



NOVITÀ AL COPERNICO!

Nell'ambito dell'auto-nomia scolastica, al fine di dare una migliore risposta alle esigenze formative degli studenti e fornire una vantaggiosa offerta formativa, l'Istituto "Via Copernico" attiverà, a partire dall'anno scolastico 2023/2024, una "curvatura" all'interno dell'indirizzo attualmente attivo del Liceo scientifico, opzione Scienze Applicate: **"Biotecnologia per l'ambiente e l'energia"**.

Si tratta di un percorso di nuova concezione nei contenuti e nel metodo, che punta ad integrare in un unico programma didattico le conoscenze del tradizionale liceo scientifico con nuove competenze tecnologiche, per affrontare le più importanti sfide dei nostri tempi: la transizione ecologica e i nuovi orizzonti della scienza. Lo scopo della "curvatura" è di interpretare le esigenze di nuove professionalità e offrire ai suoi studenti **strumenti e competenze utili da spendere in maniera consapevole** *continua a pag. 2*



PARTENARIATO ITALIA-BRASILE A.S. 2022/2023

Il nostro Istituto, in quest'anno scolastico 2022/2023, ha siglato un partenariato con l'Istituto Federal Campus Canoas, dell'omonima città in Brasile, mediante anche un supporto del Consolato Generale d'Italia di Porto Alegre. Lo scopo di tale progetto è quello di creare un rapporto tra studenti italiani e brasiliani nel quale si vanno a conoscere sia la lingua che la cultura dell'altro. nel laboratorio linguistico, hanno realizzato un video per la XXII Settimana della Lingua Italiana nel mondo, nel quale, attraverso delle interviste, spiegavano il perché volevano partecipare a questo progetto e cosa si aspettavano. Dopo di che, a *continua a pag. 2*

ELEZIONI AMMINISTRATIVE POMEZIA

Sono passati pochi giorni da quando sono stati dati i risultati elettorali delle elezioni amministrative di Pomezia.

Le 4 liste civiche principali hanno avuto questi risultati:

centrodestra- Felici Veronica	11608	
	54,6%	
centrosinistra NAPOLITANO ELEONORA	4890	
	23,20%	
Movimento stelle	5	
-PADULA STEFANIA	3320	
	15,5%	
Valore civico- CASTRO GIACOMO	923	
	4,3%	<i>continua a pag. 2</i>

Numero 3. Giugno 2023

In questo numero:

- ✚ "Giovani al centro"
- ✚ "Scrivere, una passione"
- ✚ Benefici dello sport
- ✚ Bioindicatori animali e vegetali
- ✚ Campi estivi WWF
- ✚ Giochi della chimica
- ✚ Il liceo made in Italy
- ✚ Intervista alla psicologa
- ✚ Attivismo ambientalista
- ✚ La nostra esperienza a Tor Caldara
- ✚ L'agenda rossa
- ✚ Next generation
- ✚ Tragedia nel Mediterraneo
- ✚ La parola ai proff

...e molto altro

Disturbi post pandemici

La pandemia da Covid 19 ha avuto ripercussioni sulla vita di tutti noi, anche di chi non ha contratto il virus e ha acuito una serie di disturbi, soprattutto fra gli adolescenti, come quelli alimentari, l'ansia, il senso di isolamento e l'aggressività.

Oltre all'aspetto strettamente legato alla salute, le implicazioni a livello sociale ed economico sono state enormi: il lavoro, le relazioni sociali, il tempo libero, tutto è stato stravolto e abbiamo dovuto ricostruire una nuova quotidianità. *continua a pag. 3*



Novità al Copernico! *(segue da pag. 1)*

e proficua.

L'opzione della "curvatura" non preclude i contenuti previsti dall'indirizzo, che rispetterà il piano di studio ministeriale, ma li potenzia attraverso lo studio di una nuova disciplina (diritto ed economia dell'ambiente); un'ora aggiuntiva di scienze naturali da svolgersi in laboratorio, dedicata alle grey, blue e white biotechnology; moduli interdisciplinari in lingua inglese, che nel biennio getteranno le basi per far acquisire agli studenti "la lingua straniera per lo studio", soprattutto in riferimento alle discipline caratterizzanti la curvatura.

Sul sito trovate tutte le informazioni riguardanti il curriculum e le competenze che gli studenti, che seguiranno questo percorso, potranno acquisire.

Partenariato Italia-Brasile *(segue da pag. 1)*

partire da marzo, i ragazzi hanno seguito tre lezioni a distanza con il vicepresidente del COMITES (Comitato degli Italiani all'Estero) del Rio Grande do Sul, Fernando Biffignandi e con la prof.ssa Lucia Vitiello, lettrice ministeriale presso il Consolato Generale d'Italia e l'Università Federale di Rio Grande do Sul, per cui si è potuto conoscere e apprendere le basi della lingua portoghese. Di fatto nella prima si è imparato l'alfabeto e la rispettiva pronuncia, le presentazioni, i saluti, i

pronomi personali ed i verbi essere e avere con esercizi di grammatica appositamente creati. Nella seconda lezione si



sono imparati i numeri, i giorni della settimana, i membri della famiglia, i mesi e le stagioni. Nella terza ed ultima, infine, i ragazzi hanno seguito una lezione molto interessante da parte di due studenti universitari brasiliani, i quali hanno mostrato la cultura generale e quella musicale brasiliana e la geografia con i luoghi più affascinanti e suggestivi del Brasile. Dopo queste interessanti lezioni è stato il turno dell'Istituto di Canoas, che ha seguito le nostre lezioni con lo scopo di apprendere la lingua e la



cultura italiana. Arrivati a questo punto, che non è assolutamente la fine, si sta cercando, grazie al grande lavoro della Prof.ssa Santonocito, referente del progetto, di organizzare in futuro una mobilità cosicché tutto questo lavoro svolto da entrambe le parti possa concludersi con un vero e proprio incontro in presenza

volto a permettere l'instaurazione di legami, amicizie, conoscenza di altre culture e stili di vita e di nuove lingue affascinanti.

Filippo Giacomini

Elezioni amministrative *(segue da pag. 1)*

Sinistra italiana - DI LISA GIUSEPPE ANTONINO
511 2,3%

Bisogna in primis sottolineare una triste realtà di astensionismo, che si è ancora più espansa con queste elezioni, passando con un'affluenza di voti dal 56,23% al 50,90% degli aventi diritto rispetto alle scorse amministrative.

Tale risultato, con un'ampia vittoria da parte di un centrodestra compatto contro un'opposizione frammentata, è la conferma del trend nazionale delle elezioni che precedentemente c'erano state alle Regionali e Politiche: il centrodestra in vantaggio.

Questo è un risultato dove il centrodestra risulta in ascesa a livello di numero, passando dalle scorse elezioni regionali con 10207 voti a 13556, risulta tuttavia aver perso terreno a livello percentuale, tenendo conto delle elezioni regionali dove si era arrivati a un 58%. Nel frattempo, troviamo un guadagno di terreno da parte dell'opposizione:

- Il risultato elettorale del centrosinistra passa da un 21,3% dei voti delle elezioni regionali a un 23% alle elezioni

continua a pag. 3



Elezioni amministrative (segue da pag. 2)

- amministrative, aumentando anche nei numeri: da 3725 voti a 5734
 - le liste civiche paiono aumentare di rilevanza, passando dalla lista “Progetto Comune Pomezia” al 2,23% con solo 597 voti a “Valore Civico” al 4,3% con 1058;
 - la sinistra alternativa, in passato risultante divisa nelle elezioni regionali tra “Partito Comunista Italiano”, “Unione Popolare” e “Polo Progressista di Sinistra & Ecologista”, rispettivamente a 0,9%, 0,7% e 1,1% ammontando a un totale del 2,7% degli elettori con 464 voti, risulta non trovarsi frammentata, trovando come sola lista che la rappresenti “Sinistra Italiana-Reti Civiche” di Sinistra Italiana, che crea dunque un fronte unito, aumentando anche nei numeri, ma non nelle proporzioni, passando a un 2,3% con 545 voti;
 - il Movimento 5 Stelle, in passato dominante nelle elezioni del 2018, conferma il suo trend di discesa, che passa dalle elezioni regionali con un 16,9% con 2685 a un 15,5% delle elezioni amministrative con 3833 voti, seppur aumentando di numero.
- Il cambio di numero di voti è dovuto fondamentalmente al cambio di affluenza tra elezioni regionali e le amministrative, che arrivano quasi a toccare i 16 punti percentuali di differenza.

Queste elezioni sono state molto intense e hanno portato a dei cambiamenti nei risultati all'interno del clima politico di Pomezia certamente, tra nuove liste civiche e nuovi nomi tra i candidati e gli organi interni alle liste.

Ci auguriamo, quanto prima, che il nuovo sindaco della città di Pomezia ci rilasci un'intervista per sentire dalla viva voce che cosa dovremo aspettarci nei prossimi mesi.

Alessandro Pia

Disturbi post pandemici (segue da pag. 1)

Per molti, la pandemia ha avuto effetti psicologici notevoli e lo dimostrano moltissimi studi scientifici, infatti il numero di questi disturbi cresce in giorno in giorno.

Un fenomeno che si sta rivelando particolarmente importante è proprio l'impatto della pandemia sui più giovani, una categoria oggi molto fragile a cui non sempre si dà il giusto peso.

Con la chiusura delle scuole e l'impossibilità di vivere relazioni sociali in modo pieno e reale, la fascia di età tra 14 e 24 anni si è trovata di fronte ad un vero e proprio muro di isolamento.

Sono sempre di più i casi di stress, pensieri ossessivi, difficoltà nel gestire le emozioni, calo dell'autostima e perdita della fiducia in sé stessi.

Nella fascia di età tra 11 e 17 anni, si sono registrati sintomi di natura depressiva, che portano con sé problemi di sonno, ipocondria, discontrolli emozionali con comportamenti imprudenti. La

risposta, in molti casi, è stata ricorrere al consumo di alcool o psicofarmaci, in alcune situazioni anche a gesti di autolesionismo.

C'è poi chi ha reagito con un vero e proprio ritiro sociale: la paura di uscire è una delle conseguenze di questo periodo prolungato di isolamento.

In tutte queste situazioni, è necessario intervenire con un sostegno psicologico o psichiatrico. Gli psicofarmaci non vanno né demonizzati né idealizzati: ci sono alcune situazioni in cui possono rappresentare un valido aiuto a superare le difficoltà del momento, magari insieme ad altri interventi di tipo psicoterapico. È fondamentale però evitare il “fai da te”, che quasi sempre rischia di provocare una totale distruzione della persona.

L'importante è che la situazione venga valutata da un professionista: solo uno specialista è in grado di stabilire il corretto percorso per ogni paziente, in base alla sua storia, alla sua sintomatologia e alla manifestazione del disagio.

L'interazione sociale può ridurre i nostri livelli di stress, migliorare i sintomi della depressione e persino ristabilire la salute fisica. Avere interazioni sociali in un contesto come la terapia di gruppo, ad esempio, potrebbe essere particolarmente utile se si sta affrontando una specifica condizione di salute mentale come un disturbo da stress post-traumatico o un disturbo alimentare. La cosa utile da fare è liberare le emozioni, anche quelle brutte e cattive

continua a pag. 4



Disturbi post pandemici (segue da pag. 3)

per il nostro corpo e per la mente, perché se si soffocano queste emozioni piano piano si accumulano come fa il vapore acqueo nella pentola a pressione che aumenta sempre di più e preme sul coperchio finché la pentola rischia di scoppiare e lo scoppio può essere violento e può far male a noi stessi e agli altri, non necessariamente in modo fisico, ma con le parole, gli atteggiamenti e le azioni che possono essere involontarie e non pensate a mente fresca. Evitiamo dunque di sommare pensieri ed emozioni negativi, facciamo in modo che escano da noi, è il modo migliore per allontanarli e lasciare spazio alla gioia e all'amore, che devono essere le emozioni che accompagnano l'età adolescenziale.

Claudia Baratta

La street art arriva a Pomezia: "Giovani al centro"

Pochi giorni fa si è concluso un progetto che ha coinvolto l'edificio dell'Anagrafe di Pomezia, con l'obiettivo di abbellirne la struttura tramite dei murales che rappresentassero il territorio. Il progetto è stato finanziato dal bando Lazio Street art 2022, per il quale Pomezia ha concorso con il progetto dal titolo "Giovani al Centro". I murales sono stati realizzati da tre street artist del territorio: Matteo, in arte Howen Poison,

Steven James, in arte Noise, e Nicola, in arte Noah.

Le opere hanno lo scopo di raffigurare gli elementi più importanti della storia del territorio. "Le nostre radici", realizzata da Noah, rappresenta la fondazione della nostra città, quella di Enea in epoca preromana e quella moderna agli inizi del '900, rappresentata dalla Torre di Pomezia. Tale opera si trova sulla parete a destra. Sulla parete sinistra, invece, è stata realizzata l'opera di Howen, "Pomona-the Kiss of Pomezia", che rappresenta Pomona, la dea romana della frutta, simbolo della nostra città. Il colore della sua carnagione sta a indicare come Pomezia sia una città che è pronta ad accogliere persone dal mondo intero; il tutto è accompagnato da un arcobaleno, simbolo di pace. Le due figure, Pomona ed Enea, rivolgono lo sguardo verso l'opera sulla parte centrale "Amore per la nostra terra", realizzata da Steven, che rappresenta una bambina che tiene in braccio il mondo,



simbolo delle nuove generazioni e di come queste abbiano la responsabilità di salvare il nostro pianeta.

Ma a partecipare a questo progetto non sono stati solo gli street artist, bensì anche i

giovani di tre istituti di Pomezia: il Picasso, il Brodolini e il Copernico! Io stesso ho partecipato al progetto e posso quindi raccontarvi come si è svolto il tutto. Siamo sempre stati guidati dalle nostre professoressa (la professoressa Trabocchini dell'istituto Picasso, la professoressa Menici dell'istituto Brodolini e la professoressa Lo Tito dell'istituto Copernico), che ci hanno dato una mano in ogni cosa. I primi incontri si sono svolti a scuola, con l'obiettivo di decidere che cosa dipingere sulle pareti. Molte sono state le proposte, persino quella di realizzare una texture, ma alla fine ci siamo accordati per realizzare degli elementi naturali che si collegassero a ciò che era stato realizzato dagli artisti.

La seconda fase del progetto è stata interamente dedicata alla realizzazione pratica. All'inizio ci siamo occupati di pulire le pareti con alcool e strofinacci. Successivamente abbiamo dovuto passare una

mano di bianco di sfondo su tutti i pannelli che dovevamo dipingere. Prima di poter passare a dipingere con i colori, abbiamo dovuto disegnare tutto il progetto a matita

sul muro. Questa fase del progetto ha richiesto un po' più di tempo a causa della pioggia che ha fatto progredire i lavori a singhiozzo.

Tuttavia, il terzo giorno di lavoro *continua a pag. 5*



La street art...

(segue da pag. 4)

siamo riusciti a iniziare a dipingere con i colori. Questa è stata la parte del lavoro più difficile, per via della tecnica utilizzata per realizzare il mare e le colline. Infatti avevamo deciso di realizzare per queste zone un'alternanza di tinte chiare e tinte scure del blu e del verde. Era un lavoro estremamente preciso, perché dovevamo evitare che le linee si sovrapponevano, ma alla fine è andato tutto bene.

Mentre molti dipingevano le pareti dell'anagrafe, altri di noi realizzavano, insieme a Steven, lo stencil per realizzare il dipinto sulla serranda. Uno stencil, in parole povere, è un cartone dove viene ritagliato con il taglierino il disegno da realizzare con le bombolette. È una tecnica molto utile, soprattutto se bisogna realizzare dei disegni precisi e molto dettagliati. Purtroppo non abbiamo potuto dipingere noi ragazzi in maniera diretta la serranda. È stato infatti uno degli artisti a realizzarla grazie al nostro aiuto. Mentre tutto questo avveniva, il gruppo dedito alla comunicazione del progetto eseguiva foto, riprese video, e anche interviste agli artisti. Il 23 maggio si è tenuta l'inaugurazione del murales davanti all'ufficio dell'Anagrafe. Qui hanno partecipato, oltre a tutti i ragazzi, il sindaco di Pomezia, gli artisti, i professori e i presidi dei tre istituti di Pomezia partecipanti, ma non solo... Anche persone comuni, semplicemente curiosi, che passavano di lì per caso, si sono fermati per ascoltare e

per ammirare il murales. Non sono pochi i complimenti che abbiamo ricevuto sia noi ragazzi, sia gli artisti per la bellezza del dipinto. Ora che il progetto si è concluso, posso dire, personalmente, che è stata un'esperienza fantastica, divertente e anche interessante. Se avessi la possibilità di rifarla la rifarei senza remore. E personalmente la cosa che reputo più importante è stato essere a contatto diretto con gli artisti da cui ho imparato tanto e... "rubato" qualche tecnica di disegno!

Alessandro Pirozzi

Due domande alla psicologa della scuola dottorssa Ilaria Di Marzio

D. Buongiorno, sono molto felice di questa intervista, spero che anche lei abbia il piacere di parlare un po' con noi.. allora com'è andato il percorso di quest'anno ?

R. Direi che è andato molto bene, ho incontrato molte classi e tanti ragazzi.

D. Com'è stata la modalità per accedere al servizio ?

R. Per quel che riguarda lo sportello di ascolto c'è un banco vicino alla presidenza sotto una cassetta della posta, ogni volta i ragazzi trovano due tagliandini di cui possono tenerne uno, mentre l'altro va inserito, con nome, cognome, classe nella cassetta, solo io ho le chiavi di questa cassetta, e quindi poi quando arrivo al mattino apro la cassetta, trovo i biglietti con i nomi delle

persone e loro devono soltanto presentarsi quel giorno in quell'ora nell'aula multimediale.

D. Qual è stato il disagio più frequente che i ragazzi post pandemia hanno vissuto e stanno ancora vivendo ?

R. Be', sicuramente la pandemia ci ha messo a dura prova e probabilmente la cosa più difficile è che in adolescenza si deve un po' uscire dalla propria casa per costruire se stessi attraverso le relazioni con i pari, quindi probabilmente quello che è mancato più di tutto è stato potersi interfacciare con i pari e quindi proprio uscire dalle proprie case e relazionarsi con gli altri.

D. Ha mai interiorizzato e fatta sua la storia di un o una paziente ?

R. Be', sicuramente tutte le storie di tutti i miei pazienti sono importanti, quindi io le ascolto e non le faccio mie, però cerco di comprendere quello che ha vissuto quel paziente per poterlo aiutare a superare quella situazione, a trovare quello che è il filo rosso che lega insieme le cose per poter star meglio. Certo se diventassero proprio mie non avrei la lucidità per poter aiutare al meglio, quindi è importante l'ascolto, ma la storia rimane del paziente, che fa già un grande passo a metterla in condivisione con me.

Grazie davvero per tutto quanto avete fatto per noi!

Claudia Baratta



Tragedia nel Mediterraneo: naufragio a Cutro, decine di morti e dispersi

La costa di Cutro, in Calabria, è stata teatro di una tragedia senza precedenti nella notte tra il 18 e il 26 febbraio 2023. Un'imbarcazione carica di migranti, in totale si stima 180, diretta verso l'Italia, è naufragata al largo delle coste calabresi, causando la morte di almeno 90 persone, 20 feriti ed 80 persone salvate.

L'operazione di soccorso è stata immediatamente avviata dalle autorità italiane, in collaborazione con le forze internazionali, ma le condizioni meteorologiche avverse hanno reso le operazioni di ricerca e salvataggio estremamente difficili. Secondo le prime indagini, l'imbarcazione sarebbe stata sovraffollata e non in grado di sopportare le difficili condizioni del mare. Molte delle persone a bordo, in gran parte provenienti dal Nord Africa e dal Medio Oriente, erano donne e bambini alla ricerca di un futuro migliore in Europa.

La comunità internazionale ha espresso il proprio cordoglio per le vittime della tragedia e ha rinnovato

l'impegno a lavorare per prevenire simili tragedie in futuro. Tuttavia, la strage di Cutro è solo l'ultimo episodio di una crisi umanitaria che continua ad affliggere le coste del Mediterraneo, mettendo a rischio la vita di migliaia di persone ogni anno. L'Italia, in particolare, è tra i paesi europei più colpiti dal fenomeno dell'immigrazione

clandestina, che spesso rappresenta una fonte di sfruttamento e di violenza per le persone in cerca di un futuro migliore. La strage di Cutro, quindi, rappresenta un ennesimo grido di allarme sulla necessità di affrontare con urgenza e determinazione le cause della crisi migratoria e di garantire un futuro dignitoso per tutti i migranti in fuga dalle guerre, dalla fame e dalla povertà.

Fonti:
meltingpot
La Stampa
Repubblica

Luca Samà

“L'agenda rossa di Borsellino? Non l'ha rubata Cosa Nostra”

Secondo i magistrati di Caltanissetta nelle motivazioni della sentenza sul depistaggio delle indagini, ci fu una partecipazione (morale e materiale) alla strage di Via D'Amelio, in cui morirono il giudice Paolo Borsellino e 5 uomini della scorta, di altri soggetti: “Non sono stati i boss a fare sparire dopo l'attentato l'Agenda Rossa”.

Non ci sarebbe solo Cosa Nostra dietro la strage di via D'Amelio a Palermo, nella quale rimasero uccisi il giudice Paolo Borsellino e cinque agenti della sua scorta. Anzi, dietro quel delitto, ci furono "convergenze di ambienti esterni".

È quanto hanno affermato i giudici del processo per il depistaggio sulle indagini della strage del 19 luglio 1992 nelle oltre 1500 pagine delle motivazioni della sentenza del processo a carico di tre poliziotti, depositate mercoledì 5 aprile, in cancelleria.

Quindi non solo *Cosa Nostra* avrebbe voluto la morte del giudice palermitano, ma addirittura non sarebbero stati neppure loro a far sparire la famosa Agenda Rossa di Borsellino.

“A meno di non ipotizzare scenari inverosimili di appartenenti a *Cosa nostra* che si aggirano in mezzo a decine di appartenenti alle forze dell'ordine, può ritenersi certo che la sparizione dell'Agenda Rossa non è riconducibile a una attività materiale di *Cosa nostra*”, scrivono i magistrati.

Ma che cosa accadde in quel tragico 19 luglio del 1992?

Non erano passati neanche due mesi dalla strage di Capaci che aveva ucciso il Giudice



Giovanni Falcone, collega e amico fidato di Borsellino, con il quale aveva partecipato al Pool Antimafia, che aveva organizzato il Maxiprocesso di Palermo, terminato con l'arresto di *continua a pag. 7*



L'agenda rossa (segue da pag. 6)

circa 400 mafiosi, i con oltre 2665 anni di pena totali.

Salvatore Borsellino, fratello di Paolo, racconta che il giudice, dopo

l'attentato a Falcone, era convinto di venire ucciso, tanto che non parlava più alle sue figlie per non mancare loro quando

sarebbe morto.

Nonostante tutto, rifiuta di lasciare il suo lavoro, motivando la sua decisione con queste parole in un'intervista a inizio luglio: "[...] La sensazione di essere un sopravvissuto e di trovarmi in, come viene ritenuto, in . . . in estremo pericolo, è una sensazione che non si disgiunge dal fatto che io credo ancora profondamente nel lavoro che faccio, so che è necessario che lo faccia, so che è necessario che lo facciano tanti altri assieme a me. E so anche che tutti noi abbiamo il dovere morale di continuare a farlo senza lasciarci condizionare. . . . dalla

sensazione che, o financo, vorrei dire, dalla certezza, che tutto questo può costarci caro".

Arrivò il 19 giugno: dopo aver pranzato con la moglie ed i figli, il giudice si recò, insieme alla scorta, in via D'Amelio a trovare la madre. Qui una Fiat 126, parcheggiata vicino alla casa della madre di Borsellino, sulla quale erano stati messi 100 kg di

esplosivo, è stata fatta esplodere al passaggio del giudice. Nell'attentato, oltre a Paolo Borsellino, sono morti cinque agenti della scorta: Emanuela Loi, Agostino



Catalano, Vincenzo Li Muli, Walter Eddie Cosina e Claudio Traina.

A 31 anni dalla strage a dimostrare l'ingerenza di terzi soggetti, per i giudici, ci sarebbe l'anomala tempistica della strage di Via D'Amelio, avvenuta a soli 57 giorni da quella di Capaci in cui perse la vita Giovanni Falcone, e, per l'appunto, la sparizione dell'Agenda Rossa.

"Ne discendono due ulteriori logiche conseguenze – aggiungono -. In primo luogo, l'appartenenza istituzionale di chi ebbe a sottrarre materialmente l'agenda. Gli elementi in capo non consentono l'esatta individuazione della persona fisica che procedette all'asportazione dell'agenda senza cadere nella pletora delle alternative logicamente possibili, ma è indubbio che può essersi trattato solo di chi, per funzioni ricoperte, poteva intervenire indisturbato in quel determinato contesto spazio-temporale e per conoscenze pregresse sapeva cosa era

necessario e opportuno sottrarre".

"In secondo luogo – dicono i giudici del processo depistaggio – un intervento così invasivo, tempestivo e purtroppo efficace nell'eliminazione di un elemento probatorio così importante per ricostruire – non oggi ma nel 1992 – il movente dell'eccidio di via D'Amelio certifica la necessità per soggetti esterni a Cosa nostra di intervenire per 'alterare' il quadro delle investigazioni evitando che si potesse indagare efficacemente sulle matrici non mafiose della strage e, in ultima analisi, disvelare il loro coinvolgimento nella strage di via d'Amelio".

Infine, per i giudici di Caltanissetta, "movente della strage e finalità criminale di tutte le iniziative volte allo sviamento delle indagini su via D'Amelio sono intimamente connesse". Per questo, bacchettano anche alcuni testimoni sentiti nel corso degli anni.

"Pur comprendendone lo stato emotivo profondamente alterato appare inspiegabile il numero di mutamenti di versione rese nel corso degli anni in ordine alla medesima vicenda". Per i giudici "restano insondabili le ragioni di un numero così elevato di cambi di versione, peraltro su plurime circostanze del narrato". Secondo i giudici nisseni, Paolo Borsellino, "si sentì tradito da un soggetto inserito in un contesto istituzionale".

(Fonti
Fanpage, Studenti.it, L'Avvenire, ANSA)

Emanuele Cinelli



BENEFICI DELLO SPORT

Lo sport è una delle attività più importanti che possiamo praticare per migliorare la nostra salute e il nostro benessere. Non solo ci aiuta a mantenere una buona forma fisica, ma anche a sviluppare le nostre abilità sociali e cognitive.

Innanzitutto, lo sport ci aiuta a mantenere una buona salute fisica. La pratica regolare di attività fisica ci aiuta a mantenere il nostro corpo in forma, a migliorare la nostra resistenza cardiovascolare e ad aumentare la nostra forza muscolare. Inoltre, lo sport ci aiuta a ridurre il rischio di malattie croniche come il diabete, le malattie cardiache e l'obesità.

Ma lo sport non ha solo benefici fisici. Esso ha anche un impatto positivo sulla nostra salute mentale. La pratica regolare di attività fisica può aiutare a ridurre lo stress, l'ansia e la depressione. Inoltre, lo sport ci aiuta a sviluppare la nostra autostima e la fiducia in noi stessi, e ci insegna l'importanza della disciplina e della perseveranza.

Lo sport ha anche un impatto positivo sulla nostra vita sociale. La partecipazione a una squadra sportiva o la pratica insieme a un gruppo di amici ci aiuta a sviluppare le abilità sociali e a costruire relazioni significative con gli altri. Inoltre, lo sport ci insegna l'importanza del rispetto e della lealtà, ci aiuta a sviluppare un senso di appartenenza e di comunità.

Infine, lo sport ha anche un impatto positivo sulla nostra

vita professionale. La pratica regolare di attività fisica ci aiuta a migliorare la concentrazione e la produttività sul lavoro. Inoltre, lo sport ci insegna l'importanza del lavoro di squadra e della collaborazione, abilità fondamentali anche nel mondo del lavoro.

Praticare lo sport regolarmente può portare a una vita più sana, felice e soddisfacente.

Alessio Caminati





Scrivere, una passione e un modo per scoprire sé stessi

Recentemente si è concluso il concorso letterario “Arte di Parole”, organizzato dal Salotto Conti di Sesto Fiorentino e coadiuvato dall’ I.S.I.S “Gramsci- Keynes” di Prato. L’ideatore di questo concorso è il professor Gianni Conti, insegnante di lettere e patrono del Salotto Conti che con 22 anni di attività ha letto e commentato più di 500 tra romanzi, saggi e racconti. Questa del 2023 è la dodicesima edizione, pensata per accogliere testi di ragazzi delle scuole secondarie da tutta Italia. Il concorso presenta un funzionamento a dir poco singolare: in pratica chiede a tutti i partecipanti di scrivere una storia, avendo come unica linea guida una parola che non deve comparire nel titolo. L’anno scorso era “Voci”, quest’anno “Luce”.

È la seconda volta che io partecipo...l’anno scorso mi sono classificato tredicesimo su 250 racconti e quest’anno non so ancora, ma il mio racconto si intitola “Un’amica attesa tutta la notte”. Inizialmente non è stato facile decidere cosa scrivere; avevo molte idee in testa, ma nessuna sarebbe stata quella definitiva. Avevo pensato a un racconto fantascientifico, magari incentrato su dei “cavalieri della luce”, ma sarebbe stato difficile portare avanti un racconto del genere, perché non potevo immedesimarmi appieno nel personaggio. Dopo due o tre giorni in cui non facevo altro che pensare a cosa scrivere, mi è venuta l’“illuminazione”: se il tema era la luce, avrei scritto sullo

spessore della luce, vale a dire...la sua ombra! Mi convinsi che era un’idea geniale, ma al tempo stesso rischiosa: se avessi deviato troppo dalla traccia il testo non sarebbe stato accettato. Alla fine decisi di cogliere la sfida e incominciai a scrivere...

La mia tecnica quando scrivo una storia è di non allontanarmi troppo dalla realtà, sia a livello temporale, ma anche a livello “fantastico”. E penso che questo sia un consiglio per tutti gli aspiranti scrittori: se vi discostate troppo dalla realtà, sarà sempre più difficile seguire e vivere la storia del protagonista. Altra tecnica che spesso uso è quella di scrivere come se fossi io il protagonista, non invento le reazioni, penso a come reagirei io se mi succedesse ciò che sta succedendo al protagonista, e poi scrivo senza troppi filtri. E molto spesso questo rende il personaggio più umano, più reale e dunque credibile. A volte mi capita di affezionarmi talmente tanto ad alcuni personaggi che difficilmente li faccio morire e mi è capitato anche in questa occasione.

Ultimo consiglio, che può sembrare stupido o banale, ma è comunque importante: i nomi. Per un personaggio un nome è essenziale, non chiamate i vostri personaggi “quel ragazzo” o “l’altra donna”: si fa confusione! Date dei nomi ai personaggi, magari ispiratevi a persone che vi sono vicine mentre scrivete, oppure se un personaggio ha un carattere che assomiglia a qualcuno che conoscete, chiamatelo col suo nome così

sarà più facile per voi ricordarvi chi è. E soprattutto: nomi semplici! Nel mio testo l’ombra che accompagna la protagonista ha lo stesso nome di quest’ultima, ma letto al contrario! Quando ho finito di scrivere il racconto ho memorizzato quell’accozzaglia di lettere. Potrei addirittura chiamarci mia figlia così, chi può dirlo...

Vorrei concludere con un appello: non vergognatevi di scrivere, se la vostra passione è realizzare e immaginare storie, provate a scrivere. Non annoiatevi di mettervi davanti a un computer, magari un’ora o forse due per scrivere e soprattutto non pensate che le vostre storie siano brutte o non piacciono. E vi dico questo perché all’inizio anche io ero così, non amavo scrivere in primis perché mi dava noia stare a pensare e a scrivere per molto tempo. Perché il tempo va dedicato se si vuole scrivere qualcosa per cui valga la pena...E poi mi vergognavo di mettere per iscritto ciò che provavo e ciò che sentivo, perché erano sentimenti personali e non volevo che la gente mi giudicasse per quello. Ma alla fine ci ho fatto la “scorza”. Adesso scrivo senza timore ed esprimo ciò che provo senza vergognarmi, anzi anche con più facilità. E non mi importa se a qualcuno la mia storia non piace, perché io so che quella storia sono io come tutte le altre.

Un saluto e spero di avervi incitato a scoprire ciò che la vostra mente può creare. Potrete leggere il mio ultimo racconto nella pagina dello “spazio creativo”.

Alessandro Pirozzi



Davvero non si potranno più utilizzare termini inglesi?



Basta parole straniere nella pubblica amministrazione: la proposta di legge di FDL

Ha generato parecchio scalpore, negli ultimi giorni, la proposta di legge presentata da Fratelli d'Italia che proporrebbe sanzioni e multe per chi utilizza termini inglesi all'interno della Pubblica Amministrazione. La rete, chiaramente, ha risposto con grandissima perplessità a questa misura, il che è abbastanza comprensibile dal momento che ormai tantissimi termini inglesi sono entrati a far parte in maniera piuttosto salda del nostro quotidiano.

Basta pensare alle terminologie utilizzate dai moderni economisti, come "bail-in" o "spending review", ma anche al popolarissimo "delivery", o ad altre parole utilizzate da chi lavora con un gestionale prenotazioni per ristoranti o per strutture alberghiere. Altri, tuttavia, hanno accolto la proposta con meno ironia, trovando nella misura inquietanti similitudini con le norme del periodo fascista italiano.

In realtà la proposta di legge è stata pensata con uno scopo ben specifico e, tutto sommato, potrebbe rappresentare una norma di un certo buon senso. Vediamo,

quindi, in che cosa consiste il testo di legge depositato da Fratelli d'Italia in Parlamento e quali modifiche apporterà, nel caso in cui dovesse venire approvato, alla Pubblica Amministrazione.

Il Testo

La legge è stata depositata a nome di Fabio Rampelli, deputato di Fratelli d'Italia e vice presidente della Camera dei deputati. Questa, nello specifico, prevede l'obbligatorietà dell'utilizzo della lingua italiana per la trasmissione di comunicazioni pubbliche o per la fruizione di beni e servizi. Tra gli articoli del testo, inoltre, viene integrata anche una norma che vieta l'utilizzo di sigle o di riferimenti stranieri per i ruoli delle aziende o nei contratti di lavoro.

Viene tollerato l'utilizzo di termini stranieri all'interno delle Università, ma solo se l'atto è giustificato dalla presenza di studenti non italiani. Per chi usa parole inglesi all'interno della Pubblica Amministrazione è prevista una multa che può variare dai 5mila ai 100mila euro.

Nei confronti della proposta FdI, negli ultimi giorni si è espressa anche l'Accademia della Crusca, definendola ridicola e non utile a

salvaguardare la lingua italiana.

A che cosa servirebbe?

Molti ritengono, tuttavia, che la proposta di legge avrebbe uno scopo ben definito. Il deputato Rampelli, in particolare, ha fatto più volte presente che il numero di termini inglesi confluiti all'interno della nostra quotidianità è cresciuto del 773%. Tra le 800mila parole italiane presenti all'interno di ogni vocabolario, infatti, ben 9.000 sono termini inglesi. Rampelli, inoltre, sostiene che non ci sarebbe nulla di strano se tali termini inglesi venissero impiegati per definire termini che in italiano non esistono. Per tutti i termini anglosassoni presenti nel nostro vocabolario, tuttavia, esiste una forma corrispondente in italiano, la quale potrebbe essere considerata anche piuttosto esaustiva e di gran lunga più gradevole all'orecchio.

La verità è che, al giorno d'oggi, risulta molto più attraente chiamare "briefing" una riunione, "happy hour" un aperitivo o "soft skills" le abilità tecniche di un neolaureato. Non si tratta, insomma, soltanto di una tendenza in voga a livello popolare, ma anche di un'abitudine che si sta diffondendo sempre di più anche all'interno degli ambienti ministeriali e governativi del Paese. Ma una multa fino a 100mila euro per chi usa i termini inglesi potrebbe realmente contrastare questo fenomeno?

continua a pag. 11





*Davvero non si potrà...
(segue da pag. 10)*

Come potrà essere applicata?

Un altro aspetto fondamentale da chiarire è proprio quello relativo all'applicazione di tale legge. Questo, purtroppo, non viene ben specificato all'interno del disegno



presentato dal deputato Rampelli, né è stato possibile ottenere delucidazioni in merito da parte degli altri rappresentanti del Governo. Come abbiamo già detto, tuttavia, la norma si applicherebbe anche agli istituti scolastici di ogni ordine

corsi in inglese proprio per favorire lo scambio culturale e per rendere fruibili i propri servizi ad una platea di studenti quanto più variegata ed internazionale possibile. In casi come questi, insomma, sorgono alcune problematiche di non lieve entità. Bisognerà, inoltre, capire se la Corte Costituzionale approverà il testo o se lo giudicherà come non armonico rispetto alla Costituzione del nostro Paese.

La legge sarà approvata?

Dal momento che il Governo Meloni può contare su una maggioranza piuttosto ampia, è abbastanza probabile che la legge Rampelli possa effettivamente essere approvata e inserita all'interno del nostro ordinamento. Restano, tuttavia, tantissimi dubbi relativi all'applicazione di tali norme e ai criteri con cui

giudicare come incostituzionale il disegno di legge escludendo qualsiasi possibilità che il testo venga trasformato in legge.

Emanuele Cinelli

Campi Estivi WWF Dai 7 ai 17 anni



Il WWF (World Wide Fund for Nature) è un'organizzazione internazionale non governativa di protezione ambientale con sede nella città di Gland. Il suo scopo è la tutela dell'ambiente naturale, attraverso la protezione delle specie in pericolo e la conservazione degli ecosistemi e della biodiversità, la riduzione dell'inquinamento e la lotta contro lo spreco di risorse e di energia.



Ci si diverte con nuovi amici

Un Campo Estivo WWF è prima di tutto un momento di svago e una bellissima occasione per divertirsi e stare bene con sé stessi e con gli altri.



Stiamo senza Cellulare

Durante il giorno ci dimentichiamo del cellulare: siamo catturati da emozioni, giochi e nuove amicizie. La sera è piacevole utilizzarlo e chiamare a casa.



Valore alla Biodiversità

Impariamo cos'è la sostenibilità, conosciamo da vicino la bellezza della biodiversità e la sua importanza per il territorio.

e grado e a tutte le università che propongono corsi in lingua straniera.

Eppure, come molti sanno bene, esistono tantissime università che propongono

le rispettive sanzioni dovrebbero essere assegnate. C'è sempre da attendere il parere della Corte Costituzionale, che nei prossimi mesi potrebbe

Il **WWF Travel** nasce nel 2018 per proporre programmi di viaggio, itinerari e soggiorni che coniugano il piacere del campo estivo con delle esperienze *continua a pag. 12*



Campi estivi WWF *(segue da pag. 11)*

estivo con delle esperienze immersive, che educano alla sensibilità ambientale. Un modo diverso di vivere le vacanze: al piacere di visitare luoghi straordinari si sommano la conoscenza e la condivisione di progetti a tutela di specie e territori a rischio. Le attività si svolgono in costante contatto con la Natura, con il supporto e il coinvolgimento di guide esperte, animatori specializzati, testimonial con una specifica sensibilità ecologica.

WWF Travel promuove viaggi, itinerari e soggiorni in tutta Italia e nel Mondo, mantenendo come comune denominatore la scoperta e il rispetto della Natura. I campi estivi sono divisi per età (per



ragazzi delle elementari, delle medie e delle superiori); sono concentrati nei mesi di giugno e luglio e in parte ad agosto e



durano da 5 a 8 giorni. Alcuni prevedono un'unica base di soggiorno, altri sono itineranti e prevedono l'uso di tende. Le attività sono tantissime e ognuna è stata pensata e studiata appositamente per la

specifico fascia di età. Ce ne sono per tutti i gusti: vacanza a cavallo, in mountain bike, in



kajak, nuotando tra i fondali marini o provando l'ebbrezza di arrampicarsi come veri scalatori, non c'è che l'imbarazzo della scelta. Anche le destinazioni sono numerose e in diverse regioni: Lazio, Abruzzo, Toscana, Emilia, Liguria, Piemonte, Lombardia, Veneto, Valle d'Aosta, Sardegna, Puglia, Sicilia, Campania, Basilicata.

WWF popone inoltre le Oasi Stay: soggiorni nelle Oasi WWF italiane in grado di fornire ospitalità a ragazzi e adulti, nonché i Tour Natura nel Mondo: viaggi-evento, viaggi esperienziali a partenza unica, sulle tracce di animali in pericolo di estinzione, o verso habitat a rischio.

Sito Web: Scopri qui tutti i campi estivi WWF organizzati per la prossima estate:
<http://www.wwftravel.it/>

Settore: tempo libero,



viaggi, ambientalismo, natura, cultura e turismo

Settori di competenza:
Campi Estivi Ragazzi,

soggiorni nelle Oasi WWF, Tour Natura nel Mondo e Tour Natura in Italia

Perché partecipare ad un Campo Estivo WWF?

I Campi estivi WWF sono un'eccezionale opportunità, divertente e formativa allo stesso tempo, di incontro, vacanza e conoscenza della natura. Attraverso l'esperienza sul campo, rappresentano infatti anche un'occasione per sviluppare la propria



sensibilità ambientale.

"Ci occupiamo del pianeta da 50 anni.

Alle nuove generazioni vogliamo trasmettere tutto l'amore e il rispetto che serve per costruire un futuro in cui uomo e natura possano vivere in equilibrio."

– **WWF TRAVEL** –
Disponibilità per le superiori:
<https://wwftravel.it/wp-content/uploads/2023/05/Disponibilita-Campi-WWF-2023.pdf>



<https://wwftravel.it/campiestivi/>

Fonti:
<https://www.linkedin.com/company/wwf-travel/about/>

Thomas Edoardo Virgili



Next Generation L'Università "La Sapienza" incontra l'I.I.S. "Via Copernico"

L'Università degli Studi di Roma "La Sapienza" ha invitato l'Istituto "Via Copernico" di Pomezia a partecipare al Progetto Orientamento Next Generation (ONG), finanziato dal Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza. Il Progetto ONG è un progetto comune a tutti gli Atenei della Regione Lazio, pensato per aiutare le studentesse e gli studenti delle scuole secondarie superiori a scegliere in modo consapevole il proprio percorso di formazione successivo al ciclo scolastico, nonché a definire la propria traiettoria personale e professionale. Il progetto ha previsto l'erogazione, da parte di docenti di diverse Facoltà universitarie, di un percorso formativo, di 15 ore totali, in presenza, presso le aule delle classi quarte dell'Istituto, strutturato in 5 moduli.

Gli obiettivi del percorso per gli studenti sono stati: conoscere il contesto e le opportunità di crescita personale; fare esperienza di didattica disciplinare attiva, partecipativa e laboratoriale; autovalutare, verificare e consolidare le proprie conoscenze e competenze; costruire un proprio progetto formativo e professionale; conoscere il mondo del lavoro e il collegamento con le competenze acquisite. La professoressa Romana Andò, Presidente del corso di Laurea magistrale di moda internazionale, docente di sociologia della comu-

nicazione della moda, fashion branding e consumer



experience, racconta in un'intervista realizzata dai giovani redattori di "Quelli di via Copernico news": "Tale iniziativa nel complesso ha l'obiettivo di portare l'orientamento universitario nelle scuole e soprattutto sfatare tutti quelli che sono gli stereotipi o le false conoscenze relative all'esperienza universitaria, per avvicinare gli studenti e le studentesse a questo tipo di scelta, mostrando loro la ricchezza dell'offerta formativa universitaria, i processi di accesso, le prove di selezione e naturalmente le caratteristiche dell'istruzione nei suoi diversi livelli, dalla triennale alla magistrale, fino ad arrivare al dottorato".

Il prof. Sergio Caprara, docente del corso di Fisica, plaude all'iniziativa: "Devo dire che l'esperienza è stata molto positiva; ho ricevuto dalla classe che mi è stata assegnata un grande interesse [...] Il mio consiglio è quello di seguire innanzitutto le proprie passioni, qualunque esse siano, senza badare a nessun tipo di stereotipo. La passione è l'elemento motore di ogni scelta. Naturalmente per arrivare a quell'appuntamento con una motivazione propria, bisogna lavorarci e secondo me questi percorsi di orientamento

possono cominciare ad indirizzare ragazzi e ragazze verso la giusta decisione".

E il prof. Paolo Audisio, docente di area zoologica: "È stata decisamente un'esperienza positiva. Nella mia classe tutti hanno seguito con grande attenzione, ponendo, in maniera sorprendente, molte domande ed essendo effettivamente interessati all'argomento".

Sicuramente il confronto con personale universitario altamente qualificato è un'occasione preziosa, che aiuterà gli studenti a una scelta più consapevole del percorso di studi post diploma.

Ringraziamo l'Ateneo per averci coinvolto in questo progetto e tutti i docenti e i dottorandi che hanno realizzato gli incontri presso il nostro Istituto.

È possibile seguire la videointervista integrale ai docenti del progetto Next Generation sul sito dell'I.I.S. "Via Copernico" (<https://youtu.be/8lgz9jCJr3M>)

INTELLIGENZA ARTIFICIALE (AI)

In questo periodo sono state inventate varie intelligenze artificiali (AI), macchine capaci di mostrare capacità umane, come: il ragionamento, l'apprendimento, la pianificazione e la creatività. Esistono due tipologie di queste nuove intelligenze: Intelligenza generale artificiale (AGI), alla pari con le capacità umane e Superintelligenza artificiale (ASI), ovvero *continua a pag. 14*



Intelligenza artificiale (segue da pag. 13)

un'intelligenza capace di fare cose che normalmente un essere umano non potrebbe fare.

Un esempio di AGI è **ChatGPT**, un modello di AI sviluppato da OpenAI con l'obiettivo di ottimizzare la conversazione. Questa

intelligenza artificiale può scrivere ricerche, storie, articoli, dialoghi, email, poesie, creare post sui social, creare ed interpretare come un umano immagini, programmare, correggere errori matematici, migliorare gli assistenti personali virtuali, condurre sondaggi nelle ricerche di mercato e anche avere una conversazione su una chat assieme ad un umano. Ogni cosa che si può fare, ChatGPT la fa quasi come se fosse un umano, ma più si evolveranno le tecnologie, più sarà difficile riconoscere se un testo sarà scritto da un umano o da un'intelligenza artificiale. Nonostante sembri che questa intelligenza sia capace di poter fare un gran numero di cose, ChatGPT ha dei limiti. Infatti, almeno fino alla versione 3.5, mostrava dei limiti nella comprensione delle "sfumature del linguaggio umano" (come per esempio l'ironia).

Con la versione attuale, cioè ChatGPT 4, tali limiti sembrerebbero essere superabili. Un altro limite di ChatGPT è che le sue informazioni si fermano nel 2021, quindi non è a conoscenza degli eventi avvenuti dopo tale data. Una

limitazione imposta volontariamente dagli sviluppatori è che ChatGPT è programmato per evitare



determinati tipi di contenuti come testi su argomenti di violenza o contenuti dannosi, ad esempio la costruzione di una bomba.

In passato, vi è stato un periodo compreso tra il 31 marzo 2023 ed il 30 aprile 2023, in cui ChatGPT è stato reso inutilizzabile in Italia. Questo è dovuto al fatto che l'AI non rispettava le norme privacy GDPR (Regolamento generale per la protezione dei dati personal). I requisiti necessari che ChatGPT potesse ritornare era la predisposizione di un'informativa in materia di privacy e di una verifica di età degli utenti. Dopo aver aggiunto questi requisiti, ChatGPT è finalmente tornato in Italia il primo maggio del



2023 e i modi per utilizzarlo sono due:

1. Per il primo metodo, basta scaricare l'app 'Ask AI' e si ha così la possibilità di fargli tre

domande al giorno. Nel caso si volessero fare più domande quotidiane, sono presenti due tipi di abbonamenti: il primo costa 5,49 euro a settimana, il secondo costa 45,99 euro in un addebito unico per una durata illimitata.

2. Per quanto riguarda il secondo metodo, bisogna indirizzarsi sul sito ufficiale del servizio, attivando un account Google o Microsoft. Successivamente bisogna inserire nome, cognome e numero di telefono. Con quest'ultimo, sarà inviato un codice di verifica negli SMS, che dovremo inserire nel sito. Infine, bisogna scrivere la propria richiesta (meglio se con un linguaggio naturale, specifico e diretto) in basso alla pagina ed attendere la nostra risposta in massimo qualche minuto.

Ci sono diverse versioni di ChatGPT: ChatGPT, ChatGPT 2, ChatGPT 3, ChatGPT 3.5, ChatGPT 4 e ChatGPT Professional. Per quanto riguarda l'ultima versione dell'elenco, questa è una versione che comprende meglio il linguaggio utilizzato, è più veloce nel dare le risposte e può essere utilizzato in più settori. Momentaneamente, ChatGPT Professional (o ChatGPT Pro) è disponibile solamente negli Stati Uniti, ma in futuro inizierà il processo di invito mondiale delle persone iscritte alla lista d'attesa. Per accedere a questa lista, bisogna compilare il modulo di richiesta, che comprende alcune domande sul personale utilizzo di ChatGPT e nel caso sarai selezionato, la società OpenAI ti *continua a pag. 15*



Intelligenza artificiale (segue da pag. 14)

contatterà per impostare la procedura a pagamento di 20 dollari al mese.

Una novità di ChatGPT 4 è il nuovo sistema multimodale, cioè l'interpretazione di simboli non solo testuali. Con esso, l'AI è stata sottoposta a quest'immagine chiedendogli "cosa accadrebbe se le corde fossero tagliate?". A questa domanda ChatGPT ha risposto con "I palloncini volerebbero via.". Si pensa a una nuova versione di ChatGPT, con cui questa interpretazione si potrà estendere anche nei video e negli audio.

Un'altra intelligenza artificiale capace di creare immagini, è **Shutterstock** (nominata anche Shutterstock.AI), un'intelligenza artificiale americana capace di creare immagini, video ed anche musica fornendo anche strumenti di editing.

Per utilizzare questa AI, bisogna dirigersi sul sito, cliccare, 'genera' a sinistra dello schermo, descrivere l'immagine che vorresti che Shutterstock.AI realizzasse e premere 'genera'. Una volta premuto "genera", l'AI esegue almeno 3.500.000.000 di calcoli in pochi secondi per creare l'immagine.

Se invece si desidera creare un'immagine senza l'aiuto della AI, bisogna dirigersi sul sito, cliccare 'crea' a sinistra dello schermo cliccare su 'dimensione personalizzata', dare un nome ed una grandezza all'immagine. Fatto ciò, si aprirà una nuova pagina internet, è possibile creare la propria immagine avendo la

possibilità di inserire: forme geometriche, figure di vario tipo, uno sfondo, caratteri alfabetici ed ulteriori immagini.

Un'altra opzione di Shutterstock è la possibilità di vendere le proprie immagini a prescindere se queste sono create dall'intelligenza artificiale o fotografate con una macchina fotografica. Esistono due modi per vendere un'immagine con Shutterstock:

1. Il primo è quello di accedere al sito internet e registrarsi.
2. Per quanto riguarda il secondo



metodo, bisogna scaricare l'app "Shutterstock contributor" e registrarsi.

Per eseguire la registrazione, bisogna inserire la propria email con la quale verrà mandata una email di verifica che richiede l'inserimento di alcuni dati (come il luogo in cui si è residenti ed il numero di telefono). Una volta fatto ciò, per vendere la propria immagine bisogna caricarla inserendo una descrizione.

A mano a mano che le tecnologie andranno avanti, sarà sempre più difficile riconoscere da chi è stato scritto un testo, un'immagine, un file audio o un video e di conseguenza, qualcuno potrebbe abusarne per scopi

sinistri. Una soluzione a questo problema è la creazione di ulteriori intelligenze artificiali che riconoscano l'origine della fonte. Un esempio è GPTZero, una AI creata nel gennaio del 2023 da Edward Tian, uno studente americano di soli 22 anni.



shutterstock

Come si può capire dal nome, GPTZero è

un'intelligenza artificiale creata allo scopo di capire se un testo è stato scritto da una AI, in particolare ChatGPT, o da un essere umano. Per far ciò, l'AI elabora il testo comprendendo se sono presenti frasi di diversa lunghezza, o se la scrittura appare uniforme assegnando un 'punteggio' di perplessità e l'incontrollata aggressiva impulsività. Molto interessante e naturalmente *work in progress*.

Fonti hwupgrade.it, ilsole24ore.com, wired.it, skuola.net, ai4business.it, radishop.com, wikipedia.org, corriere.it, europa.eu, fastweb.it, mediaset.it, e shutterstock.com.

Fabrizio Salvati

**GIOCHI DELLA
CHIMICA EDIZIONE
2022/2023:
IL COPERNICO C'È**

La Società Chimica Italiana (SCI), come da tradizione, ha invitato anche quest'anno gli studenti delle Scuole Secondarie di secondo grado a partecipare alla competizione nazionale denominata Giochi della Chimica, allo scopo di sviluppare nelle scuole atteggiamenti positivi e propositivi *continua a pag. 16*



Giochi della chimica (segue da pag. 15)



verso lo studio della chimica, incoraggiare l'acquisizione di conoscenze e sensibilità verso tematiche centrali della società moderna (energia, salute, ambiente ecc.), offrire opportunità di condivisione, integrazione, inclusione e di valorizzazione delle eccellenze. Per la prima volta il Copernico ha preso parte alla competizione schierando, in occasione della Fase Regionale una squadra composta da tre studenti: Fabrizio Ivanschi, Ion Rosca e Robert Virga della 2CT, che hanno superato la Selezione di Istituto tenutasi il giorno 27 febbraio 2023 in contemporanea su tutto il territorio nazionale ed alla quale hanno partecipato ben

45 studenti del nostro Istituto. Gli studenti, accompagnati dalla prof.ssa Fernanda degli Quadri, referente dell'iniziativa, hanno affrontato lo scorso 29 aprile presso l'Università degli studi di Roma Tor Vergata la FINALE REGIONALE, svolgendo un test costituito da 60 domande a risposta multipla per la durata di 2 ore e mezza. Tra i 100 studenti in tutta Italia che accedono alla Finale Nazionale del 24-26/05/23 a Roma soltanto 4 studenti rappresenteranno l'Italia ai Campionati internazionali della Chimica che si svolgeranno dal 16 al 25 Luglio 2023 a Zurigo.

Quelli del Liceo made in Italy, tra tradizione e innovazione

Il sistema educativo italiano è noto per la sua lunga tradizione nella formazione dei giovani, in particolare attraverso il liceo classico, scientifico e linguistico. Tuttavia, negli ultimi anni, il liceo italiano sta subendo una trasformazione per far fronte alle sfide della società moderna e dell'economia globale.

Il "Liceo made in Italy" si caratterizza per un'attenzione particolare all'innovazione, all'imprenditorialità, alla creatività e alla flessibilità. Questo nuovo approccio si traduce in un'offerta formativa più ampia e personalizzata, che mira a soddisfare le esigenze dei singoli studenti e ad adattarsi alle richieste del mercato del lavoro.

In questo contesto, l'istruzione tecnica e professionale sta acquisendo sempre più importanza, con l'obiettivo di fornire competenze concrete e specializzate per rispondere alle esigenze delle imprese e del mondo del lavoro. Il liceo tecnologico e professionale, infatti, sta diventando una scelta sempre più popolare tra gli studenti italiani.

Il Liceo *made in Italy* si concentra anche sulla promozione di una cultura imprenditoriale, incoraggiando gli studenti a sviluppare idee innovative e a realizzare progetti imprenditoriali in collaborazione con le imprese locali e internazionali. In questo modo, gli studenti possono acquisire esperienze e competenze preziose per il loro futuro professionale.

Inoltre, l'educazione linguistica sta diventando sempre più importante, in quanto la conoscenza delle lingue straniere è fondamentale per la mobilità internazionale e per la partecipazione attiva alla comunità globale.

Il liceo linguistico, dunque, continua a svolgere un ruolo chiave nella formazione degli studenti italiani.

Infine, il Liceo *made in Italy* si caratterizza per un'attenzione particolare alle nuove tecnologie, alla cultura digitale e all'innovazione pedagogica. L'uso di strumenti digitali e l'integrazione delle nuove tecnologie nell'insegnamento sono diventati sempre più importanti per garantire una formazione *continua a pag. 17*



Liceo Made in Italy (segue da pag. 16)

completa e al passo con i tempi.

In conclusione, il Liceo *made in Italy* rappresenta un'evoluzione positiva del sistema educativo italiano, capace di conciliare la tradizione con l'innovazione e di fornire agli studenti una formazione completa e personalizzata, adatta alle esigenze del mercato del lavoro e della società moderna. Almeno a livello teorico...

Fonti
skytg24
Artibune
Today

Luca Samà

L'attivismo ambientalista di *Ultima Generazione*

Sono passati mesi da quando è incominciato un caos mediatico per via delle azioni intraprese da *Ultima Generazione*, un'associazione ambientalista in Italia, che, da anni, lotta per spingere verso politiche che tutelano l'ambiente e che portino alla *carbon neutrality*.

Tali azioni non sono solo manifestazioni, ma vere e proprie proteste con il diretto obiettivo di suscitare attenzione mediatica verso le richieste degli ambientalisti: si parla di imbrattare opere d'arte e bloccare le strade per poi fare discorsi volti a sensibilizzare circa la gravità della crisi climatica.

Ci sono state asprissime critiche da una parte consistente degli opinionisti in Italia, che si sono scagliati contro il metodo scelto da *Ultima Generazione* negli ultimi mesi.

Non siamo qui per dar ragione a una delle parti, né siamo qui per esprimere opinioni personali sull'argomento: oggi vogliamo presentare le argomentazioni di ambo le parti, sia quelle date dagli opinionisti, sia quelle fornite da *Ultima Generazione*.

Gli opinionisti affermano che imbrattare opere pubbliche e bloccare le strade non sia il giusto metodo di protestare.

Agire in questa maniera, secondo loro, non porta a esiti positivi, anzi, distanzia l'opinione pubblica proprio dagli argomenti che gli ambientalisti vorrebbero toccare, al punto anche da dare un'immagine negativa alla causa.

Secondo loro ciò che si provoca, così facendo, sono soltanto danni economici alle opere imbrattate e le vite messe a rischio per, ad esempio, le ambulanze che rimanevano ferme sulle strade bloccate.

Ultima Generazione, prima di operare tramite questi tipi di protesta, aveva sempre agito tramite manifestazioni e tramite i *Fridays For Future*, tuttavia hanno ritenuto che l'attenzione mediatica verso la crisi climatica non fosse tale da portare un cambiamento, perlomeno nel breve termine.

Essendo la crisi climatica ancora in corso e i danni in continuo aumento, al punto da rischiare milioni di morti, carestie e conseguenze letali irreversibili per l'umanità, gli ambientalisti vedono come unico metodo per far "svegliare le coscienze" l'utilizzo di azioni che scatenino scalpore per

umentare la visibilità sul tema.

Gli ambientalisti di *Ultima Generazione* si rendono conto che azioni del genere non generino supporto alla loro associazione: erano pronti già da prima a ricevere odio mediatico; ritengono però che sia il metodo più efficace per smuovere la politica italiana.

Insomma, vedono ciò che fanno come il "male minore" per combattere gli effetti della crisi climatica.

Certo, fino a prima di azioni simili, l'attenzione da parte delle testate giornalistiche verso argomenti legati alla crisi climatica è stata di un livello definito da alcuni studi come troppo basso. Oggi si è visto che da quando gli attivisti operano tramite questo tipo di protesta l'attenzione mediatica verso l'argomento è esplosa e nei Paesi in cui gli attivisti operano, come ad esempio negli Stati Uniti d'America, tendenzialmente si applicano politiche ambientali estensive. Ora, non resta che convincere anche l'uomo comune a cambiare atteggiamento nei confronti dell'ambiente al fine di tutelarlo.

Fonti
<https://www.google.com/amp/s/www.ilfattoquotidiano.it/2023/01/07/attivisti-per-il-clima-nel-bene-o-nel-male-un-risultato-lhanno-raggiunto/6928134/amp/>
<https://www.google.com/amp/s/www.micromega.net/in-difesa-degli-attivisti-ambientali-di-ultima-generazione/amp/>
<https://www.sciencedaily.com/releases/2015/06/150615162619.htm>
<https://bonpote.com/en/counterproductive-hurting-the-cause-does-activism-always-work/>
<https://www.micromega.net/in-difesa-degli-attivisti-ambientali-di-ultima-generazione/>

Alessandro Pia



L'amicizia...

L'amicizia è una delle relazioni più importanti e significative nella vita di una persona. Essa ci offre supporto, conforto e compagnia, e ci fa sentire meno soli quando affrontiamo le sfide della vita. L'amicizia può nascere in molti modi diversi, ma ciò che conta di più è la sincerità e la fiducia che si instaura tra due persone.

L'amicizia va oltre l'idea di avere un semplice compagno di giochi o un confidente, essa rappresenta un legame profondo e duraturo tra due persone che si rispettano, si apprezzano e si sostengono reciprocamente. L'amicizia è una relazione che richiede tempo, impegno e dedizione, ma i suoi frutti sono inestimabili.

Gli amici sono coloro che ci aiutano a crescere e a migliorare come persone. Ci incoraggiano a perseguire i nostri sogni, ci aiutano a superare le difficoltà e ci sostengono nei momenti di gioia e di tristezza. Gli amici sono coloro che ci conoscono meglio di chiunque altro e che ci amano per quello che siamo, con i nostri pregi e i nostri difetti.

Ma l'amicizia non è solo una questione di ricevere, essa richiede anche un atteggiamento altruista e la volontà di dare. Gli amici sono coloro che ci offrono il loro tempo, la loro attenzione e il loro affetto senza aspettarsi nulla in cambio. Essi sono pronti ad ascoltare le nostre preoccupazioni, a consigliarci e a sostenerci in ogni circostanza.

L'amicizia è una fonte di grande felicità e benessere, che migliora la qualità della vita delle persone. Essa ci aiuta a sviluppare empatia, generosità e altruismo, e ci insegna l'importanza di avere relazioni significative nella nostra vita. Gli amici ci permettono di esplorare il mondo e di scoprire nuove prospettive, e ci accompagnano lungo il nostro percorso di crescita personale. In sintesi, l'amicizia è qualcosa di unico e meraviglioso! E ci aiuta a diventare le persone che vogliamo essere.

Alessio Caminati

“Hugs not Drugs” approda al Copernico!

Il progetto promosso dal Moige ospite del nostro istituto

L'importanza della prevenzione al centro del dibattito con gli studenti

Contrastare l'uso delle sostanze stupefacenti fra i minori, attraverso una maggiore prevenzione e sensibilizzazione in favore degli studenti delle scuole secondarie di primo e secondo grado.

Questo è uno degli obiettivi del progetto “Hugs not Drugs” che il MOIGE e il Dipartimento Centrale per i Servizi Antidroga, con il contributo della Presidenza del Consiglio dei Ministri e del Dipartimento per le politiche antidroga, vogliono raggiungere offrendo ai ragazzi, ai genitori e ai loro insegnanti,

un'informazione corretta ed autorevole sulla pericolosità delle sostanze stupefacenti e sulle conseguenze riconducibili al loro utilizzo, contribuendo a diffondere la cultura della legalità nella popolazione giovanile su tutto il territorio nazionale.

Il progetto, capace di coinvolgere circa 220 scuole medie e superiori, con oltre 55.000 ragazzi e 110.000 tra genitori e docenti, ha fatto tappa anche nel nostro Istituto. Lo scorso 17 marzo, infatti, la dott.ssa Alessandra Postiglione, psicologa clinica e psicoterapeuta in formazione, ha incontrato alcune classi dei nostri tre indirizzi, per un incontro di formazione sui rischi sociali, legali e sanitari connessi all'uso di sostanze stupefacenti e, al contempo, sull'importanza della prevenzione e dell'adozione di stili di vita corretti.



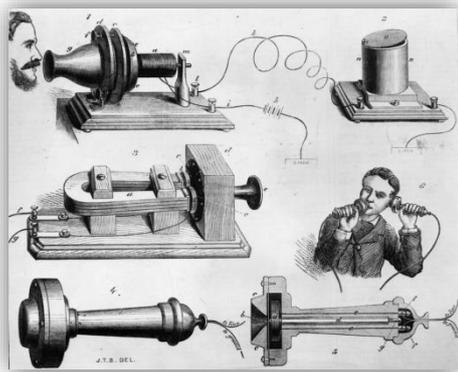


Invenzione del telefono

Il telefono è un dispositivo di comunicazione che permette la trasmissione dei suoni a distanza e che ha rivoluzionato il mondo delle telecomunicazioni. Infatti, il termine *telefono* deriva da due parole greche, che significano rispettivamente “lontano” e “suono”.

Il merito della sua invenzione è sempre stato oggetto di contesa. Il brevetto, datato 1876, è stato depositato dallo statunitense Alexander Graham Bell, dipendente della Western Union Telegraph Company, anche se ormai viene riconosciuto che sia stato in realtà l'italiano Antonio Meucci – e forse, prima di lui, Innocenzo Manzetti - ad aver realizzato i primi prototipi del telefono.

Nel 1834 Meucci, a Firenze, iniziò a lavorare su un dispositivo per la trasmissione dei suoni. Si trasferì poi a New York, e nel 1854 costruì il primo prototipo, chiamato da lui **telettrofono**, che utilizzava in casa per comunicare con la moglie, confinata a letto dall'artrite. Meucci continuò a perfezionare la sua idea a Cuba, e nel 1871 depositò un brevetto temporaneo al prezzo di 10 dollari l'anno, visto che non poteva permettersi il costo del brevetto definitivo. Riuscì a pagare solo due volte e nessuna compagnia telegrafica accettò di finanziarlo. Infatti, Meucci sottopose alcuni suoi prototipi del telettrofono a varie compagnie, tra cui anche la Western Union Telegraph



Company, che non solo rifiutò il suo progetto, ma gli comunicò anche di aver perso i prototipi inviategli. Tuttavia, il 7 marzo 1876, un ex dipendente di quella stessa azienda telegrafica, Alexander Graham Bell, depositò un brevetto per un dispositivo “per trasmettere la voce o altri suoni per mezzo di ondulazioni elettriche”, guadagnandosi così il titolo di inventore del telefono, titolo che egli mantenne per tutto il secolo scorso. L'ipotesi più probabile fu che Bell, mentre ancora lavorava alla Western Union, abbia avuto la possibilità di vedere i prototipi e da lì trarre l'idea per il suo telefono. Meucci lo denunciò per avergli rubato l'idea, ma perse la prima causa. In seguito, nel 1887, la Corte Suprema degli Stati Uniti gli diede ragione, ma ormai Bell aveva avviato la Bell Telephone Company (oggi diventata la AT&T, American Telephone and Telegraph), una importante industria di telecomunicazioni, oggi una delle maggiori d'America. Meucci morì poi nel 1889 e nessuno contestò più il brevetto di Bell, scaduto nel 1893. Tuttavia, nel 2002 il Congresso degli Stati Uniti ha riconosciuto ufficialmente la paternità del telefono a

Meucci, spiegando come egli, essendo povero, non avesse avuto la possibilità di pagare un brevetto, sebbene ne avesse dato una dimostrazione già nel 1860 e l'avesse pubblicata sul giornale italiano di New York.



Dal primo modello di telefono alle evoluzioni successive



Il primo modello di telefono consisteva in un microfono chiamato trasmettitore, e un altoparlante, il ricevitore, collegati tra di loro da un circuito elettrico con una batteria. Data la sua complessità e il suo costo, all'inizio il telefono rimase un privilegio riservato a pochi, che lo potevano utilizzare solo con utenti della stessa linea urbana. La prima telefonata ufficiale avvenne a Boston il 10 marzo 1876, quando Bell, allora professore di Psicologia vocale e dizione all'Università, chiamò telefonicamente il suo collaboratore, esclamando: “Venga qui Watson, per favore. Ho bisogno di lei!”. A partire dal 1881, il telefono, o “telegrafo parlante” come veniva definito, era utilizzato soprattutto da banchieri, agenti di cambio o dalle ferrovie. È solo dopo la prima guerra mondiale che inizia a diffondersi e a essere utilizzato anche in ambito privato.

continua a pag. 20



L'invenzione del telefono

(segue da pag. 19)

E quanta evoluzione da allora. Si iniziò ad applicare ai telefoni i primi quadranti rotanti e per comporre un numero si doveva far girare una ruota con sovrainpressi i numeri da 0 a 9 e, nel caso di errore, si doveva ricominciare tutto da capo. Negli anni Trenta arrivarono i cosiddetti telefoni a **candelabro** con una base come trasmettitore e il ricevitore staccato che dopo poco avrebbe preso la forma, che poi sarebbe diventata iconica, di **cornetta**.

Nel corso degli anni, quest'ultimi scompaiono e le case cominciano a riempirsi di stravaganti telefoni a parete: ingombranti, ma funzionali. Fortunatamente, tra gli anni '60 e '70 del Novecento cominciano ad arrivare i primi telefoni collegati con un cavo alla presa telefonica. Poi arriva anche la tastiera. E finalmente questo dispositivo comincia ad avere l'aspetto (o quasi) che tutti noi oggi conosciamo.

Motorola e il primo cellulare

Nel corso degli anni '70, mentre il telefono fisso cambiava forma e si preparava a diventare *cordless*, Martin Cooper lavorò al primo

cellulare della storia. Per l'esattezza, il 3 Aprile 1973 questo giovane ingegnere alle dipendenze di Motorola usò un cellulare per chiamare Joel Engel dei Bell Labs, uno dei maggiori competitor nel settore della telefonia. A quanto pare, queste sarebbero state le parole di Cooper: *"Ehi Joey, sono Martin. Ti sto chiamando da un cellulare, un vero cellulare"*. Il giovane ucraino, assunto da Motorola nel 1954, si prese giustamente il merito di una delle invenzioni più incredibili della storia, a cui aveva lavorato per quasi vent'anni.

Il cellulare da cui chiamava



Cooper era il prototipo del **Motorola Dynatac 8000x**, lanciato sul mercato solo nel 1983, dopo ben 10 anni di interventi di

perfezionamento e migliorie. Pesava 1.1 Kg, non aveva lo schermo ma possedeva un'antenna, ed era dotato di una batteria della durata di circa mezz'ora, con un tempo di ricarica di 10 ore. Quando fu lanciato sul mercato, costava ben 4000 \$. Un investimento che potevano permettersi soltanto pochi fortunati.

Il Motorola di Cooper possedeva già qualche funzione interessante, come la possibilità di memorizzare 30 numeri o quella di utilizzare tasti per il volume, la richiamata e il blocco. Ma era davvero molto pesante per poter essere considerato un telefono portatile, diciamo così. Negli anni a seguire, quindi, le diverse aziende del settore non fecero altro che lavorare per risolvere questo "problema".

Dal cellulare allo



smartphone: trent'anni di evoluzione . *continua a pag. 21*





L'invenzione del telefono

(segue da pag. 20)

Diciamoci la verità: portare in giro un cellulare di un chilo non doveva essere proprio comodo. Ammesso che qualcuno riuscisse davvero ad uscire di casa mettendo in tasca il telefono. Fortunatamente, prima ancora di diventare nota per Snake ed il 3310, Nokia riuscì a lanciare sul mercato un cellulare più leggero, il **Mobyra Cityman 900**, passato alla storia con il nomignolo di “Gorba” perché immortalato tra le mani di Michail Gorbačëv in uno scatto dell'epoca. L'aspetto era molto simile a quello del precedente Motorola, ma con un peso leggermente minore: 800 grammi.

Siamo nel 1987, quando ancora le grandi compagnie stanno lavorando per migliorare



il progetto di Martin Cooper. Ma ecco che nel 1992 IBM stupisce tutti lanciando il primo prototipo di smartphone della storia. Si tratta di **Simon**, un dispositivo privo di tastiera fisica, ma dotato di uno schermo tattile che poteva essere gestito attraverso un pennino. Un antesignano del Note? Qualcosa di simile. A differenza dei suoi predecessori, Simon era dotato di calendario, calcolatrice, blocco note, orologio mondiale e client di e-mail. E come se non bastasse, per la

prima volta un telefono veniva venduto con un videogioco installato, **Scramble**.

L'idea di IBM piacque particolarmente a Nokia, considerata una delle aziende leader del settore della telefonia negli anni Novanta. Ed ecco che nel 1996 compare sul mercato il modello **9000 Communicator**, il primo telefono con tastiera estesa che permetteva di inviare e ricevere e-mail. E questa non



era la sola novità. Il telefono di Nokia era dotato di una batteria al litio che assicurava una durata di 35 ore in standby e di 3 ore di conversazione. Un bel balzo in avanti in appena 10 anni di storia.

Negli anni a seguire i successi di Nokia furono incredibili. Arrivò il **5210**, il primo cellulare resistente all'acqua, e poi il **3210**, il primo con il sistema di scrittura T9 – una sorta di scrittura intuitiva, per chi non lo sapesse. Poi l'incredibile **3310**, di cui furono venduti ben 126 milioni di pezzi. E poi ancora il **3510**, il primo telefono dotato di GPRS integrato ed anche di un display a colori. Insomma, l'azienda finlandese ha davvero aperto le danze ad un settore che si è evoluto in maniera rapidissima. Tanto da renderci davvero difficile seguire passo dopo passo la storia del telefono.

Facciamo un grande salto in avanti e arriviamo al 2007, quando Apple presenta il



suo **primo iPhone** e cambia radicalmente il concetto di cellulare. E di telefonia. È bastato un decennio per permettere al mercato di rendere il telefono uno strumento irrinunciabile, utile per qualunque funzione e non solo per quella delle semplici chiamate. A differenza dell'epoca di Cooper, in cui il cellulare veniva considerato un oggetto per pochi eletti, ora è assolutamente il contrario. Tutti siamo ossessionati dalla corsa all'ultimo modello, contribuendo così ad una vera e propria rivoluzione sociale. Quella in cui guardiamo il display anche quando siamo seduti a tavola, anziché guardarci negli occhi.

Fonti:

<https://techprincess.it/come-e-cambiato-telefono/>
<https://www.skoola.net/storia-contemporanea/invenzione-telefono.html>
<https://culture.globalist.it/ragionamenti/2022/03/10/alexander-bell-e-antonio-meucci-chi-e-stato-linventore-del-telefono/>

Thomas Edoardo Virgili

La nostra esperienza a Tor Caldara

Quest'anno abbiamo partecipato alla nostra prima esperienza di PCTO. Per l'occasione è stata indicata la Riserva Naturale Regionale di Tor Caldara, situata sul litorale di Anzio; *continua a pag. 22*



Tor Caldara

(segue da pag. 21)

l'attività si è svolta dal 14 febbraio al 4 maggio 2023.

Dopo i primi due incontri di presentazione del percorso con il guardiaparco Silverio Feola e il tecnico Simona Giangi, avvenuti a scuola, abbiamo approcciato per la prima volta la Riserva dato che molti di noi non l'avevano mai visitata.

Il percorso si snoda su 44 ettari di superficie e al suo interno ospita tante specie animali, in particolare uccelli, ma soprattutto piante; avvicinandoci al mare si passa dal bosco sempreverde mediterraneo alla macchia tipica del nostro mare; inoltre include ambienti "insoliti" quali la solfatara e la miniera di zolfo.

La Riserva prende il nome dalla torre originariamente chiamata "Torre delle Caldane": essa si affacciava sul mare ed era il luogo in cui veniva lavorato lo zolfo negli

conoscere il fotografo ufficiale del parco, Renzo Mastracci, specializzato nel catturare i momenti salienti della vita dell'avifauna.

Dall'incontro successivo abbiamo iniziato a prepararci per accogliere alcune classi della scuola primaria, che avrebbero visitato la riserva tra fine aprile e inizio maggio. La *mission* di questa esperienza era infatti imparare a essere educatori ambientali e mostrare ai visitatori le bellezze del luogo. Per distribuire al meglio il lavoro di esposizione, abbiamo suddiviso il percorso in dodici tappe. Prima dell'esposizione c'erano molti dubbi e incertezze su come avremmo dovuto relazionarci con bambini piuttosto piccoli, ma quest'esperienza è stata la dimostrazione che con impegno e dedizione è possibile affrontare al meglio le "sfide" che ci si

soprattutto nella realtà lavorativa, come l'organizzazione con i "colleghi" o la puntualità nelle consegne. Altro valore che sicuramente conserveremo come ricordo di questo PCTO è che l'impegno del singolo contribuisce al successo del gruppo: proprio per questo, hanno avuto fondamentale importanza la collaborazione e la partecipazione di ciascuno. Le attività che abbiamo svolto a Tor Caldara, inoltre, ci hanno permesso di stringere legami più solidi con i nostri compagni, permettendoci di conoscere meglio le nostre qualità, al di fuori del contesto classe.

Infine, quest'esperienza ha ribadito ulteriormente l'importanza del rispetto della natura: anche compiendo piccoli gesti possiamo contribuire a preservare l'ambiente e il nostro pianeta non solo per noi, ma soprattutto per le generazioni future, che ereditano ciò che noi lasceremo e sapranno da subito ciò che noi abbiamo dovuto apprendere spesso attraverso gravose conseguenze: il **RISPETTO** per ciò che ci circonda.

**Pierfrancesco Minchella
Leonardo Lacaria
Christian**

Falconieri 3°BL, a.s. 2022-23 (Riserva Naturale Regionale di Tor Caldara)



omonimi recipienti.

Nel nostro secondo incontro all'interno della riserva abbiamo avuto il piacere di

proporgono. Abbiamo anche compreso come gli aspetti consueti della vita di tutti i giorni siano molto importanti,



Intervista ai ragazzi del laboratorio integrato che hanno svolto le ore di PCTO al supermercato Le Mark

Il PCTO per i ragazzi con disabilità avviene preferibilmente con il gruppo classe, affinché sia il più inclusivo possibile. Laddove si tratti però di attività che non li coinvolgono o non sono adatte a loro, la nostra scuola offre alternative valide e formative. Tra quelle presentate quest'anno, abbiamo attivato una convenzione con il supermercato adiacente alla scuola e verificato abilità e competenze straordinarie. Soprattutto i ragazzi che mostrano più difficoltà nel partecipare alle altre attività, si sono rivelati sorprendentemente professionali e coinvolti nel reparto di macelleria. Abbiamo posto ai partecipanti diverse domande per scoprire cosa hanno compiuto nei vari incontri e cosa pensano dell'esperienza che hanno vissuto.

Che cosa hai imparato in questo progetto?

Davide Castellani : In questo progetto ho imparato a fare lo scaffalista al supermercato Lemark.

Davide Ligori: Ho imparato a mettere a posto i prodotti sugli scaffali, anche se era già facile per me. Eravamo divisi a gruppi e io facevo parte di quello del giovedì.

Marco Palumbo: Ho imparato a ordinare i prodotti nel

supermercato nel modo giusto e a tenere tutto in ordine.

Alessia Gioia: Io sono stata l'unica ragazza coinvolta in questo progetto e mi sono occupata di ordinare la frutta. Ho imparato che quella nuova deve essere scambiata con quella del giorno prima.

Daniele Esposito: Ho lavorato al supermercato e imparato a fare la spesa, mettendo a posto gli alimenti.

Ti è piaciuto?

Davide Castellani: sì, mi sono divertito molto.

Marco Palumbo: diciamo di sì, mi è piaciuto.

Alessia Gioia: sì, ci siamo divertiti tutti insieme e i commessi sono stati molto gentili.

Daniele Esposito: sì, soprattutto perché ho imparato a fare la spesa per mia mamma.

Davide Ligori: avoja!

Quale attività hai preferito?

Alessia Gioia: mi sono trovata più a mio agio nel reparto frutta. Dato che i gruppi si alternavano i compiti, mi ha interessato anche l'organizzazione dei frigoriferi. Ai ragazzi invece non andava proprio di imbustare la frutta, ma alla fine anche loro sono stati bravi!

Marco Palumbo: occuparmi dell'organizzazione dei frigoriferi e dei prodotti congelati.

Daniele Esposito: come Marco mi è piaciuto molto aiutare nella sezione dei frighi.

Davide Ligori: all'interno del supermercato mi è piaciuto imparare ad esporre la frutta, ma se devo dire la verità anche passare del tempo fuori scuola con i miei amici non mi è dispiaciuto.

Davide Castellani : mettere a posto cose come bottiglie, frutta e cibo in vari reparti, seguendo sempre le regole che ci hanno spiegato.

All'interno della scuola sono stati inoltre attivati numerosi percorsi laboratoriali, tra cui quello di scrittura creativa e quello artistico, che ha visto la realizzazione di un murales nell'aula del laboratorio integrato. Il Copernico tiene al coinvolgimento di tutti i nostri studenti per fare esperienze coinvolgenti e divertenti!

Sofia Milito

La prima volta del Copernico ai Campionati del Patrimonio Una nostra delegazione alle selezioni regionali Al Liceo Torquato Tasso di Roma diverse scuole del Lazio in gara

Per i Campionati del Patrimonio, più comunemente noti come Olimpiadi di Storia dell'Arte, giunti alla loro XVII edizione, ANISA *continua a pag. 24*



Campionati del patrimonio (segue da pag. 23)

(Associazione Nazionale di Insegnanti di Storia dell'Arte) ha proposto quest'anno il tema **Alla scoperta dell'antico Egitto:** un



argomento estremamente interessante alla luce anche del nuovo impulso dato alle ricerche archeologiche che negli ultimi anni hanno riportato alla luce reperti straordinari per la loro valenza estetica e storica.

Basti pensare alla mummia più antica della storia, rinvenuta all'inizio di quest'anno a Saqqara, in fondo a un cunicolo di 15 metri, in prossimità della celebre piramide a gradoni.

Per la prima volta nella storia del nostro istituto, Il Copernico ha preso parte alla competizione schierando, in occasione delle selezioni regionali, una squadra composta da quattro alunni: Edoardo Patrascu e Davide Tizzetti della IDL; e Massimo Zannori e Andrea Pignalosa della IBL.

Il nostro team, a coronamento di un progetto didattico coordinato dalla prof. ssa Rosalba Nucera e dal prof. Michele Brescia, lo scorso primo marzo ha affrontato, presso il Liceo Torquato Tasso

di Roma, un test articolato in trenta quesiti riguardanti i diversi aspetti dell'arte egizia e della sua riscoperta in età moderna.

A margine della prova, la nostra delegazione ha colto l'occasione per visitare uno dei capolavori dell'arte barocca: il gruppo scultoreo della Transverberazione di Santa Teresa, opera del Bernini conservata nella chiesa di S. Maria della Vittoria.

Pet Therapy

Il termine Pet Therapy venne coniato nel 1964 dalla psichiatra infantile Boris M. Levinson, si riferisce all'impiego degli animali da compagnia per curare specifiche malattie: Diversi studi scientifici hanno dimostrato che durante le sedute di Pet Therapy si riduce l'ansia, si abbassa la pressione sanguigna, la glicemia e il battito cardiaco, aumentano le endorfine e il cortisolo: gli ormoni del benessere. Nelle persone autistiche la Pet Therapy si è rivelata importante nel miglioramento delle funzionalità sociali e comportamentali. Nel 2004 nasce la ESAAT, che certifica la formazione degli operatori e definisce le linee guida del trattamento degli animali impiegati in tutte le attività di terapia, di assistenza e di educazione affinché venga comunque preservato il loro benessere. C'è una distinzione che occorre effettuare tra Animal assistend Activity

ovvero gli animali domestici che migliorano la qualità della vita alle persone con problemi fisici o psicologici e le Animal assistend Therapies veri e propri percorsi di terapia con l'obiettivo di migliorare lo stato fisico e sociale. Gli animali più idonei alla Pet Therapy sono quelli definiti "da compagnia" come i cavalli, i gatti, cani e asini. Solitamente i cani vengono affiancati a pazienti affetti da Alzheimer o a persone con difficoltà di apprendimento, mentre gli asini e i cavalli solitamente vengono affiancati a persone che soffrono di depressione o deficit cognitivi. L'addomesticamento degli animali da parte dell'uomo ha origini molto antiche, ma solo all'inizio del XX secolo si capisce quanto la vicinanza degli animali possa donare effetti positivi e terapeutici alla psiche umana. Negli anni '80, Erica Friedmann osservando per un anno pazienti dimessi dall'ospedale a seguito di problemi cardiaci rileva una maggiore sopravvivenza dei pazienti che possiedono un animale domestico. In ricerche successive la Friedmann scopre che non è necessario il contatto tra paziente e animale, ma basta solo l'osservazione dell'animale per trarre i benefici. Nel 1992 Holomb realizza un protocollo terapeutico per pazienti anziani che consiste nell'esposizione dei pazienti a piccoli uccelli e conigli. Nel Lazio sono presenti degli ospedali attivi alla Pet Therapy. All'ospedale di San Giovanni Battista di Roma c'è una nuova *continua a pag. 25*



Pet therapy (segue da pag. 24)

area equestre dedicata all'ippoterapia, che supporta i pazienti ricoverati, nel corso della riabilitazione. L'area equestre è gestita dall'Associazione dei Cavalieri del sovrano militare Ordine di Malta. Grazie alla collaborazione con l'ASIV (associazioni sportive e sociali italiane) si avvieranno dei corsi di formazione rivolti agli operatori sanitari di terapia assistita con i cavalli. Il progetto è partito nel 2016 e in quest'area equestre dell'ospedale sono stati effettuati 900 interventi con finalità terapeutica. Anche nell'ospedale pediatrico del Bambin Gesù a Roma il progetto sperimentale si chiama "qua la zampa ed è stato realizzato in collaborazione con l'A.N.U.C.C.S. Onlus, l'associazione nazionale per l'utilizzo del cane per scopi sociali. Per due giorni alla settimana i piccoli pazienti possono svolgere esercizi di riabilitazione accompagnati da cani appositamente addestrati. Questo anche per rendere ai bambini l'esperienza del ricovero meno difficoltosa possibile.

Fonti
<https://www.kodami.it/>
<https://www.ansa.it/>
<https://www.stateofmind.it/pet-therapy/>
<https://www.greenme.it/animali/pet-coaching-bambin-gesu-roma/>

Sofia Romeo

18 MAGGIO: UNA GIORNATA DA RICORDARE



Il 18 maggio è stata organizzata dai nostri professori Montagner e Santonocito un'uscita didattica per partecipare a un incontro con l'onorevole Luciano Violante, ex Magistrato, nonché Presidente della Camera dei Deputati dal 1996 al 2001, per una lezione sulla parte della Costituzione relativa ai diritti politici. L'evento, trasmesso in diretta sul canale ufficiale del Senato e su Youtube, verteva principalmente sulla parte della Costituzione relativa ai diritti politici, alle modalità di voto e all'ordinamento della Camera e del Senato. L'onorevole Violante ha



spiegato questi concetti, apparentemente difficili, con un linguaggio chiaro e preciso, fornendo inoltre un paragone con la Costituzione tedesca, tutto ciò accompagnato da una punta di ironia e da alcuni aneddoti riguardanti la sua

vita. È stato poi dedicato spazio alle domande dei presenti, alcune particolarmente interessanti: "Come si può aumentare l'affluenza al voto?" oppure "A quale Costituzione preesistente i nostri padri costituenti si sono ispirati per realizzare la nostra.

A conclusione della giornata, abbiamo potuto visionare una mostra sulla Shoah "L'inferno nazista" su alcuni campi di sterminio: tra cui Belzec, Sobibor e Treblinka, dove i nazisti eliminavano ebrei e disabili non adatti ai lavori forzati. In questi campi, a differenza di quelli di concentramento, infatti le persone andavano direttamente a morire. Abbiamo ascoltato la storia di un sopravvissuto alla deportazione del ghetto di Roma, Attilio Lattes. Il suo racconto è stato molto toccante e ci ha fatto capire come possa essere stato realmente difficile fuggire e sopravvivere quando quasi tutti ti volevano morto. Abbiamo capito, inoltre, quanto i nazisti fossero spietati e senza scrupoli nell'eliminare persone con l'unica colpa di essere nati ebrei, omosessuali, rom o disabili.

Si ringrazia il MiM per l'opportunità che ci ha dato, di incontrare e ascoltare una lezione così importante dell'onorevole Violante e la testimonianza vivida e dolorosa del signor Attilio Lattes. Ringraziamo anche i nostri professori e la Preside per averci accompagnato al Senato.

Per chi fosse interessato a visitare **continua a pag. 26**



*18 maggio...
(segue da pag. 25)*

la mostra, a ingresso gratuito,
si invita a informarsi sul sito
<https://www.museodellashoah.it/mostre/inferno-nazista/>

Alessandro Pirozzi

Attilio Lattes



**Prof.ssa. Santonocito la
Dirigente scolastica, prof.ssa
Coppolelli, on. Luciano
Violante, prof Montagner**



Bioindicatori ambientali animali e vegetali

L'aumento demografico della popolazione umana ha interferito con i quattro elementi biologici: terra, aria, acqua e luce, su cui si basa la vita. Per questo motivo, a partire dal 1991, il *National Research Council* ha pubblicato un'estesa valutazione sui diversi bioindicatori o "animali sentinella" per studiare i contaminanti presenti sulla terra, ma anche per la sopravvivenza delle stesse specie animali, questo perché gli animali domestici, ma anche le piante sono esposti agli stessi contaminanti presenti nell'aria, nel suolo, nell'acqua dolce e marina, dunque nel cibo di cui ci si nutre. Inoltre possono essere valutate le contaminazioni dai prodotti derivati come: il miele, il latte, la carne, che fungono da specchio dell'ambiente nel quale essi vivono, dunque gli organismi bioindicatori sono tutti quegli esseri viventi e le loro comunità capaci di rispondere alle diverse alterazioni ambientali. Prima di uno studio attraverso i bioindicatori è necessario effettuare delle valutazioni preventive in cui l'organismo deve avere le seguenti caratteristiche:

- devono essere particolarmente sensibili al disturbo
- essere semplici e ben conosciuti dalla scienza
- trovarsi in tutti i possibili habitat

Possiamo classificare i bioindicatori in diversi modi, a

seconda di quello che viene studiato. Abbiamo i **bioindicatori del suolo** che vanno ad analizzare, l'impatto negativo dello sfruttamento di risorse al suolo. Tra questi tipi si possono indicare tre bioindicatori più conosciuti:

I funghi : vengono utilizzati per studiare la radioattività del suolo, questo perché accumulano radionuclidi che poi possono essere trasferiti nella catena alimentare umana.

gli acari: sono abbondanti e facili da raccogliere sono sensibili a molteplici inquinanti e grazie alla loro distribuzione geografica permettono di confrontare i diversi ecosistemi, essi sono molto sensibili agli insetticidi che causano il declino della popolazione.

i collemboli: sono i gruppi faunistici più importanti del suolo; l'elevato numero li rende dei perfetti bioindicatori. La loro esposizione ad acidi, composti azotati e pesticidi ne provoca la diminuzione.

Classi	Valori di BLs	Colore
naturalità molto alta	>50	blu
naturalità alta	41-51	verde scuro
naturalità media	31-40	verde chiaro
naturalità bassa/alterazione bassa	21-30	giallo
alterazione media	11-20	arancione
alterazione alta	1-10	rosso
alterazione molto alta	0 (deserto lichenico)	cremisi

I bioindicatori dell'acqua sono:

I pesci che possono presentare dei cambiamenti etologici, morfologici, biochimici, molecolari. Sono molto sensibili a questi cambiamenti, quindi finiscono

per morire o scomparire, dunque la presenza di trote o salmoni in un fiume indica la salute dell'ecosistema.

gli anfibi: sono animali molto sensibili alla siccità e a qualsiasi inquinante, poiché hanno una pelle impermeabile a tutte le sostanze tossiche che finiscono all'interno del loro organismo.

gli insetti, anch'essi sono molto sensibili agli inquinanti, per questo motivo sono un importante gruppo di studio. Per controllare la qualità dell'aria sono presenti i **bioindicatori dell'aria**, tra cui:

le api: esse vengono utilizzate per verificare la presenza di contaminazione ambientale. A differenza di altri bioindicatori "immobili", l'ape si può definire un sensore viaggiante, che riesce a campionare quasi tutti i comparti ambientali: suolo, acqua e aria, inoltre il suo corpo è rivestito da peli e si presta molto a trattenere delle sostanze con cui viene a contatto, sia naturali che nocive.

i licheni: a seconda del colore che acquisiscono possiamo capire qual è la qualità dell'aria. Per questo è stata realizzata una tabella dove viene rappresentato il colore con la relativa qualità dell'aria.

i gechi: sono rettili molto buoni come organismi bioindicatori, poiché nella loro dieta tendono ad accumulare sostanze tossiche

Sofia Romeo



E per le iniziative sportive, che fanno bene anche alla mente, quest'anno il professor Sbraga ha attivato il primo torneo di scacchi!

E naturalmente si sono susseguiti i vari tornei sportivi, dal calcetto al tennis, basket, tennis da tavolo al beach volley! E che dire delle avventurose esperienze immerse nella natura? Dal campo scuola in Umbria a cimentarci persino nel rafting!!

1° Torneo di **SCACCHI**
IIS VIA COPERNICO



Torneo aperto a tutti gli studenti dell'Istituto, si svolgerà in palestra ITI, le fasi finali, il 5 giugno 2023, con la formula dei gironi. Ogni partita vinta, il giocatore guadagna 3 punti, per partita pari ogni giocatore guadagna 1 punto, per ogni partita persa il giocatore guadagna 0 punti. Valgono tutte le regole dei tornei di Scacchi dei Giochi Sportivi Studenteschi.

Iscrizioni dal Prof. Sbraga Roberto entro il 1 maggio 2023.

Il torneo fornirà indicazioni per preparare la Rappresentativa di Scacchi dell'Istituto per l'A. S. 2023-24.



I pallavolisti



I calciatori



I cestisti





Nella rubrica dedicata alla creatività, pubblichiamo il testo di una canzone dello studente Francesco Gilardi del 1AL e il racconto classificatosi al concorso per le eccellenze, “Arte di parole” del nostro redattore Alessandro Pirozzi

Mi hanno messo qui ad aspettare chiuso in un locale freddo
60 minuti e poi sarà tutto spento
Tik Tak fra' è questione di un momento
I politici parlano e son parole al vento
I miei fra' stanno litigati e non li sentono
Addio alla giornata vivi il momento
Perchè domani potrebbe essere tardi
Per finire male non bisogna essere marci
Rit.
È solo un gioco
(sì sì solo un gioco)
Ma io non gioco con l'acqua
Io scherzo col fuoco
E se mi brucio non fa niente
Poi mi rifaccio tutto
Ma a terra no non mi ci ributto
Sì è solo un gioco
(sì sì solo un gioco)
Ma io non gioco con l'acqua
Io scherzo col fuoco
E se mi brucio non fa niente
Poi mi rifaccio tutto
Ma a terra non mi ci ributto

ricordo anni fa
qualcuno mi ha detto che
dovrei prendere con cautela
quando si tratta di amore, l'ho fatto
E tu eri forte ma io no
Mia illusione, mio errore
Sono stato sbadato, l'ho dimenticato, l'ho fatto
E adesso

Quando tutto è fatto, non c'è niente da dire
Te ne sei andato e così senza sforzo
Hai vinto, puoi andare avanti, dimmelo che per te è solo un gioco
Rit.
Ricordo anni fa
qualcuno mi ha detto che
dovrei prendere
Precauzioni quando si tratta di amore, l'ho fatto
E tu eri forte e io no
Mia illusione, mio errore
Sono stato sbadato smemorato, l'ho fatto
Rit.
E adesso
Quando tutto è fatto, non più niente
Sei andato e così senza sforzo
Hai vinto, puoi andare avanti, diglielo
Di' loro tutto ciò che so
Urlalo dai tetti
Scrivilo nel cielo blu
Tutto ciò che avevamo
Di' loro che ero felice
E il mio cuore è rotto
Tutte le mie ferite
Digli quello che speravo fosse impossibile
Impossibile
Impossibile
Disinnamorarsi è difficile
Innamorarsi del tradimento è peggio
fiducia rotta e cuori rotti
Lo so, lo so
E pensare che ciò di cui hai bisogno
È costruire la fede sull'amore
Le promesse vuote sai?
Lo so
Lo so e ora
Quando tutto è fatto, non c'è più niente
E se hai finito di imbarazzarmi

Da solo, puoi andare avanti, diglielo
Rit.
Di' loro tutto ciò che so
Urlalo dai tetti
Scrivilo nel cielo blu
Tutto ciò che avevamo
Di' loro che ero felice
E il mio cuore è rotto
Tutte le mie ferite
Digli quello che speravo fosse impossibile

Impossibile
Impossibile
Impossibile
(sottovoce) Ricordo anni fa
qualcuno mi ha detto che
dovrei prendere
Precauzioni quando si tratta di amore
L'ho fatto
Di' loro tutto ciò che so
Urlalo dai tetti
Scrivilo nel cielo blu
Tutto ciò che avevamo
Di' loro che ero felice
E il mio cuore è rotto
Oh, speravo fosse impossibile
Impossibile impossibile)
Impossibile impossibile)
(Impossibile)

FRANCESCO GILARDI

**LO SPAZIO
CREATIVO**

**Un'amica attesa
tutta la notte**

Tutti abbiamo un'ombra, ma nessuno sa che cos'è. Se chiedi a una persona cos'è quella sagoma scura, molto spesso ti risponde che non è altro che la proiezione di un oggetto sul suolo a causa *continua a pag. 31*



*Spazio creativo
(segue da pag. 30)*

della luce solare, ma un'ombra non è solo questo... un'ombra è ciò che ti insegue, ciò che tutti calpestanto senza che lei si possa ribellare, ciò che ognuno dà per scontato, ma che di scontato ha ben poco...

Sono Margherita Rainoldi, ho 16 anni e da poco la mia famiglia si è trasferita a Roma per lavoro. Per questo motivo ho cambiato scuola e, non conoscendo nessuno, molto spesso mi ritrovo a camminare con lo sguardo rivolto a terra, verso la mia ombra. E così ho cominciato a imparare tutti i suoi movimenti, a capire che l'ombra è legata ai miei piedi, costretta ad andare dove vado io, senza libertà. Ho notato che la mia ombra di giorno ha una forma normale, verso il tramonto ha una forma allungata e di notte non si vede, in quanto si amalgama con il buio. Questo fino a quando, durante una frizzante mattina di marzo, accadde qualcosa di straordinario...

Era una mattina come tutte le altre: mi sono alzata dal letto alle sette e mezza, ho fatto colazione e la doccia ed ero pronta per uscire, quando all'improvviso la notai. Scordi questa figura identica a me, ma nera e polverosa, come fosse fatta di polvere di carbone, che camminava verso di me. Avevo paura e non sapevo come reagire, avrei voluto fuggire, ma allo stesso tempo volevo capire... Fu solo quando si rivolse a me, con una voce gracchiante e distorta, che il terrore svanì e lasciai spazio alla mia sfrenata curiosità.

“Ciao Margherita, non avere paura, non ti farò del male”, disse la misteriosa figura rivolgendosi a me. Non c'era nessun altro in casa che potesse vedere ciò che stavo vedendo io in quell'assurdo momento. “Chi sei?” domandai io, timorosa della risposta. “Mi chiamo Atirehgram, e sono la tua ombra!”, fu l'esclamazione con accento gioioso. “La mia ombra? In che senso, scusa?” continuai io, sempre più perplessa. “La tua ombra, ecco in che senso! Guarda ai tuoi piedi!” E in quel momento abbassai gli occhi al suolo e notai che non proiettavo più nessuna ombra, in nessuna direzione! “Scioccata? Immagino di sì, ma non ti preoccupare, ora ti spiego tutto.”

E così Atirehgram mi spiegò tutto. Mi disse che lei era riuscita a staccarsi dai miei piedi e a prendere forma grazie a me, perché mi ero accorta di tutti i comportamenti che un'ombra ha alla luce del sole. E di questo lei era molto grata, tanto da volermi abbracciare, ma purtroppo non poteva, in quanto le ombre sono fatte di una polvere nera che si dissolve al contatto. Mi disse che non aveva bisogno di nulla oltre alla luce per vivere, e che quando cala la notte, le ombre si rifugiano nel buio e si dissolvono in quest'ultimo.

“Penso che adesso ti sia tutto più chiaro, e che non avrai più paura di me.” Disse lei titubante. “Certo che non ho paura di te! È solo che non so perché sei qui, che cosa vuoi da me...” “Molto semplice, ti sono debitrice. La maggior parte delle ombre vive nel più

completo anonimato, senza la possibilità di poter essere libere di andare dove vogliono. Ma tu ti sei accorta di me, mi hai dato una forma e una personalità e per questo voglio aiutarti. Seguendoti, ho osservato che sei una persona che difficilmente lega con gli altri e che raramente ti fermi a chiacchierare con qualcuno, non è vero?” “Beh... ecco... io...” “So che il trasferimento ti ha ferito e ti ha lasciato l'amaro in bocca, che a fatica si trasformerà, ma devi andare avanti, non puoi aspettare che siano gli altri a fare sempre il primo passo; qualche volta devi essere tu a muoverti” disse lei, sempre con una voce gracchiante e acuta. “Forse hai ragione...” dissi, consapevole del fatto che tutto ciò che aveva detto era vero. “E adesso andiamo, che il mondo aspetta solo te!”

Quando uscii di casa, Atirehgram mi spiegò alcune regole fondamentali riguardo alla sua natura: la prima e più importante è che lei dipende profondamente dalla luce, che non poteva esistere in luoghi bui e che, se avessi voluto la sua compagnia, sarei dovuta rimanere sempre in posti illuminati dal sole. La seconda è che le ombre non possono toccare nulla, nemmeno gli oggetti, in quanto, essendo fatte di polvere di oscurità, perderebbero la loro integrità. Passai la maggior parte della mattinata come tante altre, solo che facevo attenzione a rimanere in posti illuminati, per strada e in classe. Passai quasi tutte le ore di lezione come sempre, nascondendo ciò che mi era appena successo dietro una *continua a pag. 32*



Spazio creativo

(segue da pag. 31)

maschera di anonimato. Fu solo durante la ricreazione che capii come Atirehgram comunicava con me. In pratica cambiava la propria forma, assumendo quella di ciò che lei voleva dire, la forma di parole, di frasi. Ad un tratto volle che andassi a parlare con un gruppo di ragazze che si trovavano in un angolo della classe. Disse che conosceva le loro ombre, quindi sapeva bene tutti i loro interessi e i loro modi di fare. Disse anche che erano ragazze simpatiche e che non c'era nulla da temere, perché lei mi avrebbe dato una mano e mi sarebbe rimasta sempre accanto.

Mi feci coraggio e andai da loro, sicura che non sarebbe andata male. E poi avevo la mia ombra a darmi una mano. “Ciao” feci io con voce tremante. “Ehi, tu devi essere quella arrivata da poco” fece una di loro, che poco dopo avrei saputo si chiamava Rebecca. “Sì, mi chiamo Margherita Rainoldi”, feci io con voce sempre più piccina. Notai ciò che Atirehgram mi suggeriva: rimanere calma e parlare con una voce più sicura. “Ciao Marghe, io sono Rebecca Guaroni, loro sono Emma Terni e Priscilla Palumbo. Da dove vieni?” chiesero incuriosite. “Torino, e voi?” mi buttai io, sempre dietro suggerimento, “Io e Emma siamo di Roma, mentre Priscilla viene da Firenze.”

E fu così che cominciai ad aprirmi al mondo. Parlammo per tutta la pausa e successivamente per tutta la giornata. Avevamo molte cose in comune, come la passione

per il disegno, il cinema e le passeggiate per le vie di Roma. Ma tutte queste cose le ho scoperte grazie alla spinta datami da Atirehgram, altrimenti io non avrei mai incontrato quelle ragazze fantastiche. Ancora oggi, che frequento l'Università, sono rimasta in contatto con loro e siamo ancora grandi amiche. Ma torniamo alla storia...

Finita la giornata, mi avviai verso casa. Come al solito, guardavo a terra, alla mia ombra, ma stavolta con un atteggiamento e con uno sguardo diverso. Quando lei capì di essere osservata, assunse la forma di un punto interrogativo, e ciò mi causò un risolino. Vedendolo, Atirehgram, a cui non sfuggiva nulla, fece di tutto per farmi ridere. Assunse la forma di animali, oggetti, persone e non so come feci a trattenere la mia risata fino a casa, dove finalmente mi liberai in una fragorosa risata. In quel momento Atirehgram si staccò da terra e mi disse, sempre con quella sua voce distorta: “Ecco vedi, non è meglio ridere che guardare a terra con uno sguardo perso?” Nel frattempo io non smettevo di ridere e non ridevo così tanto da prima del mio trasferimento. “Sorridi alla vita, perché se chi è vivo non sorride alla vita allora è come se fosse morto” pronunciò lei, e non potevo che essere profondamente d'accordo.

Passai tutto il pomeriggio in sua compagnia e fu la giornata migliore della mia vita. Prima di conoscere la mia nuova amica, i pomeriggi si susseguivano in solitaria, ad ascoltare musica o a guardare

la televisione, ma adesso avevo qualcuno a farmi compagnia in assenza dei miei genitori, che lavoravano fino a tardi. Mi bastava spostare le tende, alzare la tapparella di una finestra per poter chiacchierare con lei, per potermi sentire di nuovo viva. Parlammo di tutto e mi feci raccontare qualcosa in più su di lei. Mi disse che lei, essendo la mia ombra, era tutto ciò che io non ero: estroversa, ma anche un po' pigra, preferiva un pigiama party ad una passeggiata. Non è brava a disegnare, ma è una scheggia in matematica. Mi disse che persino il suo nome era il mio nome letto alla rovescia, cosa a cui non avevo ancora fatto caso. Mi disse che anche per lei era stato uno shock il trasloco, che lei si era dovuta spostare insieme a me all'improvviso senza che nessuno gliene avesse parlato, ma che lei era andata avanti e si era adattata.

Più passavano le ore, più mi rendevo conto che si faceva sempre più alta. Alle 6 di sera Atirehgram era alta quanto il mio armadio e alla fine mi resi conto di ciò che stava succedendo: il sole stava tramontando! Lei notò subito il mio cambio di umore e mi disse: “Lo so, il nostro tempo sta per finire. Ma non disperare, devi solo attendere che il sole sorga di nuovo e io sarò qui a farti compagnia.” “Lo so che domattina sarai di nuovo qui, è solo che sono stata bene in tua compagnia e mi dispiace che tu debba andare via! E poi avevo molto altro da raccontarti!” feci io, con gli occhi lucidi. “Dispiace anche a me, *continua a pag. 33*



Spazio creativo

(segue da pag. 32)

ma devo andare, non posso restare. Ma ehì, non dovrei attendere molto prima di risentire la mia voce”, e nel frattempo si dissolveva piano piano. “Sei la persona più speciale che io abbia mai conosciuto, grazie di avermi liberato dalle mie catene” disse Atirehgram prima di sparire del tutto.

Ero di nuovo sola, ma questa volta era diverso. Non avevo paura di non avere nessuno accanto a me, perché sapevo che non appena sarebbe passata la notte, non appena sarebbe tornata la luce, avrei avuto ancora una volta la mia migliore amica con me. Adesso ho una risposta alla domanda: che cos'è un'ombra? Beh, cari lettori e lettrici, un'ombra non è solo la proiezione di un oggetto al suolo a causa della luce, ma è ciò che ci definisce e ci dà forma. E se ogni tanto vi capita di guardare al suolo, non ignorate quella macchia scura, perché dietro può nascondersi un'amica, una persona pronta ad aiutarvi nelle difficoltà e a dare quella spinta che a tutti serve per andare avanti. Senza l'ombra, la luce non avrebbe spessore...

Alessandro Pirozzi

Se vuoi far parte della redazione scrivi a quellidiviapernico@gmail.com



**Diciamo
no al bullismo!**

**Se ti senti
vittima di
soprusi e
ingiustizia....**

**Se osservi un
atto che
ritieni
sbagliato nei**

**confronti di
un compagno...**

segnalalo!

**Tutti hanno
diritto a
stare bene e
ad essere
rispettati!**



L'INSERTO SPECIALE: "LA PAROLA AI PROFF."

Ogni anno, di questi tempi, la redazione fa il solito tentativo...e chiede ai proff. di scrivere qualcosa da pubblicare in questo inserto speciale e ogni anno questa redazione resta straordinariamente ammaliata dalla bellezza -non esageriamo a definirla tale- che proviene da queste persone, così spesso criticate, oggetto di luoghi comuni e bersaglio di molteplici riforme che i vari governi dei ministri che si susseguono bollano ciclicamente come "panacea". Cari lettori, questi professionisti sono una grande risorsa della società e vogliamo ringraziarli per l'impegno, la passione, la fatica, la disponibilità con cui ogni giorno si dedicano ai ragazzi. Un ringraziamento sentito a tutti coloro che, pure in questo momento così difficile della nostra storia e in questo particolare periodo dell'anno, così pieno di impegni, hanno trovato modo e tempo per scrivere e inviarci un loro "pezzo".

Un foggiano a Pomezia

Alla scoperta del capoluogo pontino

"Un marziano a Roma" è il titolo di un celebre racconto di



Ennio Flaiano. Mi è tornato alla memoria, pensando a un titolo da assegnare a questo breve articolo che ha l'ambizione, in poche righe, di raccontare l'impatto di uno storico dell'arte di origini foggiane con la città di Pomezia. Se è vero che la sensazione di straniamento e di disorientamento avvolge il forestiero nel momento in cui si radica in un nuovo contesto urbano - il sentirsi alieno, "marziano" appunto, è una esperienza che, non lo si può negare, è toccata almeno una volta a ciascuno di noi -, è altrettanto vero che, talvolta, una città ritenuta, a primo acchito, ostile, possa risultare, d'improvviso, familiare. E' accaduto al sottoscritto, nel momento in cui, girovagando come un *flâneur* di baudelairiana memoria, per le vie del centro cittadino, si è imbattuto dapprima nella Biblioteca Civica Ugo Tognazzi e, in seconda battuta, nella chiesa dedicata a San Benedetto



Abate. Come mai? Ebbene, entrambi i monumenti presentano peculiarità che rimandano indirettamente alla città che mi ha dato i natali, ovvero Foggia. Le pareti esterne della Biblioteca Ugo

Tognazzi, infatti, sono state dipinte da Agostino Iacurci, uno degli street artist più affermati sulla scena internazionale, nato nel 1986 proprio nel capoluogo dauno. Mentre, la facciata della parrocchia, facente parte del nucleo originario della città di Pomezia, è impreziosita da alcuni fregi realizzati da Venanzo Crocetti, autore, fra le altre opere scultoree, di una splendida Madonna con il Bambino, ancora oggi collocata nella lunetta sovrastante il portale della Chiesa dell'Immacolata di



Fatima, eretta nel 1942 a Segezia, un borgo rurale sito a pochissimi km, proprio, ancora una volta, da Foggia.

Cosa voglio dire con queste due curiosità sulla città di Pomezia? Una cosa molto semplice: anche il patrimonio storico artistico di una città, come la natura, può divenire una "foresta di simboli" da decifrare, per sentirsi a casa, ovunque ci si trovi.

Michele Brescia

(n.d.r. grazie caro prof per la dedica che hai dimostrato a questa scuola! E in bocca al lupo per la brillante carriera che sicuramente ti attende!)



“STRESS: CONOSCERLO MEGLIO...”

Stress... il nemico numero uno dei nostri giorni.

Almeno così pare. Ma, se questo è vero, allora diventa importante conoscere questo processo, così da imparare ad incontrarlo in modo efficace.

Partiamo dunque dall'inizio e comprendiamo meglio come funziona: dal punto di vista fisiologico e psicologico; inoltre raccontando un po' di storia sugli studi di coloro che se ne sono occupati.

Gli studiosi ai quali si devono i maggiori contributi circa lo studio del fenomeno *stress* sono: **Hans Selye, John Mason e Richard Lazarus**. Essi hanno sottolineato differenti aspetti, rispettivamente: l'aspetto fisiologico, l'aspetto dell'attivazione emozionale e l'aspetto della valutazione cognitiva.

Dal punto di vista fisiologico si fa riferimento agli studi di **Selye**.

È considerato il padre degli studi sullo stress, che definì: **“risposta fisiologica non specifica dell'organismo ad ogni richiesta effettuata su di esso”**. Stimoli fisici, biologici, psicosociali arrivano all'organismo che risponde con una reazione, definita da Selye **Sindrome Generale di Adattamento**, cioè lo stress è una reazione di difesa e adattamento da parte dell'organismo davanti ad un'ampia varietà di agenti potenzialmente nocivi. Essa si svolge in **3 fasi**:

- **Fase di allarme**: si ha il contatto con lo stressor (stimolo stressante) e si

manifestano essenzialmente modificazioni di carattere biochimico ed ormonale;

- **Fase di resistenza**: l'organismo si organizza dal punto di vista anatomico, cioè prende le misure per difendersi;

- **Fase di esaurimento**: termina la risposta dell'organismo allo stimolo stressor, termina l'attivazione difensiva e il tentativo di risposta agli stressor da parte dell'organismo.

Selye ha descritto la fisiologia dello stress: l'attivazione dell'**asse ipotalamo-ipofisocorticosurrene**.

Funziona in questo modo:

- Lo stimolo stressante agisce sull'**ipotalamo** e l'organismo mette in moto le sue difese tramite due vie principali: il **sistema nervoso** e il **sistema endocrino**, via importanti per la reazione di adattamento e di resistenza agli stressors e per mantenere l'omeostasi. Indipendentemente dalla specificità dello stimolo, l'organismo si difende richiedendo rapidamente energia che serve a far fronte all'emergenza: il **Sistema Nervoso Simpatico** libera il neurotrasmettitore **Noradrenalina**, il quale produce una risposta immediata ma breve.

- La **zona midollare delle surrenali** libera nel sangue **adrenalina** e **noradrenalina** che agiscono a distanza su organi e tessuti con un'azione più lenta a comparire e di più lunga durata. L'**adrenalina** risponde ai bisogni energetici immediati liberando lo zucchero di riserva che si trova nel fegato, indispensabile ai muscoli del cervello, e

influisce sul sistema cardiovascolare: accelerazione del ritmo cardiaco, aumento della pressione arteriosa e della circolazione sanguigna nei muscoli e nel cervello il quale, a sua volta, stimola il Sistema Nervoso Centrale.

- La **via endocrina** è costituita essenzialmente dalla **corteccia surrenale**. Questo è il “percorso”: l'ipotalamo produce l'**ormone Corticotropina**, che agisce sull'ipofisi anteriore e induce il rilascio di **ACTH (ormone Adrenocorticotropo)**. Esso raggiunge per via ematica la corteccia surrenale dove stimola la produzione degli **ormoni corticoidi**. Il principale di questi ormoni è il **Cortisolo**: molto sensibile agli stimoli emozionali alle situazioni stressanti, esso ha un ruolo importante nel metabolismo di proteine, zuccheri e grassi.
- Gli **ormoni corticoidi** sono definiti ormoni “adattivi”; immessi in circolo apportano le modificazioni (prolungate nel tempo) utili per assicurare la difesa contro lo stressor aggressore: stimolano il fegato a produrre zucchero, fonte di energia facilmente disponibile, provocano la disintegrazione delle proteine organiche, inibiscono le reazioni infiammatorie evocate dagli stressor, sono responsabili della diminuzione delle difese immunitarie e della produzione di anticorpi. Da quanto scritto, si comprende **come l'organismo sia ben equipaggiato per rispondere in modo veloce ed efficace a momenti di stress anche intenso**. *continua a pag. 36*



Stress...

(segue da pag. 31)

Ma il continuo succedersi di situazioni stressanti può condurre alla malattia: lo **stress cronico**, data l'aumentata e prolungata produzione di ormoni corticoidi, porta infatti alla **soppressione dei sistemi di difesa immunitari**.

Se lo stress non diminuisce, **l'organismo rimane sempre in una fase di allarme e resistenza** e non può "ricaricarsi" e riprendersi nella fase di esaurimento; la produzione continua di **cortisolo** che è anche chiamato "**l'ormone dello stress**", tende ad inibire le funzioni corporee non indispensabili per la risposta di stress ma garantisce il suo sostegno agli organi vitali, determinando aumento della pressione sanguigna, della glicemia, abbassamento delle difese immunitarie e molte altre cose ancora, come per esempio la depressione.

Dovremmo assolutamente evitare lo stress ma, allo stesso tempo, sembra che sia impossibile evitarlo... soprattutto in un momento storico come quello che abbiamo appena vissuto e che in parte stiamo ancora vivendo.

Allora cosa fare?

A **Hans Selye** si deve un'importante riflessione sul suo significato.

Egli scrisse: "**lo stress è il sale della vita... la completa libertà dallo stress è la morte... Noi non dobbiamo e in realtà non possiamo evitare lo stress ma possiamo incontrarlo in modo efficace e trarne vantaggio, imparando**

di più sui suoi meccanismi ed adattando la nostra filosofia dell'esistenza ad esso".

Lo stress è una reazione fisiologica adattiva dell'organismo e non è di per sé una condizione patologica ma può, come detto, produrre patologia: un alto grado di stress, causando l'abbassamento delle difese immunitarie rende l'organismo vulnerabile ma, in condizioni normali, la reazione fisiologica di stress è fisicamente utile perché permette una risposta efficace. Inoltre, esso viene prodotto da stimoli di ogni genere: alcuni esclusivamente fisiologici (per esempio fare jogging o sport, oppure avere rapporti sessuali) altri potenzialmente dannosi (per esempio condizioni estreme di caldo e freddo oppure introduzione di allergeni).

Evidenziare questa prima differenza rispetto alla natura degli stimoli introduce ad un'altra importante distinzione e cioè quella tra **eustress** e **distress**.

Il **distress**, cioè lo stress negativo, è quello che davvero può diventare un pericolo per la salute, allorché conduca l'organismo a superare il livello di guardia.

Si definisce **eustress** (eu = bene in greco) quello considerato positivo e benefico per l'organismo che produce le stesse modificazioni fisiologiche ma non ha un significato negativo: è infatti molto diverso correre per il piacere di farlo piuttosto che scappare da un pericolo o, all'estremo, fare l'amore per amore piuttosto che essere costretti ad un incontro

sessuale. Capiamo quindi che **non esiste solo un significato fisiologico dello stressor ma anche un significato emotivo**.

La distinzione del tema stress rispetto al suo significato porta ad introdurre i successivi studi di **Mason e Lazarus**.

È stato **John W. Mason** (1924 – 2014), ricercatore e psicologo statunitense, a portare l'attenzione sull'ipotesi che la **reazione di stress sia costantemente mediata da un eccitamento di tipo emozionale**.

Il punto di partenza per il lavoro di Mason è stato notare che la risposta di stress (attività dell'asse ipotalamo-ipofisi-corticosurrene) si presentava di fronte agli stimoli psicosociali che suscitavano una reazione emozionale.

Mason allora effettuò diversi esperimenti dove lo stimolo fisico e lo stimolo emotivo venivano dissociati e trovò conferma alla sua teoria secondo la quale l'attivazione dell'asse ipotalamo-ipofisi-corticosurrene e quella della midollare del surrene, che avviene quando l'organismo è esposto a stimoli fisici di diversa natura, sono una **conseguenza diretta dell'eccitamento emozionale** che precede o accompagna lo stimolo fisico. Secondo Mason quindi **l'apparato psicologico è coinvolto** nella risposta emozionale ad una lunga serie di stressor.

È corretto pertanto operare una distinzione: **lo stress psicologico**, in cui per primo viene attivato l'apparato mentale, **va continua a pag. 37**



Stress...

(segue da pag. 36)

distinto da quello fisico, in cui gli stressor influenzano per primi i sistemi biochimici e fisiologici e in seguito l'apparato mentale.

Lo stress psicologico attiva stati emotivi come **l'angoscia, la colpa, la disperazione, l'impotenza**: affetti che costituiscono lo stimolo per risposte adattive.

È possibile **neutralizzare** l'evento stressante utilizzando **meccanismi psichici adeguati** come **l'intensificazione dello sforzo, la riorganizzazione cognitiva e la sostituzione dei fini**.

Quando le difese psicologiche efficaci falliscono, il tentativo di superare lo stress finisce per essere messo in atto tramite **inadeguati meccanismi di difesa** quali **la rimozione, la negazione, la proiezione**.

E ancora: quando lo stress psicologico non riesce ad essere contenuto a livello mentale o neutralizzato da meccanismi difensivi psichici oppure espresso in manifestazioni psicopatologiche qualora le difese si siano rivelate inadeguate, **vengono allora attivati i sistemi biologici di emergenza che difendono l'organismo**.

Si può affermare dunque che **il carattere stressante di un evento è determinato anche da fattori psicologici individuali**.

Lo psicologo statunitense **Richard Lazarus** (1922 – 2002) concentrò i suoi studi proprio sullo **stress psicologico**: egli sosteneva che gli stimoli che

raggiungono l'organismo **vengono valutati cognitivamente** dal punto di vista del loro significato **prima di produrre una reazione emozionale**.

La valutazione cognitiva è influenzata sia dalla **struttura genetica** dell'individuo che dalle sue **esperienze precedenti**.

Lazarus affermò che nello stress fisico la reazione di stress è determinata dall'azione diretta dello stress sui tessuti mentre nello stress psicologico **la reazione dipende dalla valutazione cognitiva del significato dello stimolo**: se uno stimolo è valutato dall'individuo non rilevante (sia consciamente che inconsciamente) non si verificherà nessuna attivazione emozionale e nessuna reazione di stress psicologico.

Diverse sono le **condizioni particolari** per le quali uno **stimolo può diventare causa di stress**:

- lo stimolo diventa stressore abbinandosi a processi sensoriali o metabolici di per sé stressanti: assunzione di caffeina o nicotina, abuso di farmaci, ecc;
- lo stimolo diventa stressore nella misura in cui incide sulla persona: insufficienza alimentare o iperalimentazione, sovrappopolazione o isolamento, carenza affettiva o iperprotezione, cioè tutto ciò che può generare una iperstimolazione o al contrario una ipostimolazione poiché esse provocano allo stesso modo stati di depressione, ansia, confusione o tensione;

- lo stimolo diventa stressore per il significato che la persona gli attribuisce: l'interpretazione dipende da variabili individuali come i tratti della personalità, le condizioni economiche e l'appoggio affettivo e sociale. Un aspetto molto importante che fa sì che uno stimolo possa diventare per l'individuo causa di stress è **il fattore del controllo**.

Molte ricerche hanno sottolineato come esso sia un **fattore cruciale**: a determinare se lo stress si produrrà realmente è **il margine di libertà di cui la persona gode nel decidere come far fronte agli stimoli stressori**.

Quando all'individuo manca qualsiasi possibilità di esercitare un controllo sugli agenti stressanti e quindi di intervenire sugli eventi, si producono modificazioni comportamentali che rientrano nella **sindrome** definita di **impotenza appresa** studiata da **Martin Seligman**.

L'impotenza appresa si presenta quando i soggetti imparano che niente di quello che fanno per combattere lo stimolo stressore riesce a cambiare le cose: a livello fisiologico **i globuli bianchi** si presentano **meno reattivi** rispetto a quelli di coloro che invece hanno la possibilità di esercitare un controllo.

Si può affermare che **l'impossibilità di controllare gli eventi influisce direttamente sull'attività del sistema immunitario** tramite una scarsa moltiplicazione dei linfociti T e dei linfociti killer che hanno un ruolo fondamentale *continua a pag. 38*



Stress...

(segue da pag. 37)

nel difendere l'organismo contro le cellule tumorali.

Invece la possibilità o **anche solo la convinzione** che gli agenti stressori possano essere neutralizzati o controllati è importante ai fini delle reazioni psicologiche e fisiologiche e contribuisce a difendersi dagli effetti negativi dello stress.

Come una sorta di "compendio" di questo discorso, **Lazarus** affermò che **lo stress non risiede né nella situazione né nella persona ma dipende da una transizione fra l'una e l'altra**: esso nasce dal modo in cui una persona valuta l'evento e vi si adatta.

È vero che si possono incontrare situazioni particolarmente dolorose o difficili e proprio su questi eventi drammatici si è maggiormente concentrata la ricerca sugli effetti dello stress; **Lazarus** invece si concentrò anche sugli effetti dei piccoli ma molti frequenti **"incidenti" quotidiani**: noie, fastidi, frustrazioni, sentimenti spiacevoli, dissapori.

I suoi studi dimostrarono che l'effetto negativo che fastidi o contrattempi finiscono per avere sulla salute fisica può essere anche maggiore di quello prodotto da disgrazie più gravi, soprattutto a causa della loro frequenza e durata anche se in presenza di minore intensità.

La percezione dell'evento da parte dell'individuo produce un'influenza significativa sulle sue conseguenze, così come sono fattori fondamentali la personalità del

sogetto, il modo di affrontare le cose, il grado soggettivo di controllo, la capacità di gestire la situazione, il senso di competenza e la storia personale dell'individuo.

Tutto questo porta ad affermare, dunque, che **le persone non sono bersagli indifesi** di qualsiasi evento stressante che intervenga sulla loro strada: il modo in cui gli individui percepiscono questi attacchi alla loro salute mentale e fisica produce una grande differenza per la risposta corporea.

La mente ha una propria omeostasi e lotta continuamente per mantenere un equilibrio emozionale, per conservare pace e salute al proprio interno. E lo fa utilizzando tutte le strategie che conosce, a volte più adeguate, a volte meno.

È possibile riassumere il discorso sinora esposto in questo modo: **lo stimolo colpisce l'organismo** e prima di diventare pericoloso, **patogeno** (cioè in grado di generare malattia) è **valutato cognitivamente** dal punto di vista del significato che gli viene attribuito e **questa valutazione determina anche l'emozione** che suscita.

È molto importante comprendere a fondo questo passaggio: l'individuo è in grado di **attribuire un significato**, un senso allo stimolo, all'evento. Ed è in grado di **comprendere, riconoscere, gestire l'emozione** che nasce in corrispondenza dello stesso.

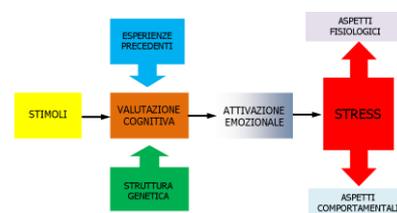
Lo stimolo-evento può diventare "dannoso" soltanto quando, appunto, **il soggetto non riesca ad affrontare**

adeguatamente questi due passaggi: cioè qualora non riesca ad attribuire un significato e non riesca a comprendere e gestire l'emozione che vive. A questo punto l'organismo "si mette in allarme" ed inizia a dare una risposta fisiologica (organica) che può produrre **distress** e, di conseguenza, malattia.

In conclusione, ognuno di noi avrà trovato le proprie strategie per accompagnarsi in modo efficace nella gestione dello stress ma avere qualche informazione in più sicuramente potrà aiutarci. Perché la prima strada, la prima risorsa, la prima risposta è sicuramente la conoscenza.

Giulia Migani

Psicologa – Psicoterapeuta
Analista transazionale socio-cognitiva e EMDR



ERASMUS TIME

Come ogni anno il mio articolo di questo interessante giornalino ha come argomento le mobilità fisiche e virtuali che, con soddisfazione, sono una consuetudine dell'IIS "Via Copernico". Siamo dunque al resoconto di fine anno, e il bilancio è nettamente positivo. Tanti studenti sono sempre più consapevoli di questa grande opportunità che la scuola offre loro e iniziano a proiettarsi in Europa, sia attraverso le mobilità, grazie ai programmi Erasmus+ *continua a pag. 39*



Erasmus time

(segue da pag. 38)

in entrata e in uscita, e sia grazie ai progetti eTwinning che prevedono delle mobilità virtuali. Sta diventando una quotidianità



ricevere studenti provenienti dai paesi europei, vedere l'entusiasmo nel partecipare alle lezioni insieme o andare in giro per Roma o semplicemente andare insieme al mare. Ascoltare il loro entusiasmo, che cresce giorno per giorno, e percepire

con quanta commozione si salutano perché ormai hanno i loro "fratelli" o "cugini" in un paese europeo, studenti stranieri che li aspettano



nel loro Paese per contraccambiare il calore e la spontaneità che hanno trovato qui al Copernico, perché sono arrivati timorosi, ma partono con le lacrime agli occhi.

Altrettanto succede quando andiamo in Europa, gli studenti hanno voglia di incontrarsi, di scambiare le loro opinioni sul progetto che è il *leitmotiv* del viaggio, ma anche di conoscersi come persone e confrontare i loro stili di vita. Questa bella opportunità, per fortuna, è riservata anche a noi docenti, che incontriamo colleghi che

vivono la stessa nostra quotidianità scolastica, con le stesse problematiche, ma anche con le stesse soddisfazioni. E con il tempo si creano dei legami che ti permettono di dire che hai conoscenze sparse in ogni angolo del mondo, che talvolta si trasformano in amicizia. Un grazie a tutti gli studenti e le studentesse che supportano il nostro lavoro con la loro presenza e i loro incredibili *feedback*.

Maria Cristina Santonocito

Etwinning projects: "Detox at school" e "Come in"

"Detox at school" e "Come in" sono due progetti eTwinning ai quali la nostra scuola ha aderito per questo anno scolastico. I progetti hanno visto la partecipazione attiva di più classi, in quanto c'è stata una collaborazione tra docenti di diverse discipline, e tra i nostri obiettivi, oltre alla socializzazione tra studenti di nazionalità diverse, c'è anche l'incentivo alla conoscenza tra gli studenti della nostra scuola, dato l'alto numero di

frequentanti i tre indirizzi diversi.

Il primo progetto dal titolo "Detox at school" ha dato agli studenti che hanno partecipato, la possibilità di riflettere, insieme ai loro coetanei europei, sull'uso esagerato del cellulare nelle classi, nonostante sia ormai vietato. Le attività proposte nell'arco dei mesi invitavano gli studenti a lasciare i loro *smartphone* e fare sport, giocare e discutere insieme. L'impegno di questo progetto è stato quello di provare a lavorare per creare la disintossicazione digitale, per cui gli studenti hanno utilizzato il mondo digitale non solo con successo ed efficacia, ma anche nel momento esatto in cui ne avevano davvero bisogno senza esserne dipendenti. Lo scopo di questo progetto è stato quello di sensibilizzare sui cattivi effetti degli *smartphone* e cercare di riconnettere i nostri studenti in un mondo

dove la comunicazione sia faccia a faccia, dove si muovono, camminano, corrono o saltano. Lo possiamo considerare un progetto a lungo termine perché lo scopo principale è stato l'interazione attiva per migliorare i rapporti sociali tra loro.

Il secondo progetto dal titolo "Come in" parte dal concetto che l'eTwinning si impegna a promuovere la diversità culturale, le tradizioni, il cibo, la musica e le lingue, la diffusione dell'amore e il rispetto *continua a pag. 40*



E twinning

(segue da pag. 39)

invece dell'odio. Il nostro motto del progetto è stato: incontra il mio paese - incontrami! Siamo stati i delegati del nostro paese in COME IN e abbiamo condiviso tutti i risultati del progetto tramite i social media. Abbiamo promosso i nostri Paesi e praticato la democrazia.

Gli studenti si sono messi nei panni dei viaggiatori per promuovere i loro paesi. Il progetto ha dato l'opportunità a studenti ed educatori di lavorare in collaborazione con altri e sperimentare i vantaggi di lavorare in squadra e di conoscere altre culture, stimolando anche la crescita individuale.

Maria Cristina Santonocito



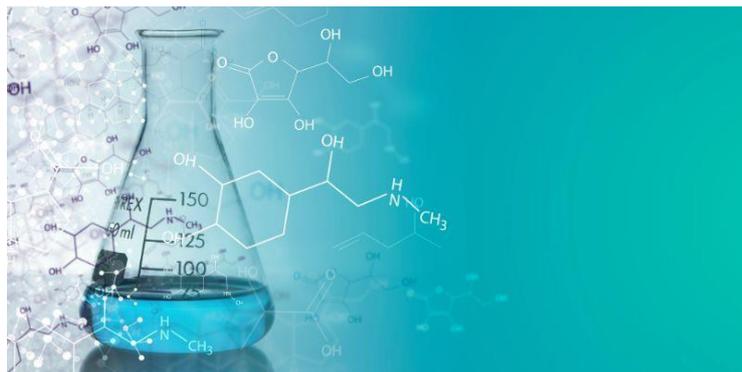
LA CHIMICA È BELLA

La chimica ...questa disciplina oggetto di pregiudizi alimentati

spesso dall'ignoranza in campo scientifico, associata il più delle volte ad un qualcosa di tossico, cattivo, pericoloso, nemico delle persone e dell'ambiente e soprattutto odiata da qualche studente perché considerata troppo complicata e non abbastanza utile. Da qui la domanda che per fortuna solo pochissimi studenti mi hanno posto nei vari anni: "Prof. ma a che mi serve la chimica?"

La chimica è la scienza che studia le proprietà e le trasformazioni della materia e dato che noi stessi e tutto ciò che ci circonda e che possiede una massa e occupa uno spazio siamo costituiti da materia, evidentemente la CHIMICA ci riguarda eccome. Non c'è aspetto della nostra vita quotidiana in cui non c'entri la chimica, da quando ci svegliamo la mattina a quando andiamo a dormire la sera.

A cominciare dal risveglio al suono di una sveglia a cristalli liquidi, alla doccia con saponi e detersivi senza i quali la tensione superficiale dell'acqua non si ridurrebbe, al lavaggio dei denti con il dentifricio al fluoro, alla colazione con un buon caffè, ottenuto realizzando in casa una tipica tecnica di separazione di miscugli utilizzata in laboratorio detta



estrazione con solvente, o un tè che all'aggiunta di una fettina di limone assume una colorazione più chiara (viraggio di un indicatore acido-base), o un cappuccino (miscuglio eterogeneo detto schiuma). Gli indumenti (fibre tessili naturali come il lino, il cotone e sintetiche come il nylon) le scarpe (chimica della gomma), la combustione (del metano per la cottura dei cibi e nelle caldaie, della benzina nei motori), la carta (cellulosa), il cellulare (contiene circa 30 elementi chimici diversi), il computer, le pile (elettrochimica), la chimica in cucina (cottura, lievitazione.....), i fuochi d'artificio, i farmaci, i pesticidi, i cosmetici, senza dimenticare le innumerevoli reazioni chimiche che avvengono all'interno del nostro organismo che sono alla base dei processi metabolici e non solo, etc.etc.etc.....

Insomma la chimica è proprio dappertutto e non si può non amarla e non considerarla affascinante. In poche parole la chimica è bella e fa bene alla mente ed al corpo.

Fernanda Delli Quadri



**PREMIO LETTERARIO
INTERNAZIONALE
“EUGENIA TANTUCCI”
2021
SEZIONE B – NARRATIVA
E SAGGISTICA**

**La prospettiva della
cattedra: le ragioni della
scelta.**

Io insegno. Dopo oltre 12 anni di precariato, vissuti nell’incertezza del giorno dopo e portati avanti con la fierezza di chi comunque cerca di dare il massimo nel suo mestiere, mi ritrovo a vincere un concorso ed essere stato immesso in ruolo il 1° Settembre. La stessa cattedra, che fino al giorno prima, ti sembrava così instabile, si accende di colori che danno un briciolo di solidità in più e cambiano inconsapevolmente l’intera prospettiva del futuro all’orizzonte.

Per un attimo, dunque, hai il tempo di ritrovare te stesso e guardare i dettagli che sono stati sempre davanti ai tuoi occhi, di cui però non avevi avuto la possibilità di conoscere il sapore, preso dal divenire di ogni singolo giorno in una ruota continua. Il briciolo di stabilità che stringo tra le nude mani affaticate, riflesso di cuore e spirito, mi nasconde il privilegio e il lusso di poter guardare oltre la cattedra, sulle distese sconfinata di quei banchi, seduti ai quali ci sono i miei studenti, ciascuno con il proprio “paesaggio più bello del mondo” da scoprire, specialmente per loro stessi.

Io insegno. Sono approdato in una scuola secondaria della

mia città, un pezzo della realtà complessa del nostro territorio, che ho visto frequentare a tanti dei miei amici in adolescenza e ho avuto il piacere di conoscere già da docente nella mia prima supplenza, la cui data si perde nel tempo. Girando nei corridoi, si respira l’aria di guerra quotidiana, in una trincea invisibile, ma tanto reale quanto il fronte di un substrato sociale difficile e complesso. Nonostante i mille passi fatti in avanti dalla nostra provincialità statica, le forze di ciascuno non sono ancora sufficienti a colmare gli enormi divari che tra una capitale globalizzante, capo del mondo da sempre, in cui si intrecciano le linee multidimensionali di un numero elevato di culture così diverse, e le piccole realtà della periferia, i cui sforzi saranno sempre troppo esigui per tenere testa alla velocità disarmante del progresso, a meno che non diventiamo tutti noi attori protagonisti capaci non solo di desiderare ma anche di realizzare la svolta in forma concreta.

La scuola ha dunque questo compito da assolvere sull’ormai valicata soglia del terzo millennio: un ruolo sociale che veicola contenuti, abilità e competenze per costruire coscienze, capaci di abbattere barriere e pregiudizi, di aprire nuove forme di dialogo e accoglienza empatica verso il prossimo. La cultura si spoglia della sua forma di nozionismo effimero per diventare prospettiva di vita edificante per se stessi, per gli altri e per il mondo intero, se solo ci credessimo

veramente. Le tante pedine di questa nuova guerra fredda hanno i volti e gli sforzi concreti del nostro Dirigente, dei miei nuovi colleghi, delle diverse segreterie e di tutti i collaboratori scolastici, che realizzano così il grande lavoro dell’accoglienza e comprensione della diversità dei nostri ragazzi, con la stessa meticolosità di cui l’occhio di un pittore riesce a valorizzare le infinite possibilità della gradazioni cromatiche dei colori conosciuti e di quelli che ancora potremmo scoprire se il tempo ce lo concedesse.

Io insegno e mi sento di essere in prima linea ogni momento, in questo intrecciarsi di volti e storie, che cataloghiamo nelle mura delle nostre aule. Le mie mani si sentono come quelle di un vasaio, che può plasmare la creta informe ancora sul tornio, con gesti fini ma precisi, per donare vita in quella forma di espressione e di arte perfetta che è la persona umana, infondendo nei cuori puri degli adolescenti la ragione della scelta.

Sento il peso dell’importanza delle nostre parole, che si comportano come stilo infuocato, prolungamento ancora una volta dell’intenzione comunicatrice di Dio, il quale sul Monte Sinai lasciava, per sempre, indelebili “consigli preziosi” per una vita volta alla coerenza e alla felicità. Noi insegnanti abbiamo infatti un potere enorme, tanto quanto quello sconfinato di un adolescente, il cui argento *continua a pag. 41*



Premio Tantucci

(segue da pag. 40)

vivo ancora non sa di renderlo già un piccolo eroe seduto sul banco di scuola. Vite difficili, storie ancora più inverosimili di qualunque serie televisiva, situazioni familiari complicate, genitori stanchi e assorbiti dalla quotidianità di cui necessariamente si fanno carico, problemi economici, gli incontri sbagliati, l'inevitabile confronto tra i pari dal quale non si esce sempre illesi, il disinteresse generale verso tutto, tranne l'attaccamento al proprio cellulare, che diventa depositario di quel minimo di contatto sociale che il momento storico ci ha rubato; e ancora i progressi di insuccesso, l'affettività e le pulsioni che emergono dal corpo riflesso di una sessualità acerba che comincia a delinearci, gli input della realtà dell'apparire, la quale prende piede al posto dell'essere: è il barattolo dell'anima di un adolescente che conserva tutto questo; conserva infatti tutto quello che ha vissuto, in un disordine disarmante in cui nulla va perso, neanche il silenzio, ma di cui non ha ancora le forze per riuscire a fare ordine in esso. In questo vortice di silenzioso impeto, il cardine della rosa si concentra nel disinteresse verso se stessi. Ecco perché punto all'origine per seminare oggi quello che serve al domani di ogni scelta: la sua ragione.

Senti di sfidare le regole convenzionali dei loro schemi, ricordando che ogni singola parola che esce dalla propria bocca ha la portata inaudita di costruire o distruggere, aprire

nuovi orizzonti o chiuderli per sempre, svegliare una mente curiosa o assecondarne la dormienza, formare una coscienza in grado riconoscere e scegliere il bene o essere l'ennesima prevaricazione dell'arroganza.

Al di là dell'imperativo categorico kantiano, che ci ricorda la validità di scegliere come rivendicazione dell'essenza intrinseca dell'umanità, in cui non importa cosa scegliere, ma diviene essenziale scegliere e basta, qui il passo si fa ancora più sottile ed audace, come quello di un pellegrino, che caricatosi del suo zaino, comincia a percorrere un cammino senza conoscerne la meta, di cui sa solo che camminare è l'unica possibilità plausibile per trovare nuova luce e farne intorno a sé. Lascio dunque che ogni giorno lo Spirito del cammino scenda, armato di tutto quello che ho custodito nella vita, e permetto che, oltre alle scienze e alla geografia, le parole si librino nell'aria e si conficchino come semi che un giorno daranno frutto, se ciascuno dei miei alunni avrà il desiderio di annaffiarli e coltivarli con pazienza.

Lì al centro del petto di ciascun adolescente, il quale è l'evoluzione naturale di un bambino, la cui forza vitale non dovrebbe mai esaurirsi, risiede la nostra possibilità di redenzione e riscatto per una nuova società, veramente inclusiva, fondata su valori universali di fratellanza. Sono i giovani che faranno la differenza; a noi insegnanti è chiesto di guidarli in un tempo

di disorientamento: anche se oggi non ascoltano, data la loro inevitabile immaturità, della quale non possiamo farne una colpa nel momento in cui proiettandoci indietro ci mettiamo a fare i conti con la nostra personale storia che ci ha condotti ad essere coloro che siamo oggi; l'anima fa memoria e sono certo che un giorno sapranno fare grandi cose, quando trasformeranno la loro potenza aristotelica nell'atto concreto.

Io insegno; mi piace tantissimo perché forse mi sento ancora uno studente che ha tanto da imparare dallo sguardo che incrocia "i potenziali paesaggi più belli del mondo".

Enrico Maria Batassa

Dedicato a tutti i miei educatori a cui sono infinitamente grato per avermi donato una parte o tutto loro stessi, credendo in ciò che ero e vedendo quello che sarei potuto diventare oggi. Alba Pellizzieri, Anna Maria Siracusa, Elena Mancuso, Anna Maria Di Marco, Cinzia Spata, Gilda Santantonio, Giselda Vergano, Antonella Antonini; Innocenza Corbo, Antonella di Lorenzo, Rolsaba Cartisano, Lorella Mambelli, Simonetta Pandolfi, Walter Ceccarelli, il prof. Puglisi, Francesco Sasso, Dino Tromboni, la prof.ssa Parravicini, Elisabetta Mattei, Claudio Passananti, prof. Carlo Cogoni, Caterina Catalanotto, prof.ssa Rita Levi Montalcini, Orietta Micciulla.



“STAY FOOLISH, STAY DREAMER”

Qualche settimana fa mi sono imbattuta in un ragazzo che, dovendo effettuare l'iscrizione presso il nostro Istituto, era venuto per chiedermi consiglio su quale indirizzo di studi scegliere. Vi confesso che, un po' come voi studenti al momento di una verifica, quando svolgo questo delicatissimo ruolo di 'orientatore' mi sopraggiunge una leggera ansia di responsabilità: percepisco che potrei influenzare il percorso di studi e dunque professionale di un futuro uomo e cittadino; per questo motivo cerco di il mio approccio sta nel capire quali siano le attitudini o le passioni/hobby del ragazzo rivolgendogli la seguente domanda: 'Quali sono le tue passioni e cosa sogni per il tuo futuro?'. Risposta: 'Boh..non so...nulla. Niente di particolare'. La risposta mi lascia di sasso; ancora una volta, l'ennesima delle mie interviste si conclude con una risposta secca, apatica, vuota. Certo, mi rendo conto che la domanda non è banale ma lo scopo della domanda non era quella di indagare su quale lavoro sarai collocato un domani, bensì di raccontarmi di cosa ti piace fare, dei tuoi hobby, seppur questi ultimi possano apparire infantili. Insomma la risposta 'Nulla' mi lascia spiazzata, incredula; non ci credo che voi teenager non abbiate una passione o un sogno che vi piacerebbe realizzare...su dai!! A questa domanda da piccola personalmente mi inventavo i mestieri più assurdi: dalla

passaspazzole della parrucchiera, al vigile del fuoco, alla maestra (sogno che poi ho realizzato).

E allora prendo spunto da questo episodio per augurarvi, a conclusione di quest'anno scolastico, che questo periodo di pausa estiva vi porti oltre alla spensieratezza di cui avete bisogno, una buona dose di 'passione adrenalinica', la stessa che Steve Jobs chiamava 'foolish'.

'Stay foolish' non dovrebbe essere solo il motto delle vostre giornate, ma uno stato d'animo che vi serve per rispolverare i vostri vecchi sogni o passioni o riscoprirne di nuove;

'Stay foolish' per svegliarvi la mattina felici al pensiero di dover far una cosa che vi appaga e raggiungere un obiettivo seppur parziale;

'Stay foolish' per trovare quella passione che possa rappresentare per voi sempre un faro da seguire nel vostro percorso di vita.

Dove ricercare questo stato d'animo? A volte basta una chiacchierata con un amico, un adulto, un viaggio, un incontro, un lavoretto temporaneo...un'ispirazione, una piccola e innocua scintilla che scateni un incendio di emozioni e vi faccia partire a 'razzo' nel perseguire quella pazzia.

Vi saluto ora con un due citazioni di S. Jobs, nella speranza che possano innescare in voi una piccola scintilla e che al quel 'nulla' possiate rispondermi un giorno con una valanga di opzioni:

“Il nostro tempo è limitato, per cui non lo

dobbiamo sprecare vivendo la vita di qualcun altro. Non facciamoci intrappolare dai dogmi, che vuol dire vivere seguendo i risultati del pensiero di altre persone. Non lasciamo che il rumore delle opinioni altrui offuschi la nostra voce interiore. E, cosa più importante di tutte, dobbiamo avere il coraggio di seguire il nostro cuore e la nostra intuizione. In qualche modo, essi sanno che cosa vogliamo realmente diventare. Tutto il resto è secondario.”

“l'unico modo di fare un gran bel lavoro è amare quello che fate. Se non avete ancora trovato ciò che fa per voi, continuate a cercare, non fermatevi, come capita per le faccende di cuore, saprete di averlo trovato non appena ce l'avrete davanti. E, come le grandi storie d'amore, diventerà sempre meglio col passare degli anni. Quindi continuate a cercare finché non lo trovate. Non accontentatevi.”

M.T.

PCTO “Opera al museo”

Gli studenti della classe 4B Liceo Scienze Applicate hanno partecipato al progetto “Opera al Museo” presso il Museo delle Civiltà di Roma, all'interno dei Percorsi per le Competenze Trasversali e per l'Orientamento, ossia il PCTO. È da ricordare che la principale funzione degli Istituti che si occupano della

continua a pag. 44



PCTO

(segue da pag. 43)

si occupano della conservazione e della valorizzazione

dei beni culturali è quella di **destinarli al godimento dei cittadini.**

Pertanto attraverso la sperimentazione diretta e l'applicazione di strumenti professionali gli studenti hanno contribuito alla costruzione di un'idea dinamica del patrimonio, rafforzando il rapporto con i visitatori e rendendo più proficua e duratura la loro relazione con l'oggetto e la collezione.

La finalità del progetto consiste infatti nella costruzione di uno spazio di confronto dinamico e aperto dove lo studente partecipa attivamente; un ambiente educativo, ludico ed esperienziale in cui condividere una attività di museografia collettiva e partecipativa.

Sulla base e nello spirito del progetto gli studenti sono stati chiamati ad organizzare l'inventario, catalogare le schede, fotografare i reperti e allestire una loro vetrina espositiva, esaminare e ricostruire uno scheletro umano, magnetizzare ed inventariare libri nella biblioteca della struttura e ovviamente visitare il Museo partecipando anche all'inaugurazione della sezione chimico-mineralogica.

A detta dei ragazzi l'esperienza è stata molto istruttiva e interessante, utile a comprendere la diversificazione dei ruoli e

delle professioni all'interno di un museo, per questo formativa nell'ottica di un prossimo futuro lavorativo.

Rosalba Nucera



UN CARO SALUTO

Dopo cinque anni bellissimi e pieni di soddisfazioni, sto per lasciare il *Copernico*. Proprio qui sono entrato di ruolo e sarò sempre grato per questi cinque anni, ma prima di tutto voglio raccontarvi come la vita mi ha portato qui.

Dopo la laurea e le abilitazioni all'insegnamento (in matematica e fisica), ho accettato una proposta di lavoro arrivata addirittura da una scuola italiana quasi alla *fin del mundo*. Così ho insegnato per un anno in una scuola italiana di Buenos Aires che, di fatto, è stata la prima esperienza di insegnamento di un anno intero. Lì ho insegnato matematica e fisica ad alunni di origine italiana e argentini che in questa scuola hanno studiato esattamente i programmi che si studiano in Italia, in italiano ovviamente, e alla fine hanno affrontato l'esame di maturità.

Naturalmente ho approfittato per viaggiare, per conoscere il più possibile questo meraviglioso *continua a pag. 45*



Un caro saluto

(segue da pag. 44)

e immenso paese, pieno di discendenti di emigrati italiani, un paese davvero pieno di gente molto amabile e accogliente e con tantissimi posti da conoscere (deserti, cascate, ghiacciai, laghi, boschi). Ho anche fatto una piccola esperienza di volontariato in una sorta di favela (che lì si chiama *villa*) dove per qualche sabato ho insegnato a degli studenti universitari con il mio spagnolo maccheronico, poi a mano a mano sempre migliore. Ho anche vissuto il mondiale del 2014 che l'Argentina perse in finale, vivendo alcune partite in piazza e soffrendo assieme ai migliaia di Argentini che come avete potuto vedere quest'anno sono davvero tifosissimi.

Alla fine di questo anno scolastico (era il 2014 e lì l'anno scolastico va da febbraio a dicembre) il direttore di un'altra scuola italiana mi propose di trasferirmi alla scuola dove l'anno seguente avrebbe lavorato lui, a Valparaiso in Cile e così feci altri due anni in questo paese, una sottile striscia di territorio tra le Ande e l'Oceano Pacifico, piena di vulcani, ghiacciai, deserti. Il Cile tra le altre cose è il paese più sismico del mondo. I cileni sono talmente abituati che loro i movimenti sismici non li chiamano terremoti, ma *temblores* fino al sesto grado!! Solo dal sesto grado in su li chiamano terremoti! Chiaramente un paese così sismico ha dovuto costruire i suoi edifici e le infrastrutture in modo antisismico, tanto che

da tutto il mondo gli esperti in costruzioni antisismiche si recano in Cile e in Giappone per imparare a costruire nel modo più sicuro possibile.

Nel 2016, in Cile (!) affrontai il concorso per passare di ruolo in Italia e feci ore e ore di volo per sottopormi alla prova scritta e quella orale a settembre. Così pensai che a breve le mie avventure si sarebbero concluse. Invece quando ormai ero pronto a rientrare, arrivò una proposta da Lima in Perù e così decisi di fare un'ultima esperienza prima di rientrare in Italia.

Forse tra tutte fu l'esperienza più bella. Nel frattempo il mio spagnolo era decisamente migliorato. La città seppur non bellissima, ma viva e piena di opportunità, mi ha accolto benissimo. Lima, con i suoi 16 milioni di abitanti e i suoi quartieri che non dormono mai, mi è sembrata veramente accogliente e per un anno e mezzo è stata la mia casa. La scuola italiana di Lima è grandissima e ci insegnano molti insegnanti italiani, alcuni molto giovani, appena laureati e alcuni trasferiti lì e poi rimasti per scelta di vita. Ovviamente anche qui ho approfittato per viaggiare. Sono stato due volte a Machu Picchu (forse il luogo più conosciuto del Perù), ma anche in Amazzonia, a Iquitos, ho visto le linee di Nazca, Arequipa, Cajamarca e altri posti meno conosciuti.

In questi cinque anni sono molte le cose curiose accadute. Tra queste rimanere bloccato con problemi alla macchina presa a noleggio nel deserto di Atacama (il più arido del mondo) per poi essere

soccorso da un tecnico in arrivo dalla Miniera di San José (quella dei 33 minatori rimasti bloccati poi salvati per miracolo) alle due evacuazioni in una mattinata per scosse a scuola a Lima, alle simulazioni di evacuazione per tsunami a Valparaiso, al terremoto di 7.6 gradi sentito in viaggio a Valdivia (Cile) il giorno di Natale 2016, alla semifinale della Coppa America Argentina Colombia a Vina del Mar con tanto di intervista di ESPN dove mi chiesero per chi tifavo e ad aver avuto come alunni i figli dei calciatori Pizarro e Camoranesi e il figlio di una star televisiva argentina...

Come tutte le cose belle anche questi quasi cinque anni di esperienza all'estero si sono conclusi e a giugno 2018 sono rientrato in Italia per l'assunzione in ruolo. Tra le scuole che mi proposero scelsi il Copernico perché conoscevo Pomezia, dato che i miei nonni avevano una casa qui vicino, sulla Laurentina.

Ora ho deciso di cambiare per nuovi stimoli, per poter insegnare oltre che matematica anche fisica e perché andando in un liceo linguistico vorrei poter insegnare anche con la metodologia CLIL che permette di insegnare una materia non linguistica (come fisica, matematica, diritto ecc) in lingua straniera. Nel mio caso ovviamente in spagnolo.

In questi anni mi sono dedicato molto all'Erasmus. Grazie alla prof.ssa Santonocito, con cui spero comunque di continuare a collaborare, ho fatto due viaggi in *continua a pag. 46*



*Un caro saluto
(segue da pag. 45)*

Grecia. Qualche volta ho organizzato qualche attività legata a temi che reputo importanti (come attività legate all'Olocausto e ai diritti civili). Ringrazio anche i tre Dirigenti scolastici che si sono susseguiti, la Vicepresidenza, tutti i colleghi e ovviamente anche tutti gli alunni con cui ho avuto modo di lavorare in questi cinque anni. Spero di aver lasciato qualcosa come voi tutti avete lasciato qualcosa dentro di me. Grazie e chissà che non ci sia modo comunque di collaborare. Magari il mio trasferimento potrebbe essere anche l'occasione di creare forme di collaborazione nuove tra le scuole di Pomezia.

A presto!

Fabrizio Montagner

Cari ragazzi e care ragazze,

non mi rivolgo solo a quanti e quante ho avuto il piacere e l'onore di avere come miei studenti durante questo anno scolastico: scrivo queste poche sentimentali righe rivolgendomi a tutti voi.

A parlarvi è un docente alle prime armi, che da anni sentiva forte il desiderio di poter un giorno lavorare a contatto con voi, di essere responsabile della vostra crescita, della vostra cultura. Quando finalmente questa possibilità è arrivata, mi sono sentito come invaso da una felicità surreale. E ciascuno di voi ha alimentato questa gioia, quotidianamente.



Machupicchu, Cusco, Peru



Trovarmi a contatto ogni giorno con voi, con le vostre diverse capacità, con i vostri pregi, con i vostri angoli da smussare, con la vostra emotività e con la vostra intelligenza, non ha fatto che suscitare entusiasmo e voglia di fare.

Vi ho osservato e ascoltato per un anno, in preda ad uno stato di curiosità perenne: volevo costantemente scoprire come essere ogni giorno un docente migliore. È stato un pensiero che mi ha accompagnato sempre per tutto questo tempo trascorso in mezzo a voi.

Allora mi sono detto: "Perché non cercare la risposta in chi svolge questo lavoro da anni? Perché non chiedere a chi è più esperto e più bravo di me? Perché non confrontarmi con tutti gli altri docenti che ogni

giorno lavorano per i loro studenti? Perché non cercare un consiglio da chi lavora per il vostro bene?"

Così ho iniziato ad osservare il lavoro di tutti, ho cercato il confronto con i vostri docenti e non solo.

E, dopo un po', sapete che cosa ho capito?

Ho capito che siete fortunati. Sì, proprio fortunati.

Oltre a vivere un'età irripetibile, avete la fortuna di essere accompagnati in questo tempo da professori e professoresse straordinari. Persone che vivono questo lavoro con impegno e passione, che sopportano pazientemente tutte le difficoltà e le controindicazioni che la vostra esuberante intelligenza ci regala. *continua a pag. 47*



Cari ragazzi...

(segue da pag. 46)

Ho scoperto un'umanità eccezionale, che è felice di dedicarsi profondamente a voi: anche, forse soprattutto, quando a voi non sembra.

Ad esempio quando ci arrabbiamo con voi, quando vi diciamo che quello che avete fatto non è ancora abbastanza, quando ci vedete un po' amareggiati e delusi perché non sempre tenete fede alla vostra intelligenza: forse proprio in questi momenti potreste iniziare a percepire quanto, oltre l'apparenza, ogni docente "ami" i suoi studenti. Ho avuto modo di capire come tutti i docenti di questa scuola vogliano con entusiasmo tirare fuori il meglio di voi.

Allora, ragazzi e ragazze, abbiate a cuore questa immensa fortuna di cui potete godere ogni giorno. E se proprio non volete farlo per noi, fatelo per voi stessi.

“ Considerate la vostra semenza: fatti non foste a viver come bruti, ma per seguir virtute e canoscenza.”

Un caro saluto a voi tutti.

Un docente del Copernico.

A proposito del PNRR

“Insegnare contro vento. Per la difesa della relazione educativa dalla religione del digitale”.

Questo è il titolo del manifesto, sottoscritto da alcuni docenti ed esperti di psicopedagogia, pubblicato sul sito della Fondazione

Astrid, riportato su *La Repubblica*.

Ecco l'incipit del **documento, i cui autori sono Alberto Gualandi, Lorenzo Morri e Francesco Genovesi, docenti di scuola secondaria superiore**: “Dopo che da anni imprese e sindacati, maggioranza e opposizione, governo nazionale e istituzioni europee chiamano unanimi ad accelerare la digitalizzazione di ogni ambito della vita sociale, anche la Scuola, nonostante la recente vicenda della Didattica a Distanza, è pronta a rispondere ‘presente!’ e a saltare sul treno in corsa del PNRR-Scuola 4.0. Mentre ciò accade, intendiamo segnalare all'opinione pubblica i rischi prodotti non dall'uso accorto e consapevole degli strumenti digitali, ma da un'ideologia che assume talvolta i caratteri di una vera e propria idolatria”.

Si parla di **idolatria della religione del digitale**, di cieca adesione ai principi alla base della digitalizzazione della scuola. “L'enorme quantità di denaro del Pnrr – si legge – vincolata all'innovazione digitale degli strumenti e degli ambienti di apprendimento rischia di distogliere dai problemi reali della scuola italiana, che restano inevasi: elevati tassi di abbandono, le carenze di un'edilizia spesso vetusta e priva di adeguata manutenzione, le classi sovrannumerarie, la mancanza di spazi idonei alle attività di insegnamento, all'archiviazione dei materiali, all'incontro con le famiglie, allo svolgimento di iniziative culturali aperte al pubblico”.

C'è anche un passaggio sull'**insostituibilità dei docenti**: “I docenti sono esseri umani e come tali imperfetti: hanno storie, memorie, emozioni, aspettative, idiosincrasie. Come evitare che ciò interferisca con il processo formativo delle nuove generazioni? Standardizzando e sterilizzando la relazione educativa, essenziale alla crescita, in modo da ridurre al minimo il suo carattere di imprevedibilità e aleatorietà. Riducendo la didattica a istruzioni, procedure, protocolli. Ci si dimentica, così, che solo un essere umano può rispondere alle domande di senso di un altro essere umano: una macchina informazionale, per quanto performante, esercita la connessione di stimoli e risposte, ma non educa al dialogo e al radicamento della problematicità dell'esperienza nei corpi e nelle menti”.

Di cosa hanno bisogno davvero i docenti?

Osserva lo psicoterapeuta **Alberto Pellai**: “Sono arrivati tantissimi finanziamenti vincolati al digitale, sembra di entrare in un catalogo dove devi scegliere strumenti che per la scuola, rispetto alle condizioni in cui si trova ora, non sono prioritari. Ci sono istituti che non hanno una palestra o spazi per la psicomotricità, bisognerebbe investire sulla formazione dei docenti piuttosto e lì ci sono meno risorse, soprattutto va ripensata questa spinta forte alla digitalizzazione rispetto agli under *continua a pag. 48*



A proposito del PNRR
(segue da pag. 47)

14 incapaci di regolazione emotiva, che hanno deficit nell'attenzione e nella concentrazione, i prerequisiti per imparare a imparare. Il registro elettronico? Partito come strumento utile, è evidente come ormai sia diventato un boomerang perché non permette più la relazione tra genitori e figli e fa entrare nella spirale di chat tra compagni di classe che non riescono a capire le consegne sui compiti”.

“C'è un bisogno emotivo sempre più palese in aula, ma non si può pensare di compensare solo con gli psicologi a scuola e nemmeno con la digitalizzazione più spinta. Occorre piuttosto ridare centralità alla nostra funzione, investire su insegnanti capaci di relazione”, osserva **Alberto Gualandi**.

Concorda la psicologa e pedagoga **Silvia Vegetti Finzi**: “La scuola è soprattutto dialogo, comprensione, ascolto, la priorità va data al rapporto, alla relazione *vis à vis*, diretta. Invece si sta perdendo l'empatia. Gli insegnanti hanno bisogno di aggiornamento psicologico ed emotivo, di una riflessione sul loro ruolo, soprattutto nelle superiori. Cosa succede al contrario? Il corpo docente è anziano, è stanco, avvilito, mal considerato e mal pagato e questo si trasforma in atteggiamento di rinuncia alla comprensione, ci si affida ai voti che hanno preso il posto nell'insegnamento e il rapporto è sempre più

condizionato dalle modalità digitali”.

da La tecnica della scuola (10 maggio 2023)

Mi è sembrato interessante questo articolo e ho voluto pubblicarlo, perché possa essere un invito alla riflessione. Certo, sulle spalle dei docenti vengono “poggiate” riforme e riformette che i vari Ministri, succedutisi nel tempo, hanno pensato per la Scuola e noi ormai le spalle ce le siamo fortificate, ma mi colpisce molto come noi, intellettuali per dovere – a volte anche per natura – ci confrontiamo sempre meno, quasi rassegnati o incapaci di reagire. Come categoria poi, difficilmente “facciamo squadra”. Qualche piccola lamentela nelle sale docenti, ma alla fine diciamo “sì” a tutto: abbiamo realmente bisogno delle nuove figure del tutor e dell'orientatore che da settembre dovrebbe risolvere tutte le *quaestio* legate al futuro dei nostri studenti? O non è già una delle tante - innumerevoli - competenze che la maggior parte di noi mette in campo per indirizzare i ragazzi? E il “catalogo” del PNRR, con tutta la “strumentazione” tecnologica è realmente la priorità della Scuola italiana?

Non ho nulla, a priori, contro le innovazioni, anzi, sono una a cui le novità piacciono e spesso mi ci butto a capofitto! Ma ho tanto la sensazione che le modalità di gestione dei fondi del PNRR, che ci vengono dal Ministero, siano un po' come un finto e inutile restauro: copriamo la ruggine verniciandoci sopra, senza

prima carteggiare e ripulire a fondo.

Poi, però, so anche per certo che riusciremo anche questa volta a realizzare belle cose. Non tanto per i fondi monetari che verranno stanziati, quanto piuttosto grazie al nostro ingegno, alla buona volontà, all'intraprendenza e a quello spirito di sacrificio e collaborazione che da sempre “mandano avanti” la Scuola. Sapremo aggiustare il vestito che non ci appartiene, lo facciamo perché abbiamo un compito, che è uno solo e ha a che fare con l'uomo e la sua umanità...

Patrizia D'Andrea

Arrivederci a settembre e non dimenticate di visionare anche il nostro ultimo Tg Cop sul sito, nella sezione spotlight (media cop)



La REDAZIONE:

Claudia BARATTA
 Alessio CAMINATI
 Emanuele CINELLI
 Patrizia D'ANDREA
 Filippo GIACOMINI
 Salvatore MASSARO
 Sofia MILITO
 Alessandro PIA
 Alessandro PIROZZI
 Sofia ROMEO
 Fabrizio SALVATI
 Luca SAMA'
 Thomas VIRGILI

Hanno collaborato alla realizzazione di questo numero i proff.

Enrico Maria Batassa,
 Michele Brescia, Fernanda
 Delli Quadri, Giulia Migani,
 Fabrizio Montagner, M.T,
 Rosalba Nucera, Maria
 Cristina Santonocito, un
 docente del Copernico...

Un affettuoso
 saluto a tutti e
 un grazie
 enorme,
 soprattutto ai
 proff che
 dall'anno

scolastico
 prossimo
 saranno in
 altre scuole
 oppure...beata
 mente a
 godersi la
 meritata
 pensione!!

Auguri di buone
 vacanze



Dal Progetto "Integrazione Alunni Diversamente Abili"
 Progetto finanziato con risorse del POR FSE 2021/2027 della Regione Lazio, Asse II

Il Laboratorio Integrato dell'I.I.S. Via Copernico di Pomezia
 presenta lo spettacolo:



MARTEDÌ 6 E MERCOLEDÌ 7 GIUGNO 2023

ORE 9:45 primo spettacolo - ORE 11:45 secondo spettacolo

PRESENTATORI: Marco Palumbo, Ludovico de Padova, Ginevra Valentino, Tommaso Russo, Samuele Colonnelli, Nicole Gatto, Alessia Gioia, Andrea Dammagio, Francesco Castello, Lorenzo Gattinari, Chiara Risoli, Serena Cervasio, Tommaso Russo, Daniel Desideri, Yesin Rahal.

TALENTI: Serena Cervasio, Andrea Montesi, Francesco Gilardi, Lorenzo Gattinari, Mattia D'amilo, Giada Ciucani, Alessio Neri, Daniel Desideri, Alessio Lupu, gli alunni della classe 2 AE con alcuni ragazzi della 2BE, Gabriele Rauzino, Michelle Meloni ed Emanuela Rosato, i ragazzi del laboratorio "Movimento Creativo", Dario Berardi, Claudia Baratta, Federico Emanuele, Simone Tozzi, Chiara Risoli, Amro Albdewi, Prof.ssa Tancredi, Prof.ssa Giagnorio.

ACCOGLIENZA OSPITI: Amro Albdewi

TECNICI Audio-luci: Alessandro Coltrinari, Gabriele De Vito, Alessandro Lu, Lorenzo Scardellato e Marco Cappellacci

MONTAGGIO VIDEO: prof.ssa Orietta Lo Tito e Giada Ciucani

MONTAGGIO AUDIO: Gabriele Rauzino

RIPRESE DURANTE LA RAPPRESENTAZIONE E MONTAGGIO VIDEO: Alessio Lupu

DIRETTORE DI SCENA e REGIA: prof.ssa Orietta Lo Tito e Giada Ciucani

AUTO REGIA: Sofia Milito e Claudio Consorti

Si ringrazia la BOTW per le attrezzature e per il supporto tecnico
 e tutto il team di sostegno