. Ero persino andato a controllare il significato della parola ‘Cheat’. Vuol dire prendersi un vantaggio sugli altri. Ebbene questo vantaggio non c'è mai stato”.

Come detto, si autoaccusò, ma non fece altri nomi. Giustificò anche il medico dello sport Michele Ferrari: “Lo ritengo una brava persona e intelligente”, disse. Dichiarò che al *Tour* del 1999, quando fu trovato positivo al cortisone, una ricetta medica fu retrodatata, confermando la versione della sua ex massaggiatrice, Emma O'Reilly, nei confronti della quale si scusò. Ma negò di aver fallito un test al *Tour* di Svizzera e di essere stato coperto. Disse inoltre che il suo grande errore fu

quello di tornare alle corse nel 2009 (“... in quei due anni, però, ho corso pulito.”). “Se non l'avessi fatto, oggi non saremmo seduti qui. Ha scatenato la gelosia di Floyd Landis - ex compagno di squadra di Armstrong e vincitore (squalificato) del *Tour* del 2006, ndr - che si è sentito ostracizzato dal ciclismo. E di lì è cominciata la caduta”, fino alla squalifica a vita - sancita nell'agosto del 2012 da USADA (United States Anti-Doping Agency) - e all'annullamento - deciso da parte dell'UCI (Unione Ciclistica Internazionale) nell'ottobre dello stesso anno - di tutti i risultati sportivi conseguiti dall'agosto del 1998 in poi. Pertanto, il *Tour de France* 1999 rappresenta la prima delle sette edizioni consecutive del *Tour* senza vincitore, a seguito della squalifica di Armstrong per lo scandalo *doping* che lo coinvolse. All'origine delle polemiche vi sono state numerose pubblicazioni-inchieste, tra cui quella del 2005 del giornale sportivo *L'Équipe* che dimostra che Lance Armstrong era risultato positivo all'eritropoietina (EPO) durante il *Tour* del 1999.



<https://www.fanpage.it/sport/ciclismo/lance-armstrong-rivive-lincubo-post-doping-non-guadagnavo-nulla-in-terapia-restavo-10-ore-solo/>



[https://www.corriere.it/sport/21\\_settembre\\_17/lance-armstrong-ha-50-anni-doping-cancro-l-arroganza-caduta-superstar-ciclismo-ac66208c-17e0-11ec-b2b6-639c253d3354.shtml](https://www.corriere.it/sport/21_settembre_17/lance-armstrong-ha-50-anni-doping-cancro-l-arroganza-caduta-superstar-ciclismo-ac66208c-17e0-11ec-b2b6-639c253d3354.shtml)

Nell'ottobre del 2012 l'UCI riconobbe la sanzione già imposta due mesi prima dalla USADA al ciclista statunitense, accusato di aver utilizzato sostanze dopanti durante la sua permanenza alla US Postal Service, confermando la revoca dei sette *Tour de France* vinti. L'UCI decise inoltre di non attribuire ad altri ciclisti i titoli revocati. Nel 2013, infine, anche il CIO (Comitato Olimpico Internazionale) gli revocò il bronzo olimpico a cronometro conquistato nel 2000 a Sydney.

Le vicissitudini relative e intorno alla figura di Lance Armstrong fanno purtroppo riflettere su quanto diffuse siano state - e forse lo siano ancora - le pratiche dopanti nel ciclismo e più in generale nel modo dello sport.

Alberto Fornerone, 2AM

# I BENEFICI DEL NUOTO

## Lo sport per tutte le stagioni

Il nuoto è uno sport praticato a tutte le età, dai primi mesi di vita fino ad un'età avanzata. Da sempre è considerato uno degli sport più 'completi' in assoluto, per i suoi numerosi benefici sia fisici sia psicologici.

Personalmente credo che lo sport in generale, soprattutto in età adolescenziale, sia un momento di sfogo, in cui tutti i problemi sembrano scomparire.

Per esempio, lo sport che pratico - il nuoto per l'appunto - mi porta felicità, facendomi concentrare solo sulla fatica e tecnica dell'allenamento.

Spesso nel nuoto si crea un gruppo di ragazzi che condividono la stessa passione e con il passare del tempo si formano dei rapporti veramente unici.

Allo stesso tempo il nuoto dà molti benefici alla salute: il fisico, in particolare, diventerà sempre più tonico e muscoloso a causa dei vari stili praticati che consentono l'allenamento di ogni parte del corpo; questo sport, inoltre, migliora la salute dei polmoni e del cuore, dando sempre maggiore resistenza nel corso degli allenamenti.

Per chi riesce a raggiungere un livello agonistico, entrano in gioco molti più fattori, in quanto non basterà più andare a nuotare quelle volte in cui se ne ha voglia ma, dovendo gareggiare, diventerà una questione di disciplina. Questo comporterà allenamenti più intensi per migliorarsi e fare buon uso dei suggerimenti tecnici del "coach".

Le competizioni non sempre vengono apprezzate dai ragazzi, in quanto provocano ansia e paura di non valere abbastanza.

Secondo me, nel nuoto, ognuno di noi deve progredire giorno per giorno, percorrendo la propria strada. Siamo esseri umani tutti con caratteristiche e vite differenti, perciò non ha senso fare troppi paragoni con gli altri.

Secondo altri, invece, la competizione è qualcosa che stimola la determinazione al punto da spingere alcuni ragazzi a immedesimarsi nelle persone che un giorno vorrebbero essere.

Melissa Chiabrandò, 3EM



<https://www.gqitalia.it/lifestyle/article/nuoto-benefici-fisici-mentali>

### I BENEFICI DEL NUOTO

migliora la flessibilità dei muscoli e dei legamenti

modella i glutei e i quadricipiti

migliora il ritmo respiratorio attraverso il rilascio di endorfina

permette l'allungamento di tutto il corpo

è ideale per combattere artrite, problemi ai legamenti e dolori alle ginocchia

<https://www.gqitalia.it/lifestyle/article/nuoto-benefici-fisici-mentali>

	<b>30min</b> di nuoto = <b>↓40%</b> riduce il rischio di malattie cardiache	<b>↑HDL</b> COLESTEROLO BUONO	<b>↓LDL</b> COLESTEROLO CATTIVO
	migliora la capacità polmonare ed aiuta a combattere i sintomi dell'asma	<b>↓</b> riduce i rischi del <b>DIABETE</b>	
	<b>↓</b> riduce e combatte lo <b>Stress</b>	<b>CALORIE BRUCIATE DURANTE 30min di nuoto</b>	

<b>90 - 220cal</b> divertimento	<b>150 - 370cal</b> moderato	<b>220 - 550cal</b> agonistico
------------------------------------	---------------------------------	-----------------------------------

<https://www.stilelibero-preganzio.com/2019/04/23/benefici-del-nuoto/>

## Sapori dall'Italia

### I funghi: bontà e tradizione sulla nostra tavola

#### La festa del fungo a Giaveno

Anche lo scorso autunno a Giaveno ha avuto luogo un'importante manifestazione, *Fungo in Festa*, dedicata al più conosciuto e amato prodotto del suo territorio, il porcino.

Domenica 22 ottobre tantissime sono state le novità in programma nell'ambito di un evento ormai consolidato negli anni.

Grazie alla *Pro Loco* locale sono stati serviti cartocci di funghi porcini di Giaveno fritti, pizza artigianale al tegamino con funghi porcini, cartocci di patate bio fritte a ricciolo e birra aromatizzata al fungo.

Il vero cuore della festa, la vera attrazione dell'evento sono stati i ristoranti e le attività commerciali con le loro proposte interamente dedicate ai funghi: nella *Cà del Güst* la scena è stata riservata a produttori, cercatori, ristoratori, panettieri, pasticceri e artigiani di Giaveno e della Val Sangone.

L'evento, aperto a tutti, ha pensato inoltre al gioco per i più piccoli - con il laboratorio per bambini «Con le mani in pasta» per conoscere le ricette del *putagé* (dell'antica stufa dei nonni), e alla competizione per gli adulti - con la sfida tra esperti «Per un pugno di Riso e Funghi porcini».

Ma diamo ora uno sguardo ai protagonisti assoluti della festa di Giaveno, i funghi, presentandone almeno un paio di specie: il **porcino** e il **finferlo**.

Il porcino



<https://www.pinetahotels.it/blog/boletus-edulis-porcino/>

il finferlo



<https://www.asiagofood.it/magazine/alimenti-e-benessere/il-finferlo-un-fungo-spontaneo-dal-gusto-prelibato/>

Il **porcino** è conosciuto anche come *Boletus Edulis*; è un fungo ottimo se consumato fresco per condire primi (risotti e tagliatelle) o secondi piatti (polente e torte salate). Anche grigliato è molto buono: una buona idea è quella di aggiungerlo come condimento alla carne.

Le zone che in Italia sono tendenzialmente più adatte alla crescita dei porcini sono quelle relative al centro-nord (Appennino ligure, tosco-emiliano,

umbro-marchigiano e Abruzzo), Alpi comprese; tra i mercati italiani più famosi ci sono quelli di Sassello, Bobbio e Borgo Val di Taro.

Oltre ad essere uno tra i funghi più ricercati, il porcino è anche molto costoso sia sul mercato italiano che in quello europeo. Molto ricco di nutrienti, il porcino è un alimento che contribuisce in maniera determinante al rafforzamento del sistema immunitario; è ritenuto da secoli un vero e proprio antibiotico naturale e un'ottima fonte di sali minerali (potassio, fosforo, rame e selenio, essenziali per un corretto funzionamento dell'organismo).



<https://www.laboratorioaltevalli.it/blog/sagre-e-tradizioni/giaveno-fungo-festa-e-lappuntamento-piu-atteso-dell'anno-boulajour-e>

Il **finferlo** - noto anche come *Cantarellus Cibarius*, - è una tipica delizia trentina, ma facilmente trovabile in buona parte dell'arco alpino. È uno dei funghi più apprezzati come alternativa al porcino. Viene anche chiamato Gallinaccio, Galluccio o Galletto a seconda delle zone d'Italia.

È una varietà molto diffusa e facile da individuare per via del suo colore giallo intenso.

Per cucinarli, dopo un'attenta pulitura, basta preparare un soffritto di cipolla in olio extravergine d'oliva e successivamente cuocere i finferli per circa 15 minuti, ricordandosi di bagnarli nel brodo aggiustando il tutto con la giusta dose di sale a seconda del proprio gusto e piacere.

A cottura ultimata, si può aggiungere anche una spolverata di prezzemolo tritato, che migliorerà ulteriormente il suo sapore; ma c'è anche un'altra corrente di pensiero che prevede di aggiungere una sfumata di vino bianco durante la preparazione dei finferli.

A voi, dunque, la scelta. E soprattutto buon appetito.

Gianluca Carpignano, 2BI

## Sapori dal Mondo

## II KEBAB "È SERVITO"

Il kebab è un piatto gustoso e irresistibile che ha conquistato il palato di milioni di persone in tutto il mondo. Nato nella regione del Medio Oriente, il kebab si è diffuso rapidamente diventando un'icona della cucina internazionale.

Il cuore del kebab è la carne, solitamente di agnello o pollo, che viene marinata con una combinazione di spezie aromatiche. La carne viene poi infilzata su uno spiedo e cotta lentamente su una griglia a carbone, mantenendo così la sua succosità e sapore unico.



<https://www.ilpost.it/2024/04/27/turchia-doner-kebab-registrato-unione-europea/>

Ma il kebab non è solo carne; è un vero e proprio piatto completo, arricchito da una varietà di ingredienti e condimenti che lo rendono ancora più gustoso. Solitamente viene servito all'interno di un panino morbido, chiamato pita, che viene riempito con la carne, insalata fresca, pomodori, cipolle, yogurt e salse come quella al peperoncino.

Ogni paese ha la sua versione del kebab, con piccole variazioni che rendono ogni piatto unico: ad esempio, in Turchia si trova il famoso döner kebab, con carne cotta su un grande spiedo verticale e poi tagliata a fette sottili; in Grecia, invece, è diffuso il gyros, con carne cotta su uno spiedo orizzontale, servita con tzatziki e patatine.

Il kebab non è solo un piatto da gustare nelle strade o nei ristoranti, ma è diventato anche una opzione tra i cibi da asporto o i pranzi veloci.

I 'kebabbari' ormai sono sparsi in tutto il mondo, offrendo una vasta selezione di kebab e piatti simili. Nonostante le controversie che possono circondare l'origine e l'autenticità del kebab, non si può negare il suo impatto sulla cultura culinaria globale. Il kebab, infatti, ha saputo adattarsi e evolversi nel corso degli anni, diventando un piatto amato da persone di diverse nazionalità e gusti.

Oltre ad essere delizioso, il kebab offre anche alcuni vantaggi per la salute. La carne utilizzata nel kebab è una fonte di proteine e vitamine essenziali. Inoltre, l'aggiunta di verdure dona al piatto un tocco di leggerezza e freschezza.

In conclusione, il kebab è un piatto che ha conquistato il mondo con la sua bontà e versatilità. Grazie alla sua combinazione di carne succulenta, verdure fresche e condimenti saporiti, il kebab offre un'esperienza culinaria unica. Quindi, se non hai ancora provato un kebab, ti consiglio di farlo al più presto e lasciarti conquistare da questo delizioso piatto mediorientale.

Mohamed Allam e Diego D'Agostino, 2BI



<https://www.fruugo.it/kebab-maker-kebab-press-manuale-kabob-mould-forma-il-tuo-kofta-kebab-come-uno-chef-tradizionale-kebab-fatto-a-mano-kebab-turco/p-181902090-388511559?language=it>



<https://it.wallpapers.com/sfondi/farina-di-carne-di-kebab-turco-6n0s6yp9dznp9h.html>

## Bhalobasa e il Giornalino

### Una bella storia di solidarietà

Quella che vi racconto è una bella storia. Una storia di solidarietà, di belle persone, di belle azioni.

Grazie a tutti coloro che nella nostra scuola hanno lavorato per il Giornalino di istituto, abbiamo ripreso una tradizione che risale al 2000. Come pochi forse sanno, il corso turistico del nostro istituto ha radici lontane. È nato come corso professionale nel 1987 con sede a Torre Pellice ed è approdato al Porro nel 2011, causa chiusura dell'istituto "L.B. Alberti". Era una "scuoletta" di valle, orgogliosa, vivace e sempre impegnata in mille progetti. Tra questi la festa di conclusione dell'anno scolastico, sempre con un tema diverso. In uno di questi anni il tema scelto era stato la solidarietà. Quindi spettacolo teatrale, esibizioni canore, mercatini di oggetti fatti dagli allievi, presenza di tutte le associazioni del territorio che lavoravano nell'ambito della "solidarietà". Il ricavato delle vendite dei mercatini era stato ottimo e si era quindi deciso di utilizzarlo per una "ADOZIONE" A DISTANZA, anzi due.

Si era scelta l'associazione Bhalobasa, per la sua storia semplice e trasparente. Perché era una piccola realtà di volontari. Ve la presento.

L'associazione Bhalobasa si occupa dal 1991 di Sostegni a Distanza - detti anche impropriamente Adozioni a Distanza - e progetti di microcredito, principalmente in ambito socio-sanitario e scolastico, in India, Burkina Faso, Congo, Uganda e Tanzania. Base di tutte le loro attività è l'amicizia con le persone che sostengono; non numeri, ma storie, nomi e persone. Tutto questo con la sola opera gratuita dei suoi volontari che tramite viaggi aperti di controllo conoscono personalmente le persone con cui collaborano in loco e valutano la concretezza dell'aiuto portato.

La sede dell'associazione è nel paese di Perignano (Pisa). Tutto cominciò quando, alla fine degli anni Ottanta venne mandato in aiuto nella parrocchia di Perignano un giovane sacerdote indiano: Padre Orson Wells, conosciuto e stimato da Madre Teresa di Calcutta. Nel maggio del 1990, durante una visita in Italia la stessa Madre Teresa venne in questo piccolo paese. Pochi mesi dopo Padre Orson, tornato a Calcutta, rispose così alla proposta di una generosa raccolta fondi: "Non mandate soldi, venite a vedere". E così il parroco di Perignano e un volontario partirono per il primo viaggio a Calcutta. Al loro ritorno nacque l'associazione Bhalobasa. Emblematica la scelta del nome: Bhalobasa in bengalese significa "amore".

I viaggi in Bengala, il contatto con Padre Orson e gli incontri con Madre Teresa sono rimasti un punto di riferimento per lo sviluppo del progetto. Madre Teresa stessa invitava l'associazione ad andare anche nei villaggi, fuori dalla città, per dare ai bambini la possibilità di andare a scuola. Padre Orson faceva da tramite per entrare nel cuore dell'esperienza indiana, nella vita della gente, dei villaggi e dei quartieri più disagiati di Calcutta. Oggi il cammino iniziato con quel primo viaggio è diventato un percorso importante.

Alcuni dei primi bambini bengalesi sostenuti a distanza sono diventati grandi, hanno frequentato l'università e molti di loro sostengono, in un circuito virtuoso, altri bambini. E poi ci sono le donazioni, come la nostra, che contribuiscono a mantenere viva questa bella storia.

Per chi non lo sapesse Il Sostegno a Distanza è uno strumento per migliorare la vita di un bambino e della comunità in cui vive... Significa dare a lui l'opportunità di crescere e di costruire un futuro e a tutti di avere assistenza sanitaria di base, acqua potabile, istruzione, cibo sufficiente per vivere... in 3 parole: salvare molte vite. Quindi il nostro sostegno a distanza serve per promuovere la scolarizzazione aiutando le famiglie a mandare i bambini a scuola, interrompendo il circolo vizioso povertà - lavoro - istruzione. Sostenere a distanza vuol dire essere vicini ogni giorno.

Nell'immagine in calce il ringraziamento ("THANK YOU") di uno dei bambini che sosteniamo a distanza. Prima di loro ce ne sono stati altri, diventati grandi e usciti dalla scuola. In questi anni ho portato avanti il progetto a livello personale, ma mi piace l'idea che una intera scuola se ne faccia carico.

Sarebbe bello riuscire a mantenere questo sostegno negli anni a venire. Se volete saperne di più:

<https://www.bhalobasa.it/sostegno-a-distanza/>

grazie di cuore

Beatrice Lella

Docente del corso turistico



Stralcio dall'attestato di ringraziamento da parte di uno dei bambini sostenuti