

# L'ANCINIANO

GIORNALE D'ISTITUTO DEL LICEO "G. ANCINA" DI FOSSANO



## SENTIMENTI

Auschwitz, 12/02/2024

Sono le 08.44 quando varchiamo il cancello di Auschwitz I. Sopra di noi la scritta, quasi ammonimento, *Arbeit Macht Frei*.

>> Pagina 10-11

## "IL MIO ANNO DI RIPOSO E OBLIO"- OTTESSA MOSHFEGH

Avete mai letto un libro il cui protagonista viene descritto nelle sue caratteristiche più odiose, la trama rimane soffusa e confusa tra le nebbie ...

>> Pagina 12

## LA MODA COME FORMA D'ARTE PER ESPRIMERE SE STESSI

In una società dove tutto è finalizzato all'apparenza e al tentativo di sembrare ciò che non si è davvero..

>>Pagina 20

## SALUTI!

*Cari Anciniani,*

ecco a voi il ventesimo numero de "L'Anciniano". In questa edizione troverete articoli dai temi più vari: moda, letteratura, società e scienza; ovviamente non mancheranno recensioni, interviste e racconti sull'esperienza legata al percorso della memoria della Shoah, cui abbiamo dedicato uno spazio speciale!

Ne approfittiamo per ringraziare tutti i redattori e i grafici per il loro lavoro e augurarvi una buona fine dell'anno scolastico, ci vediamo per il terzo ed ultimo numero!

*Aurora, Elia, Elisa, Giorgia, Ilaria, Laurentiu*

## UNA SOLUZIONE FEMMINISTA AL CAMBIAMENTO CLIMATICO



Non si pensa spesso all'interconnessione che esiste tra la discriminazione di genere e l'emergenza climatica, considerandole due problematiche a sé stanti. Il dibattito sul ruolo del femminismo nella società parte dal presupposto che, poiché il sistema economico capitalistico si regge sul plusvalore prodotto da gruppi sociali svantaggiati, nei quali rientrano anche le donne, è impossibile conseguire la parità di genere in queste condizioni socioeconomiche. Il lavoro produttivo e riproduttivo di queste ultime non viene riconosciuto dal sistema patriarcale-capitalista (sul quale tuttavia si basa), che giustifica la discriminazione delle donne all'interno della sfera lavorativa e privata. In questo contesto, alcuni studi parlano di iper mascolinità, per definire l'atteggiamento violento e autoritario mosso al fine di preservare un sistema economico che sfrutta persone e ambiente. Un esempio è il dannoso sistema dei combustibili fossili, con il quale gli uomini garantiscono il proprio potere e la propria identità, basti pensare che i principali negazionisti del cambiamento climatico sono uomini bianchi e ricchi. Nonostante le donne impattino il 16% in meno rispetto agli uomini e nonostante il fatto che là dove queste hanno più voce in capitolo, le politiche ambientali vengono applicate con più rigore, continuano a venire regolarmente escluse dalle decisioni in ambito economico e quindi climatico. Una prova eclatante è l'annuncio dei partecipanti della Cop 29 di quest'anno in cui la componente femminile è completamente assente. Come se non

bastasse le donne sono tra le principali vittime della crisi climatica in quanto dipendono maggiormente dalle risorse naturali: rappresentano circa il 43% della forza lavoro nell'agricoltura mondiale e ben più del 50% considerando solo Asia e Africa, questo spiega perché, secondo i dati delle Nazioni Unite, circa 80% dei migranti climatici sono donne. Inoltre, anche la violenza sessuale aumenta in concomitanza con i disastri naturali, un esempio lampante è ciò che è avvenuto nelle Filippine con il super tifone di Taclaban, in seguito al quale donne e ragazze sfollate sono diventate bersaglio di aggressioni e traffico a sfondo sessuale. In conclusione, adottare una visione ecofemminista permette di riconoscere un'analogia tra lo sfruttamento della donna e quello della natura e vedere le due battaglie come interconnesse. A questo proposito sembrano sempre più appropriate le parole di Mary Robinson, l'ex Alto Commissariato Onu per i diritti umani: "Il cambiamento climatico è un problema generato dagli uomini, ma con una soluzione femminista".



*Silvia Canavero, Irene Chiavassa, Angelica Gattino*

## SPARATORIE NELLE SCUOLE



Normalmente quando si pensa alle sparatorie nelle scuole la prima immagine che ci verrà in mente sarà quella di una scuola americana circondata da

volanti della polizia, un ritratto chiaro ma errato: purtroppo questo fenomeno si è diffuso per tutto il mondo, causando così numerose vittime. Le tragedie più “popolari” sono quelle americane, in particolar modo quella avvenuta nella Columbine High School; non sono però da dimenticare anche i casi più vicini a noi. Certamente tutti gli episodi sono importanti, ma bisognerebbe risvegliare la coscienza e ricordare che queste vicende includono anche noi e di conseguenza è importante informarsi. L’ultima notizia di una sparatoria che ha suscitato l’attenzione da parte dei social è stata quella nella scuola Vladimir Ribnikar, in Serbia, ad opera del tredicenne Kosta Kecmanovic. Sui social sono diventati virali nu-

merosi video riguardanti questa vicenda ed è stato purtroppo possibile notare il disinteresse generale verso la tragedia, a cui si è sostituito l’interesse per la bellezza del killer, così ignorando e dimenticando completamente le storie e i nomi delle vittime. Fortunatamente però in questo caso sono state diffuse storie sulle vittime proprio per non dimenticarle: il problema principale di questi casi è la tendenza a ricordarsi del killer e mai delle vittime. Ed è mentre vengono presentate notizie sulle vittime che però sono messi in luce aspetti nuovi: al pari dei nomi delle vittime, anche le loro famiglie vengono spesso dimenticate.

Se allora verranno ricordati solo i killer, giustizia verrà mai fatta? Come possiamo garantire giustizia a individui senza volto e senza nome? e come possiamo garantire alle loro famiglie supporto dopo che il nostro stesso sistema li ha portati a questa dura perdita? La verità è che giustizia sarà fatta una volta che le vittime avranno più rilevanza sull’assassino: per fermare tale fenomeno bisogna quindi allenare l’empatia e non dimenticare mai tali fatti di cronaca.

*Luana Mogrovejo Riega*

## BARBIE, UNA RIFLESSIONE SUL PATRIARCATO

In "Barbie", film di Greta Gerwig, vengono trattati numerosi temi importanti, tra i quali il ruolo e la figura della donna nella società attuale. Lo scopo del film è infatti quello di presentare una donna autonoma, indipendente e forte, capace di guidare e governare un’intera città. Le Barbie, insieme ai Ken, vivono in un mondo bello, roseo e pacifico. Un giorno, tuttavia, la protagonista del film, Barbie “Stereotipo” (interpretata da Margot Robbie), viene a conoscenza della vita reale e prova emozioni negative: pensieri di morte e ansia della cellulite. Con l’aiuto di Barbie “Stramba”, una versione della bambola modificata perché gestita male nel corso del tempo, Barbie “Stereotipo” scopre che la causa di ciò è riconducibile a una bambina del mondo reale che gioca con lei. La soluzione per riportare Barbie alla vita normale è andare nella realtà per comprendere cosa stia succedendo alla bambina. Così, Barbie “stereotipo” e Ken partono per il mondo reale. Una volta arrivati, Barbie si rende conto

di quanto il nostro mondo sia radicalmente differente dal suo: infatti, la donna è presto vittima di molestie e sessismo. Barbie ha subito modo di notare che le donne non hanno la possibilità di essere forti, potenti e rispettate, perché la realtà è nelle mani del patriarcato, un sistema sociale in cui gli uomini detengono in via primaria il potere e predominano in ruoli di leadership politica, autorità morale, privilegio sociale e controllo della proprietà privata.

Il film pertanto ha l’obiettivo di combattere gli stereotipi e i pregiudizi sulla figura femminile, che risulta spesso screditata nella nostra società. Ancora oggi, in effetti, le donne non hanno le stesse possibilità degli uomini.

A questo proposito, Gloria, una giovane mamma, presenta quanto sia complesso essere donna oggi: bisogna essere sempre perfette senza apparire “mai troppo” agli occhi degli altri e senza risultare volgari o sopra le righe. Purtroppo, ogni donna ha vissuto almeno un momento nella sua vita in cui è stata giudicata per il suo comportamento, per il suo modo di parlare o semplicemente per il suo modo di essere. Dunque, Barbie vuole insegnare quanto sia importante trovare la propria personalità e lottare contro le ingiustizie sociali, a favore del rispetto reciproco e della parità di diritti.

*Chiara Asteggiano, Greta Wachtel*



## HAPPY 20th BIRTHDAY FACEBOOK!

Nel bel mezzo di una notte nell'ottobre del 2003, uno studente di psicologia di Harvard, Mark Zuckerberg, reduce da un appuntamento andato a male, si sedette davanti al computer e, guardando l'annuario universitario, ebbe un lampo di genio: creare un sito dove caricare tutte le foto degli studenti del college. Decise di chiamare questo sito Facemash, che già nelle prime 4 ore di attività riuscì ad attirare 450 visitatori e 22.000 click sulle foto. Il sovraccarico di dati mandò però in crash i server dell'università e Facemash venne chiuso dai vertici di Harvard. Senza aver perso le speranze, il 4 febbraio 2004 Zuckerberg e altri 4 studenti diedero vita a TheFacebook, senza rendersi conto di aver creato il sito che avrebbe cambiato per sempre la storia di Internet, rivoluzionando il modo di comunicare e relazionarsi con le persone. Sebbene oggi le nuove generazioni preferiscano altre piattaforme, come Instagram e Tiktok, a due decenni dalla sua fondazione, con i suoi tre miliardi (e oltre) di utenti Facebook è ancora il social più utilizzato al mondo: circa il 40% della popolazione mondiale risulta infatti attivo su Facebook. Nel corso degli anni i social network hanno continuato a subire un'evoluzione significativa sia nelle loro funzionalità sia nelle loro



finalità. Una delle evoluzioni più notevoli è scaturita nel campo dell'informazione: i social network sono infatti diventati fonti primarie di notizie, riuscendo a superare i media tradizionali in termini di rapidità e diffusione, anche se questo ha aperto un dibattito sull'affidabilità delle notizie condivise, che non sempre sono attendibili. Un altro settore che i social hanno ridimensionato è quello del commercio elettronico: negli anni le aziende hanno infatti deciso di iniziare a promuovere i loro prodotti su piattaforme online, dove, appoggiandosi alla figura dell'influencer, mostrano i loro articoli agli utenti tramite pubblicità mirata. Dal punto di vista etico e normativo, i social network affrontano ogni giorno sfide complesse, come quelle riguardanti la regolamentazione dei contenuti: è, infatti, opportuno bilanciare la libertà di espressione cercando però, allo stesso tempo, di prevenire discorsi d'odio, fake news e cyberbullismo. Le nuove tecnologie porteranno col tempo a sempre nuove forme di espressione, intrattenimento e commercio all'interno di mondi virtuali, e non è da escludere che possano nascere nuove piattaforme che oscureranno quelle che conosciamo oggi, Facebook compreso.

*Aurora Brignone, Elena Galvagno, Arianna Piccione*

## NEOM: LUCI E OMBRE

Il futuro utopico, che viene rappresentato nei film, è davvero così fantascientifico e irrealizzabile? Se si parla di una città futuristica, caratterizzata dall'intelligenza artificiale e dalla sostenibilità, allora la risposta è no: infatti, a partire dal 2017, in Arabia Saudita, si è iniziato a parlare di un progetto straordinario, dal nome NEOM. Ma cosa significa questo termine? Esso è formato dall'unione del prefisso greco neo e dalla lettera M, acronimo di Mustaqbal (futuro) e iniziale del nome del principe ereditario Mohammed bin Salman (promotore del progetto). NEOM appare come una megalopoli nel deserto dal valore di 500 miliardi di USD, che si svilupperà su un'area totale di 26.500 km<sup>2</sup>, seguendo un'estensione di 170 km lungo la costa del Mar Rosso, nella provincia di Tabuk, a sud della Giordania, che sarà articolata in 10 regioni, 4 delle quali sono già in costruzione: The Line, una città intelligente lunga 170 km, larga 200 m e delimitata da 2 muri alti 500 m; Trojena, una montagna destinata agli sport invernali; Oxagon, una città industriale avanzata e sostenibile; Sindalah, un'isola di lusso nel Mar Rosso. L'obiettivo principale di NEOM è promuovere la sostenibilità, l'ecologia e il benessere della persona attraverso l'uso di energie rinnovabili, tecnologie pulite e sostenibili per ridurre l'impatto ambientale. Mira inoltre a diventare un centro di riferimento per l'intelligenza artificiale, nonché a fornire un elevato standard di vita grazie ad infrastrutture moderne, servizi di alta

qualità, opportunità di lavoro e una vivace vita culturale. Ma quali ombre si nascondono dietro un progetto tanto luminoso? Innanzitutto la realizzazione di questo polo innovativo richiederà circa 1,8 miliardi di tonnellate di anidride carbonica (equivalenti alle emissioni prodotte dal Regno Unito in oltre quattro anni), comportando, quindi, un forte impatto sull'ecosistema. In aggiunta, gli abitanti della tribù Howeitat, che vivono nella regione destinata alla città, sono stati sfollati e le loro case demolite senza un adeguato risarcimento, violando i diritti umani, come ha denunciato in un recente rapporto l'OHCHR (Office of High Commissioner for Human Rights), cioè l'alto commissariato delle Nazioni Unite per i diritti umani. Per di più, alcuni studiosi si mostrano scettici sulla possibilità di mantenere funzionante un polo così tecnologicamente avanzato con le sole energie rinnovabili. A questo punto, presi in considerazione sia l'obiettivo ambizioso sia gli aspetti oscuri relativi al suo raggiungimento, una domanda sorge spontanea: "il fine giustifica i mezzi?"

*Tommaso e Giovanni Beltramo*



## GIOVANI IMMERSI NELLA LUDOPATIA

Ad oggi sempre più spesso si sente parlare di ludopatia, ma che cos'è realmente?

Essa è una dipendenza che corrisponde all'incapacità di gestire e resistere all'impulso di attuare comportamenti finalizzati al gioco. Inoltre, viene considerata come una dipendenza da uso di sostanze, in quanto essa presenta sintomi analoghi. Tra questi si riscontrano per esempio: depressione, irritabilità, disturbi delle funzioni cognitive, disturbi psicosomatici, disturbi del ritmo sonno-veglia.

Questa dipendenza è presente ormai da anni ed ha riguardato sempre maggiormente gli adulti; tuttavia, nell'ultimo periodo ha colpito il mondo degli adolescenti. Secondo lo studio condotto da Nomisma e dall'Università di Bologna, solo nell'anno 2018, il 48% dei giovani tra i 14 e i 19 anni si è approcciato al gioco d'azzardo.

Se ci riflettiamo bene, quante volte abbiamo sentito dire da una nostra amica che il proprio fidanzato o un compagno di classe "giocano le schedine" al fine di ottenere qualche soldo in più? Dunque, da questa riflessione ne deriva una domanda fondamentale: "perché così tanti giovani si sono avvicinati al mondo del gioco d'azzardo?" Le ragioni sono diverse: anzitutto, la motivazione principale è che molti di loro, essendo adolescenti, la vedono come un'opportunità per fare soldi, senza dover lavorare o chiedere la "paghetta" ai propri genitori. Talvolta però, si verifica la ragione opposta: la motiva-

zione si riscontra nel fatto che questi ragazzi, non sapendo come spendere i soldi, che nella maggior parte dei casi non hanno guadagnato, decidono di giocarli in schedine o gratta e vinci. Infine, vi è una motivazione che riguarda la sfera psicologica, ovvero: il senso di evasione. Infatti, è risaputo ormai che la ludopatia sia una dipendenza e non un motivo di vanto, ma nonostante ciò molti adolescenti scelgono lo stesso di continuare a giocare a causa dell'adrenalina e della voglia di possedere sempre di più.

Viste così le ragioni che portano a questa dipendenza, è importante anche sapere come prevenire il gioco d'azzardo, in modo da aiutare eventuali amici o conoscenti in difficoltà. Il primo passo per aiutare in caso di ludopatia per i giovani, è cercare di instaurare un dialogo che deve essere mai accusatorio, ma pacifico, in modo tale che il soggetto in questione si senta ascoltato e compreso. Dunque, si può dedurre che stare accanto a una persona ludopatica sia stressante, poiché questa potrebbe cadere facilmente nel gioco, così che tutti gli sforzi sembrino inutili. In realtà, la vera difficoltà la vive chi è immerso in questa dipendenza. Proprio per questo, se il gioco d'azzardo è già radicato nella vita del giovane, il miglior modo di affrontare il problema è quello di ricercare un aiuto professionale per la cura della ludopatia.

*Federica Geraci, Ilenia Fea, Giorgia Sardo*

## LA DISPERSIONE SCOLASTICA

Ragazzi, adolescenti, bambini che scelgono di abbandonare la scuola?

Siamo di fronte a un fenomeno che ci vede sempre di più presi in causa, non solo a livello nazionale ma anche globale. Stiamo parlando della dispersione scolastica.

La dispersione scolastica, flagello globale, si insinua anche nel tessuto educativo italiano con una persistenza preoccupante. Sebbene a livello mondiale oltre 258 milioni di bambini e adolescenti siano esclusi dal sistema educativo, l'Italia non è immune da questo fenomeno: secondo dati recenti dell'Istat, il tasso di abbandono scolastico nel paese è del 14,3%, con punte ancora più elevate in alcune regioni del Sud. Le radici della dispersione scolastica sono profonde e molteplici, affondando nella povertà, nelle disuguaglianze socio-economiche, nelle difficoltà familiari; intercorre tra le cause anche un fattore emotivo, che spinge molti giovani ad abbandonare la scuola prima del tempo.

Ma il problema non si limita al territorio nazionale. A livello globale, la dispersione scolastica mina lo sviluppo sociale ed economico, alimentando il ciclo della povertà e dell'ingiustizia. Senza un intervento immediato e mirato, si rischia di perpetuare una disparità educativa che mette a rischio la futura competitività e coesione sociale. Per questo motivo è urgente adottare misure concrete per contrastare questo fenomeno, partendo proprio dalla conoscenza del problema, spesso ignoto. Investimenti nell'istruzione, politiche inclusive e programmi di sostegno sono fondamentali per offrire a

ogni giovane l'opportunità di realizzare il proprio potenziale e contribuire al progresso della società; anche l'utilizzo maggiore degli sportelli psicologici può aiutare a migliorare la parte emotiva che spesso è determinante per gli studenti. Solo così si potrà spezzare il ciclo della dispersione scolastica, costruire un futuro migliore e anche una maggiore passione per l'istruzione.

Un messaggio importante che si può lasciare ad ogni studente che si sente in difficoltà e che vuole abbandonare il proprio ciclo di apprendimento è che *non bisogna permettere alle sfide di fermarci perché il nostro coraggio è la chiave migliore per affrontare ogni difficoltà.*

*Jessica Topalli*



## LIBERTA' NELLA SOCIETA' DEI CONSUMI

La libertà è la condizione di autonomia che permette all'individuo di agire, pensare e decidere, senza essere vincolato da costrizioni e limiti.

Il concetto di libertà nella società a noi contemporanea è strettamente legato all'acquisto: quando compriamo un qualsiasi articolo, ci sentiamo liberi di farlo, dal momento che nessuno può vietarci di compiere tale azione.

L'essere umano oggi è contemporaneamente produttore, prodotto e consumatore; il ruolo a cui è attribuita maggiore importanza è l'ultimo: in vero ciò che accomuna tutti noi è ormai l'esigenza di comprare, poiché il soddisfacimento di tale bisogno ci illude di essere uguali e liberi quanto le persone che ci circondano; in realtà non siamo altro che schiavi del consumismo.

La nostra libertà è stata oppressa dai consumi, siamo dunque tutti sottoposti ad una grande dittatura, la quale annebbia la conoscenza umana.

Sarebbe ingannevole ritenere le nostre scelte di acquisto frutto della nostra mente, siamo costantemente esposti a molteplici propagande che si presentano in forme differenti: per esempio,



quando installiamo un social nessuno ci comunica che vi saranno contenuti pubblicitari. Il nostro tempo libero, che spesso impieghiamo su questi, diventa lo strumento che genera la fittizia esi-

genza d'acquisto.

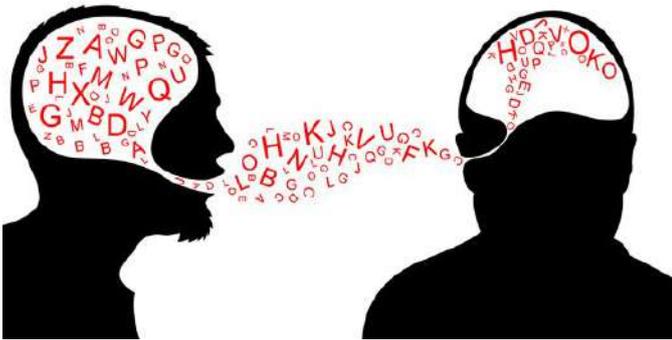
Nella società di oggi è centrale la produzione ed il guadagno che deriva dalla vendita del prodotto. Dobbiamo ricordare che l'eccessiva abbondanza di cui siamo testimoni è pagata a caro prezzo in altre parti del mondo, in cui vengono sfruttate risorse umane e naturali.

Il possesso di beni materiali pare sentenziare il valore dell'essere umano: comprando articoli superflui non necessari alla nostra sopravvivenza, proviamo un effimero senso di appagamento, che presto ci stimolerà a comprare qualcos'altro.

Nella società dei consumi, al fine di decapitare la dittatura che regola le vite dei consumatori, è necessario che essi stessi diventino consapevoli e coscienti.

*Manar Ibourki*

## L'USO DELLE PAROLE



Le parole sono più di semplici mezzi di comunicazione; sono veicoli di significato che hanno il potere di plasmare la mente umana in modi sorprendenti. Le parole possono essere come frecce che colpiscono direttamente il cuore delle emozioni umane. Un complimento genuino può sollevare lo spirito, creare fiducia e connessione. Al contrario, un commento negativo può ferire profondamente e generare insicurezza. È importante rendersi conto del potenziale impatto emotivo delle parole e adottare un approccio rispettoso nell'interazione interpersonale.

Il modo in cui formuliamo le frasi può influenzare significativamente il nostro atteggiamento e il nostro punto di vista. Nelle interazioni quotidiane le parole fungono da ponte tra le menti umane e la scelta delle giuste espressioni può aiutare la comprensione reciproca e rafforzare i legami verso l'altro. Tuttavia, è essenziale non trascurare l'importanza dell'intonazione, del linguaggio del corpo e delle espressioni facciali, che contribuiscono a definire il vero significato dei vocabo-

li pronunciati. Le parole non sono solo riflesso del pensiero, ma possono anche plasmarlo attivamente... Ampliare il proprio vocabolario attivo arricchisce le espressioni e apre nuovi orizzonti di pensiero; un lessico ricco offre la possibilità di esplorare concetti complessi, stimolando una comprensione più approfondita della realtà. Le parole non solo etichettano la quotidianità, ma possono anche contribuire a creare nuovi modi di pensare. Le parole non hanno solo un impatto sulle menti individuali, ma possono plasmare l'intera società e la sua storia. I discorsi dei leader politici, i manifesti sociali e le opere letterarie hanno il potere di trasformare il pensiero collettivo, talvolta anche in "pensiero gregge", e guidare l'evoluzione sociale. È fondamentale comprendere come l'uso delle parole possa influenzare la percezione pubblica e contribuire a modellare il destino di intere comunità.

Riconoscere il potere trasformativo delle parole apre la strada a un uso più consapevole e responsabile del modo di esprimersi. Coltivare un vocabolario diversificato, adottare un linguaggio positivo e prestare attenzione alla comunicazione non verbale sono passi cruciali per massimizzare l'efficacia delle parole. In un mondo in cui la comunicazione è sempre più veloce e immediata, investire nella consapevolezza linguistica può contribuire a una società più compassionevole e comprensiva.

*Lucia Bersano*

## MENTE E CORPO

In vista dei vari impegni presenti nel corso del quinto ed ultimo anno di liceo, che culmina con la prova della maturità, le classi quinte sono state coinvolte in un corso di yoga con l'ex allieva del liceo Martina Daniele.

Il corso prevede una serie di ore in cui si sviluppa un percorso teorico, al cui termine vi sono delle lezioni volte a prendere consapevolezza della propria respirazione, principale focus del progetto.

Martina, infatti, fonda i propri insegnamenti su una serie di competenze specifiche apprese sia nel proprio percorso di formazione sullo yoga, sia frequentando l'accademia di naturopatia a cui si è iscritta dopo la laurea triennale in lingue.

La naturopatia, una specifica branca della medicina alternativa, è infatti utile per stimolare una serie di capacità innate di autoguarigione o di ritorno all'equilibrio originario all'interno del corpo attraverso una serie di tecniche ed elementi naturali.

In questo percorso, gli allievi del liceo hanno cercato di sviluppare o migliorare la consapevolezza della connessione tra mente e corpo, spesso trascurata nella frenesia quotidiana, maturando così il concetto di equilibrio, centrale nelle relazioni ed interazioni di ogni individuo, poiché consente d'imparare a dare e ricevere in maniera proporzionata e ragione-

vole.

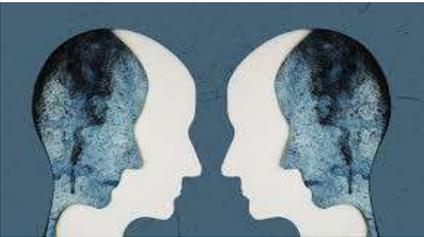
Inoltre, a causa di una serie di modifiche alla conformazione corporea che si presentano durante la crescita in ogni individuo, gli uomini sviluppano una respirazione limitata, che se venisse invece allenata e sfruttata maggiormente sarebbe in grado di produrre una serie di miglioramenti, non solo a livello mentale ed emotivo, ma anche sul piano della salute e delle prestazioni fisiche. In questo modo, infatti, si arricchirebbe il sangue di ossigeno, che andrebbe a nutrire e riparare le varie cellule del corpo, migliorando così la qualità e la durata delle nostre vite!

(Grazie Martina, ne abbiamo bisogno!)

*Anna Balocco*



## LE INSIKUREZZE DEGLI ADOLESCENTI



Quante volte ti è capitato di non sentirti capito?

Spesso i problemi degli adolescenti non vengono presi abbastanza in considerazione e sottovalutati, perché si pensa siano "capricci" o richieste di attenzioni. Più si cresce, infatti, più ci si dimentica che si è stati giovani e si perde la capacità di immedesimarsi negli altri.

Il principale fattore di inadeguatezza sorge all'interno della relazione con gli altri: nel momento in cui ci confrontiamo e nasce un fraintendimento, tendiamo a pensare che la colpa sia nostra e che siamo noi in difetto. Può succedere che agli occhi degli altri le nostre difficoltà risultino banali oppure esagerate, ma in ogni caso non dovrebbero essere sottovalutate, in quanto ciò potrebbe causare disagio.

Riguardo all'adolescenza, lo psicologo Erikson chiama questo periodo della nostra vita "fase di moratoria": questo

è un momento di sperimentazione e ribellione contro i propri genitori, perché cambiano il pensiero e il modo in cui ci esprimiamo; improvvisamente non siamo più la loro copia e iniziamo a crearci una individuale identità.

È anche una fase di passaggio e di attesa prima di entrare nel mondo degli adulti: infatti, ci sentiamo smarriti e i nostri punti di riferimento precedenti non sono più stabili; il futuro, in quanto incognito, ci spaventa e crea ansie e dubbi temporanei, che ci sembrano però permanenti.

Inoltre, frequentemente ci sentiamo soli ed abbandonati, poiché proviamo un senso di inferiorità in confronto agli altri oppure pensiamo di non essere in grado di affrontare la situazione che abbiamo di fronte. Pertanto, è essenziale condividere le proprie esperienze ed emozioni, così da ottenere confronti e rassicurazioni. Ne abbiamo avuto la prova durante la pandemia del Covid-19, in cui siamo stati obbligati a separarci per un lungo periodo dalle persone a noi più care, portandoci a perdere qualsiasi contatto sociale fino a pensare di poter stare bene anche da soli; l'isolamento, infatti, può portare allo sviluppo di malattie mentali come la depressione e l'ansia sociale, ma

anche problematiche di salute fisica (obesità) da cui sono principalmente colpiti gli adolescenti.

Tuttavia "sono gli anni più belli della tua vita" è una delle frasi che frequentemente ci vengono ripetute dagli adulti e dovremmo ricordarcelo più spesso, nonostante gli aspetti negativi che caratterizzano la fase adolescenziale. Per la prima volta, ci sentiamo più liberi ed indipendenti, pronti ad intraprendere nuove scelte e ad affrontare sfide nonostante la paura passeggera, che vinciamo con coraggio. Sviluppiamo una mentalità più aperta, necessaria per conoscere nuova gente e stringere rapporti più intimi.

E' una vita che si rinnova continuamente come noi che, ogni giorno, cresciamo maggiormente come persone.

*Alessia Geraci, Giada Farinelli*



## L'EROE NAZIONALE: DUCCIO GALIMBERTI

Per la Giornata della Memoria le classi quinte del nostro Liceo si sono recate presso il museo "Casa Galimberti" di Cuneo e il "Memo 4345" di Borgo San Dalmazzo. È stata una giornata arricchente e interessante sotto diversi aspetti, in particolar modo per la storia di Tancredi Jr Galimberti, per tutti Duccio.

Duccio Galimberti fu figlio di Tancredi, noto avvocato e politico, i cui valori fondamentali furono senz'altro quelli della rivoluzione francese e quelli risorgimentali, rappresentati dalle numerose statue e quadri di Giuseppe Mazzini e Giuseppe Garibaldi che si possono trovare nella casa in cui visse e che tutt'ora appartiene al comune di Cuneo, il quale l'ha adibita a museo visitabile gratuitamente. Tancredi, insieme alla moglie Alice Schanzer, diede alla luce Duccio e Carlo Enrico, i quali, finché vissero i genitori, non presero mai posizioni durante il fascismo per rispetto della volontà del padre, dichiaratosi invece fascista. Solo alla morte di quest'ultimo i figli poterono dichiarare la loro volontà di schierarsi tra gli antifascisti, tanto che entrambi combatterono durante la Resistenza e Duccio morì proprio a causa delle sue idee, guidando la formazione "Italia Libera"; fu arrestato, torturato e infine ucciso barbaramente. Verrà solo successivamente riconosciuto come eroe nazionale antifascista e insignito della medaglia d'oro al valor militare come partigiano.

All'interno dell'abitazione si trova anche un'immensa biblio-

teca contenente circa 20.000 libri di diverso genere: riguardanti il diritto, la botanica, la letteratura italiana ed europea, la storia in particolar modo quella risorgimentale.

La città di Cuneo ha inoltre dedicato a questo eroe Piazza Tancredi Duccio Galimberti, per onorare la sua memoria.

*Tatiana Filippi*



## PER NON DIMENTICARE



Nel mese di gennaio le classi quinte di ogni indirizzo sono andate a visitare il museo della memoria a Borgo San Dalmazzo. Situato e allestito all'interno dell'ex chiesa di Sant'Anna, il museo ha come obiettivo principale quello di far conoscere alle nuove generazioni l'importanza del ricordo, della memoria: una tematica che, pur apparendo scontata, non viene percepita da tutti come un elemento fondamentale per comprendere appieno le società e – possibilmente - prevenirne futuri errori.

Durante la visita i ragazzi sono stati invitati a ripercorrere le tappe principali che hanno provocato uno degli avvenimenti più atroci e disumani dello scorso secolo: il genocidio degli ebrei. Grazie all'uso di lavagne interattive, brevi filmati di testimonianze di famiglie ebraiche interpretate da attori teatrali, dialoghi esaustivi e dibattiti animati con la guida, è stato possibile coinvolgere con maggiore vigore questi giovani, la cui sensibilità ed empatia hanno confermato quanto non

conti appartenere a una diversa generazione per dimostrare la consapevolezza e la determinazione di non voler ripetere gli stessi sbagli del passato.

Per concludere si è parlato dei Giusti tra le Nazioni, cioè di coloro che hanno rischiato la propria vita per salvare quella degli ebrei. Ancora oggi esistono persone che vanno contro le leggi dettate dal proprio Governo, mettendo a repentaglio la propria sicurezza e incolumità, per combattere l'ingiustizia che ostacola la loro libertà di pensiero, di vivere. Ne è un esempio vivente Olga Misik, una ragazza russa di 17 anni che si è opposta all'oppressione della polizia leggendo ad alta voce la Costituzione, affermando il proprio diritto di protestare pacificamente. Pertanto, si può imparare che essere una *persona giusta non significa seguire ogni regola che viene impartita dalla società, ma essere in grado di riconoscere il Male, contro il quale bisogna avere il coraggio di opporsi, smettendo di nascondersi nella massa, per fare in modo che il Bene non venga dimenticato.*

*Hanah Joy Valenti*



## SENTIMENTI

Auschwitz, 12/02/2024

Sono le 08.44 quando varchiamo il cancello di Auschwitz I. Sopra di noi la scritta, quasi ammonimento, *Arbeit Macht Frei*. Sento un brivido che mi scorre sulla pelle. So che, se mai mi sentissi male, potrei fare affidamento sui miei compagni di viaggio e sulle tutor.

Immediatamente mi sento perso: di fronte si apre questo vasto insieme di blocchi in muratura, tutti uguali... cambiano solo il numero e le funzioni a cui sono adibiti. La guida ci porta in alcuni di questi, iniziando così a ripercorre la storia del campo e dei deportati.

Arriviamo dunque in una serie di sale dove sono esposti gli oggetti personali dei deportati: valigie, pentole, occhiali, scarpe... è qui che si comprende l'inganno teso dai nazisti, è qui che si comprende la marea di gente che è arrivata in questo posto. Per consolidare quest'ultima immagine, ci ritroviamo di fronte ai capelli tagliati alle donne uccise nelle camere a gas: sono 7 tonnellate... tradotto: di fronte a noi ci sono circa 70000 donne uccise. Rimango colpito anche dalla quantità di scatole di Zyklon B esposte... è terrificante immaginarsi ulteriori persone uccise.

Sento che interiormente inizio a cedere, ma continuo a seguire la visita.

Un ulteriore colpo mi viene poi inferto dalla sala in cui sono raffigurati i simboli che contraddistinguevano i deportati: la stella a 6 punte per gli ebrei, un triangolo rosso per i politici, uno blu-viola per gli zingari, uno rosa per gli omosessuali, etc. Cercando su internet, si possono trovare queste informazioni e dettagli, però vedere il tutto dal vivo è estremamente differente. È questo il momento che mi tocca nel profondo: realizzo effettivamente che quasi tutti noi saremmo potuti essere qui deportati per un motivo o l'altro. Ammetto che per dei minuti il mio cervello non ha più connesso i vari stimoli provenienti dall'esterno... sono perso nei miei pensieri e nelle mie preoccupazioni.

La visita continua: camerate, i servizi igienici; ma anche le stanze delle torture... un senso di claustrofobia mi assale pensando alle celle di detenzione da 1 m<sup>2</sup>, in cui erano rinchiusi fino a 4 persone.

L'ansia e l'angoscia iniziano ad attenuarsi.

Concludiamo la visita del campo con le camere a gas e i forni crematori: tutto ciò mi genera ribrezzo... l'ambiente è umido, percepisco un'aria pesante... evito di immaginarmi le scene e resto pertanto per pochissimo tempo in questi ambienti.

Al pomeriggio la visita prosegue ad Auschwitz II, ossia Birkenau.

Una volta entrati si apre ai miei occhi una distesa immensa (oserei dire infinita) di capanne in legno, di baracche di cui ci sono arrivati solo i perimetri delle fondamenta e le stufe. Qui mi rendo conto della vastità di questa macchina di morte. Entrare nelle capanne, osservare le ricostruzioni dei letti e ascoltare le descrizioni delle condizioni di vita mi permette di continuare a riflettere. Penso a quanta forza potessero avere i deportati, penso ai loro sacrifici, ai loro atti di coraggio (storie di condivisione, di aiuti).

A Birkenau si cammina tanto, Birkenau è immensa. Birkenau è anche speranza: la baracca "abitata" dai bambini, i disegni che regalano loro uno spiraglio di luce... però non hanno identità, non sanno i propri nomi... il loro nome è un numero tatuato.

La visita termina con l'invito a ripercorre da soli la strada dal Memoriale all'uscita dal campo: decido di camminare un po' per i binari, un po' per la "rampa"... inizia anche a piovare, si crea un'atmosfera grigia... mi immergo nuovamente nei miei pensieri: ascolto la mia "pancia". Di fronte a me vedo altre decine e decine di ragazzi che stanno compiendo la stessa strada, in modo sparso, disordinato, confusionario. Ognuno sta pensando a qualcosa: le nostre emozioni sono diverse, ed è normalissimo.

È sera, sono tornato in hotel, sono in camera con alcuni miei compagni. Prendo coraggio, chiedo ad uno di loro come abbia vissuto la giornata; dopo mi apro anche io... non è semplice parlare delle proprie emozioni, sensazioni... ma oggi ho imparato a farlo. Sì, ho in parte ansia, percepisco ancora quell'angoscia, sento in parte le mie mani tremare... giocherello con un libro mentre esprimo le mie sensazioni. Si forma un clima comprensivo, di dibattito, di ascolto.

Anche scrivendo queste righe ripercorro le stesse emozioni, per certi versi le sento anche più amplificate... questo viaggio mi ha cambiato, mi ha insegnato ad apprezzare ogni singolo momento, mi sono reso conto di come l'uomo non sia cambiato più di tanto: viviamo in un mondo pieno di atteggiamenti, comportamenti, discriminazioni e violenza ... i requisiti del genocidio.

Laurentiu Velcea





## SCUOLAZOO: “SE NON LO VIVI NON CI CREDI”

Sicuramente vi sarà capitato almeno una volta di scrollare su Instagram e trovare un post di ScuolaZoo, magari un meme sui professori, un video informativo su qualche novità scolastica oppure delle interviste a studenti o personaggi celebri nel mondo della scuola. Ma vi siete mai chiesti cosa sia effettivamente ScuolaZoo? “Ad oggi è un social media brand vicina agli studenti sotto forma di diario, sito e profili social che si occupa di migliorare l’esperienza scolastica di tutti i giovani d’Italia, facendo da tramite tra scuole e Istituzioni di più alto livello, con lo scopo di rompere le barriere e superare problemi” Questa è la definizione data da Liban Mohamed Ali, della classe 3BL, membro dello staff di ScuolaZoo, intervistato al fine di chiarire la storia, gli obiettivi e le opportunità di questo brand.

*Come ti sei avvicinato a ScuolaZoo e di cosa ti occupi?*

“Sono entrato nel mondo di ScuolaZoo due anni fa, quando facevo il rappre-



sentante d’Istituto. Decisi di svolgere quel ruolo in ausilio di questo brand tramite il progetto R.I.S (rappresentanti d’istituto SZ), da lì è iniziato un network di conoscenze e opportunità che ho saputo cogliere, così da arrivare ad ottenere un ruolo come membro staff. Normalmente sono un multimedia content creator ma se si parla invece di ScuolaZoo Viaggi, oltre a creare contenuti per i social, sono membro dello staff che accompagna i ragazzi per questa avventura.”

*Che esperienza ti dà ScuolaZoo come staff e come studente?*

“È sicuramente un’occasione per conoscere nuove persone, avere un confronto aperto e vasto, uscire dalla propria comfort zone, migliorare le capacità organizzative e capire come funziona veramente la scuola. Inoltre mi ha messo alla prova: affrontando certe difficoltà sono maturato e ho imparato a mettermi in gioco.”

*Che cos’è ScuolaZoo Viaggi e perché consiglieresti di partecipare?*

“Il progetto nasce nel 2007 ed è un’occasione per i giovani di viaggiare in destinazioni Europee, conoscendo nuove persone e vivendo avventure indimenticabili. Alla domanda “perché partecipare” non posso che rispondere con il nostro motto: “Se non lo vivi non ci credi””.

*Arianna Galvagno*

## PILLOLE PER AFFRONTARE IL LICEO

Camminando tra i corridoi della scuola ho notato i visi impauriti e confusi dei ragazzi di prima superiore. Quegli sguardi mi riportano indietro di 5 anni, quando mi sentivo inadatta e troppo piccola al contesto che stavo vivendo. Mi sentivo come si suol dire

“un pesce fuor d’acqua”: non conoscevo nessuno, abitavo lontano dalla scuola e avevo riscontrato diverse difficoltà nell’apprendimento di alcune materie. Non mi reputavo all’altezza di un liceo linguistico, a tal punto che avevo considerato l’idea di cambiare scuola.

Un giorno una mia professoressa disse a tutta la classe: “Il liceo è un viaggio che durerà 5 anni. Voi siete l’equipaggio di questa barca, spesso troverete delle tempeste e dovrete farvi forza l’uno con l’altro, ma ci saranno anche giorni sereni e si formeranno ricordi indimenticabili”. Quel breve discorso mi aveva spinto a concedermi “una seconda possibilità”. Ho così continuato per la strada che avevo scelto, perché inconsciamente sapevo che era la decisione giusta.

Nonostante le difficoltà sono al quinto anno di liceo con un bagaglio pieno di esperienze, emozioni, ricordi e amici.

La mia esperienza non è niente di speciale o di mai sentito prima, però, rivolgendomi alle classi del biennio, vorrei scrivere alcuni consigli che la me di prima superiore avrebbe voluto sentirsi dire:

1. **Abbiate coraggio di intervenire liberamente in classe e dire la vostra opinione, anche se si ricevono battute o sguardi storti: nessun compagno è superiore o inferiore a voi. Come recita un vecchio proverbio “siamo tutti sulla stessa barca”.**

2. **È normale avere timore dei professori, però si può tranquillamente richiedere la spiegazione e confrontarsi nel caso di possibili malintesi, spiegando il vostro punto di vista e cercando di capire anche il loro.**

3. **ORGANIZZATEVI lo studio (e mantenete i vostri programmi): questa è la chiave per affrontare il più serenamente possibile il liceo.**

Buon fine anno scolastico a tutti.

*Chiara Alliani*



## “IL MIO ANNO DI RIPOSO E OBLIO” - OTTESSA MOSHFEGH

Avete mai letto un libro il cui protagonista viene descritto nelle sue caratteristiche più odiose, la trama rimane soffusa e confusa tra le nebbie e le veglie agitate in cui egli cerca di perdersi con lo scopo di riuscire a concedersi un “anno di riposo e oblio”, in cui perdere il contatto con il mondo e con una società che sembra ormai aver perso ogni connotazione positiva, o anche solo interessante?

Quello che ho appena descritto è uno di quei libri che rimangono in testa così a lungo dopo averli letti, che il loro significato reale diventa chiaro solo parecchio tempo dopo averne terminato la lettura. O almeno, questo è ciò che è successo a me, ciò che ha trasformato ai miei occhi una storia all'apparenza sbagliata e inconcludente (una caratteristica dell'autrice sono proprio i finali sospesi) in una profonda indagine della realtà della vita, che non è quasi mai descrivibile tramite una catena di cause ed effetti, in cui ciascuno di essi si tinge di bianco oppure di nero. Essa è qualcosa di grottesco, esilarante, strepitoso, triste, sfiante e spaventoso allo stesso tempo,

qualcosa che non può mai essere compreso del tutto.



Questa narrazione, così naturalmente indisponente, rispecchia un realismo non sempre facile da cogliere: il fatto che una ragazza bella, ricca, laureata e con un buon lavoro si accorga di non sopportare più l'insieme di finzioni a cui la costringe la società, e decida di “ibernarsi”, per “preservarsi”, per

“salvarsi la vita”, comportandosi in modo sgradevole ed egoista nei confronti di tutti, riflettendo sulla propria vita e su quella degli altri in modo freddo, senza davvero affrontare i traumi e le emozioni, in prima analisi non sembra poter essere empatizzato, ma, concretamente, rappresenta la realtà dell'umano. La paura dei sentimenti, la frustrazione che può germogliare anche nella più perfetta delle esistenze, la stanchezza che deriva dal non sentirsi appagati o a proprio agio nella quotidianità, il risentimento nei confronti di una società che tende a omologare... queste e molte altre sono le emozioni che universalmente “governano” la vita umana, e che ogni membro nella società sperimenta, cercando una via di fuga: dormire è solo la scelta più intuitiva.

Melissa Vercelli

## ONE LIFE (2023)

Un'impresa da ricordare, un uomo che ha mostrato astuzia e opposizione contro eventi incontrollabili, regalando una vita migliore a centinaia di bambini: *One life* racconta proprio questo.

Si tratta di un film che inscena le vicende di una storia vera in modo coinvolgente e commovente grazie all'eccezionale interpretazione dell'attore Anthony Hopkins.

Il protagonista del film è Nicholas Winton, broker londinese, che riuscì a salvare, da una morte quasi certa, 669 bambini minacciati dall'invasione nazista del 1938 organizzando la loro fuga da Praga.

Questa fu una grandiosa operazione umanitaria, nota come *Operazione Kindertransport*, portata a termine in poco tempo grazie alla collaborazione di Martin Blake, Doreen Warriener, economista britannica, e la madre di Winton Babette.

Winton riuscì a far partire 8 treni di bambini cecoslovacchi per la Gran Bretagna, dove vennero ospitati da famiglie affdarie. Ne era previsto un nono, per il 1° settembre 1939, ma fu bloccato dall'invasione della Polonia da parte di Hitler.

L'operazione non fu mai raccontata da Winton, poiché era divorato dal senso di colpa per non esser riuscito a salvare alcuni bambini, e non pensava alla grandiosità del gesto compiuto.

Tuttavia il suo lavoro fu riconosciuto negli anni '80, nella

trasmissione *That's Life!*, grazie alla quale ebbe l'occasione di incontrare parte dei bambini, ormai adulti.

La visione di *One life* porta, oltre che a un'ondata di forti emozioni, anche a una profonda riflessione interiore, in quanto fornisce un'importante testimonianza storica da non dimenticare e da cui prendere esempio.

Giulia Piano, Elisabetta Rivoira



## "LIBRI DA ARDERE" DI AMÉLIE NOTHOMB

Tra i vari scritti dell'autrice contemporanea belga Amélie Nothomb, accanto ai più celebri come "Sete", ce ne sono altri meno noti da scovare, ma altrettanto intriganti.

"Les Combustibles" (1994), così si chiama la versione originale in francese che letteralmente significa "i combustibili", si presenta come un testo teatrale che sfiora appena le novanta pagine.

La trama si costruisce interamente sul dialogo tra un professore e due studenti universitari, Marina e Daniel, tutti e tre sono costretti a scegliere tra salvare la letteratura o ardere i libri per sopravvivere al freddo gelido non solo dell'inverno, ma soprattutto della guerra.

Privo di contestualizzazione storica o ambientazione geografica, il dialogo è sufficiente a sollevare importanti dubbi etici riguardo alla tematica della guerra, e non solo, che possono aiutare a riflettere anche con uno sguardo all'attualità.

Nel libro, in particolare, è sollevata la problematica del valore della letteratura: la guerra e il gelo portano i protagonisti a rivedere la propria "gerarchia dei bisogni" e scegliere se trasformare un libro in combustibile o se rifugiarsi nei racconti.

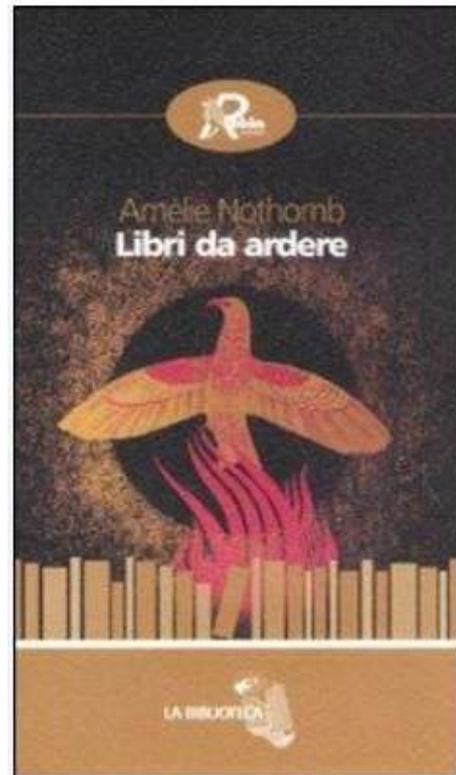
Inoltre anche la questione del privilegio è una chiave fondamentale del dialogo: la disparità tra uomo e donna si palesa con la presenza costante del freddo acuto che rende Marina, giovane ed esile, sempre più debole, e dunque soggiogabile dal professore.

Sebbene le premesse siano buone e gli spunti di riflessione stimolanti e significativi, nessuno dei temi trattati viene svi-

scerato a fondo dall'autrice e dopo la lettura permane poca sostanza e concretezza della vita reale.

In generale, dunque, si può affermare che "Les Combustibles" non sarebbe tra i primi ad essere arso, ma neanche tra gli ultimi.

Marta De Biase



## "L'ELEGANZA DEL RICCIO"

"L'eleganza del riccio", celebre romanzo di Muriel Barbery, è stato pubblicato in Italia nel 2007 dalla casa editrice "Edizioni e/o" e ha ottenuto fin da subito un grande successo.

Le protagoniste del libro sono Renée Michel, portinaia del numero 7 di Rue de Grenelle di Parigi e Paloma Josse, ricca ragazzina che vive con i suoi genitori e la sorella in un appartamento del palazzo in cui la donna lavora. Queste due figure, apparentemente diverse l'una dall'altra, hanno in realtà un interesse in comune, la cultura. Renée apprezza, infatti, il mondo giapponese, ama la letteratura, specialmente quella russa e le piace l'arte, ma tende a nascondere la propria erudizione, come se fosse motivo di vergogna. Paloma, invece, è una ragazzina di dodici anni e viene definita dall'autrice stessa un "giudice dell'umanità", che matura la decisione di morire suicida e di incendiare la propria abitazione a causa del disprezzo



provato verso la sua famiglia medio-cra. Ad un certo punto, però, le storie di questi due personaggi così lontani tra di loro si intrecciano e, soltanto insieme, scoprono che alla fine la vita è questo: molta disperazione, ma anche qualche istante di bellezza in cui il tempo non è più lo stesso.

Con le loro riflessioni e debolezze le due protagoniste ci invitano ad andare alla "ricerca del sempre nel mai" ed è proprio questo il bello del crescere.

Consiglio questo libro a chiunque voglia cambiare, perchè non è mai troppo tardi per essere la versione migliore di se stessi.

Angelica Gregorio

## IL PASSATO È UNA TERRA STRANIERA

*Il passato è una terra straniera* è il secondo romanzo dello scrittore ed ex -magistrato Gianrico Carofiglio, pubblicato nel 2004 da Rizzoli e vincitore del Premio Bancarella 2005.

L'opera, che rientra nel genere noir, presenta i tratti tipici del romanzo picaresco: si può infatti riscontrare la narrazione in prima persona dei fatti, dall'infanzia alla maturità, passaggio che avviene attraverso un evento infelice, nel quale il protagonista deve compiere azioni disdicevoli per sopravvivere.

Bari, anni '80. Giorgio, studente borghese di giurisprudenza, conosce durante una festa Francesco, esperto di cartomagia.

Tra i due nasce un'amicizia fatta di partite a poker e bische clandestine, nelle quali il secondo insegna al socio



l'arte del baro, per poi vincere insieme del denaro. Con il passare del tempo, però, Giorgio si allontana sempre di più dalla sua routine, composta da una

famiglia benestante, una fidanzata fedele e studi universitari eccellenti, e conosce il lato più ambiguo di Francesco, fatto di violenze, traffici illegali, droghe e alcol.

Dopo alcune divergenze, i due si ritrovano, ma Francesco, dopo aver tentato di violentare una giovane - che Giorgio riesce a salvare - è abbandonato dall'amico, che torna alla vita "di prima" cercando di dimenticare quanto avvenuto.

Il titolo stesso del romanzo, tratto dal libro *L'età incerta* di L. P. Hartley (*The past is a foreign country*), esplicita il disincanto, con cui si chiude il romanzo, di Giorgio di fronte alla possibilità di essere realmente libero dal proprio passato.

Martina Alberto

## "UNA SEMPLICE GUIDA NEL MONDO DI MIYAZAKI"

È sabato sera; per l'ennesima volta siete entrati nel vortice incessante dell'indecisione sulla scelta del film da guardare e il livello di saturazione per il cinema occidentale ha raggiunto il suo picco massimo. In tal caso potreste dare una possibilità ad uno dei più celebri produttori e fumettisti del Sol Levante, Hayao Miyazaki: egli è fondatore del celebre Studio Ghibli, premiato agli Oscar e al festival del cinema di Venezia e paragonato al collega americano Walt Disney.

La sua produzione di film animati è vasta e variegata, seppure alcuni temi come amore, guerra, ambientalismo, pacifismo, infanzia e volo siano particolarmente ricorrenti. Il rischio potrebbe essere quindi quello di ricadere nuovamente in uno stato di disorientamento relativo alla scelta del film giusto per la serata.

Se così fosse, ecco alcune indicazioni per non sbagliare, con la dovuta premessa che ogni opera vi regalerà forti emozioni e spunti di riflessione.



Se foste indirizzati verso azione e avventura, allora "La principessa Mononoke" e "Laputa - Castello nel cielo", ideali per chi è sensibile alle tematiche ambientali, e "Porco Rosso", di impianto politico e molto significativo per l'Italia, si prestano



bene alle vostre esigenze.

Diametralmente opposti per impatto e per l'avvicinarsi della storia sono "Il mio vicino Totoro" e "Kiki - Consegne a domicilio", ideali per chi avesse bisogno di una coccola serale, a cui si aggiunge una riflessione sulla natura e sulla crescita.

Per chi, infine, volesse addentrarsi nella sfera più magica e introspettiva dipinta dall'autore, fanno al caso vostro "La città incantata", significativo nella nostra società capitalista, "Ponyo sulla scogliera", simbolico per il percorso di crescita e incomprensione in famiglia, "Il castello errante di Howl", un inno alla pace e all'amore.

Dulcis in fundo per il testamento dell'autore, ovvero la sua ultima opera piena di riferimenti ai suoi lavori precedenti, apoteosi dell'enigmaticità e della surrealtà: "Il ragazzo e l'aerone" è un vero e proprio capolavoro.

Siccome la pensione sembra una dimensione utopica per Miyazaki, chissà cosa ci regalerà in futuro.

Camilla Gervasio

## JANNIK SINNER, LAVORO E VOLONTÀ'

'Jannik Sinner' sono un nome e un cognome che non suonano italiani, ma che in realtà appartengono a un campione italianissimo. Nativo della val Pusteria, di un paesino a soli 7 chilometri dal confine austriaco, il "nostro" tennista cresce dedicandosi fin da piccolo a diverse attività sportive. Gioca a calcio come ogni bambino italiano, da bravo montanaro, pratica lo sci con buoni risultati e d'estate è eccelle con la racchetta da tennis in mano. I genitori non intendono in alcun modo condizionarne le scelte, non hanno mai voluto creargli pressioni, lasciandogli la libertà di scegliere la sua strada, nella vita e nello sport. E' così che, alla giovanissima età di 13 anni, Jannik decide di optare per il tennis e di andare via di casa, per raggiungere l'accademia del "talent scout" Riccardo Piatti. Si racconta che, al momento del saluto ai genitori, che lo avevano accompagnato in Liguria, Sinner si sia limitato a un semplice abbraccio, indice fin d'allora di un grande controllo delle emozioni e di quella determinazione che avrebbe poi mostrato in futuro. Sui campi da tennis di Bordighera affina una lezione che conosceva già: per poter emergere a grandi livelli nello sport, bisogna dedicarsi intensamente al lavoro. L'altoatesino ha sovente affermato che non esiste un segreto per i suoi successi, ma che è tutto frutto dei duri allenamenti e, quando si è sconfitti, non resta che complimentarsi con il proprio avversario e tornare a lavorare ancora di più. Questa etica del lavoro gli è stata trasmessa dai genitori, persone normali che hanno sempre

fatto sentire il loro sostegno da lontano, con discrezione, senza alcuna invasione di campo, insegnando al figlio che alla fine si tratta solo di partite di tennis e che esistono cose più importanti nella vita. Jannik ha imparato perfettamente la lezione: festeggia le vittorie in maniera contenuta, durante le partite non si lascia andare a proteste plateali o gesti antisportivi, in campo è un esempio di rispetto e di buona educazione, tanto che molti lo considerano un modello da seguire. Ma la cosa più straordinaria è che, nonostante i suoi trionfi, Jannik è rimasto lo stesso di prima: un ragazzo semplice che, quando impugna la racchetta, pensa solo a dare il meglio di sé e a divertirsi.

Matteo Penna



## NUJABES: SE PASCOLI AVESSSE FATTO HIP HOP (e fosse stato giapponese)



Non si sanno molte cose sul suo conto: il suo vero nome è Jun Seba, nasce il 7 febbraio del 1974 a Tokyo, poche interviste, praticamente mai uscito dal Giappone, è morto poco prima che l'era di internet super interconnessa potesse spargere il suo nome su ogni social e renderlo famoso. Eppure Nujabes, nel suo silenzio, è riuscito a influenzare e cambiare per sempre l'hip hop.

Oltremare, negli Stati Uniti, verso la fine degli anni 90 era in corso una vera e propria rivoluzione nell'hip hop: nomi come Nas, 2Pac, Notorius B.I.G. e Jay Z si prodigavano nello scolpire un genere nato solo una ventina di anni prima. Anche la scena musicale di To-

kyo si stava evolvendo ed è anche per questo che all'epoca la metropoli aveva la più grande concentrazione di negozi di dischi e vinili al mondo. Uno di questi apparteneva a Nujabes, il Guinness Records. È proprio da qui che prenderà i campionamenti per le sue produzioni, un mosaico formato da varie sezioni di pezzi jazz e soul in chiave hip hop, iniziando ciò che oggi è uno dei sottogeneri più ascoltati sulle piattaforme di ascolto streaming, il lofi hip hop.

Anche se Nujabes ha effettivamente influenzato questo sottogenere, il suo lavoro resta diverso dal "lofi hip hop radio - beats to relax/study to" a cui si può subito pensare: la sua musica è capace di stabilire una connessione con l'immaginazione di chi l'ascolta e trasportarla in un mondo ideale, pacifico. Canzoni come "Aruarian dance", prodotta per la colonna sonora dell'anime "Samurai Champloo" (un anime che unisce l'atmosfera samurai del Giappone feudale con l'hip hop), incorporano perfettamente il suo lavoro: un mix di nostalgia e malinconia che al contempo trasmette speranza e gioia.

Durante la sua vita ha pubblicato solo

due album: "Metaphorical Music" nel 2003 e "Modal Soul" nel 2005 e ha collaborato sempre solo con artisti dell'underground Giapponese e Americano. Purtroppo Nujabes muore nel 2010 all'età di 36 anni: rimane vittima di un incidente all'uscita di un'autostrada di Shibuya.

La poca musica che ha lasciato e la meticolosità nella scelta dei suoi samples gli hanno permesso di collaborare solo con artisti poco conosciuti e in un certo senso anche la sua riservatezza evidenzia l'obiettivo ultimo di Nujabes: esprimersi veramente attraverso la musica, e per come sono andate le cose, diventare la musica stessa.

Maxim Grecu

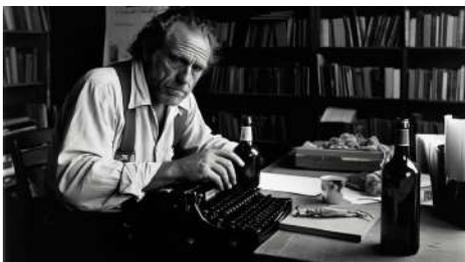


## BUKOWSKI: SFRONTATO PROVOCATORE O GENIO LETTERARIO?

Molti avranno sentito parlare di Charles Bukowski tramite i social media, nei quali compare spesso qualche sua celebre citazione, molte volte usata come *ipse dixit*: anzi, possiamo dire che egli abbia avuto una vera ondata di successo negli ultimi anni, perché con il suo stile descrittivo e privo di eufemismi riesce ad esprimere in una sola frase concetti per cui molti autori impiegherebbero pagine intere. Il che però ci porta anche a pensare a come l'era del citazionismo social abbia distrutto Bukowski: non si riflette più sul significato profondo che l'autore intendeva dare alle sue opere, ma solo sul loro tema amoroso-sessuale.

Così leggendolo, si presenta come uno scrittore dal linguaggio volgare e spregiudicato, un ciarlatano a cui piaceva scrivere porcherie: ma è questa la verità?

Bukowski è un autore di letteratura classica moderna, nei cui libri ritroviamo la calda atmosfera della Los Angeles del '900. I suoi protagonisti, spesso suoi stessi alter-ego, sono ubriaconi, donnaioli e ludopatici, che all'apparen-



za non sembrano rappresentare nulla se non il divertimento di un autore nel parlare di temi così laidi. Ai suoi scritti viene infatti spesso associato il "realismo sporco", nel vero senso di scurrile e volgare; ma se si analizza a fondo, si può leggere tra le righe una critica al conformismo e alla società

dell'epoca, che lui appunto intende rappresentare attraverso il suo stile conciso e temi impudici. Come in *Pulp* (1994), ci si può soffermare semplicemente sulle scorribande di un detective dai metodi di investigazione discutibili, un "vecchio sporcaccione": ma se si presta attenzione, si può cogliere il tema dell'arrivo della morte, con personaggi strani e avventure surreali.

Insomma, molti si fermano all'apparenza di quello che leggono nei romanzi di Bukowski, ma forse dovremmo sforzarci di intravedere tra le righe come egli cercava di travestire temi difficili da esprimere sotto queste sue "maschere di volgarità".

Sara Bechis

## KIERKEGAAR, BOWIE E TUTTI GLI ALTRI

Søren Kierkegaard, filosofo danese della prima metà dell'Ottocento, scelse attraverso le sue opere di presentare al mondo le diverse possibilità esistenziali. Poco più di un secolo dopo, David Bowie scelse un mullet rosso e un ombretto eccentrico: nacque così Ziggy Stardust. Seppure in modi e tempi diversi, entrambi seppero adottare la giusta via di comunicazione per farsi strada nelle vite delle persone.

Kierkegaard per primo scelse di pubblicare molte delle sue opere sotto pseudonimi. Comunemente usati per mascherare e celare la vera identità degli autori, gli pseudonimi in Kierkegaard diventano invece strumento per esprimere al massimo i contenuti degli scritti: per il pensatore danese la filosofia è filosofia dell'esistenza e a ogni individuo appartiene una verità soggettiva, non valida per gli altri individui, ma non per questo meno vera. La comunicazione filosofica non si può limitare ad un semplice indottrinamento, ma deve rompere le barriere che separano autore e lettore con lo scopo di incoraggiare quest'ultimo a trasformare in azione le parole da lui lette.

David Bowie utilizza un procedimento analogo quando dà vita ai suoi alter-ego. La star inglese, però, si spinge ancora

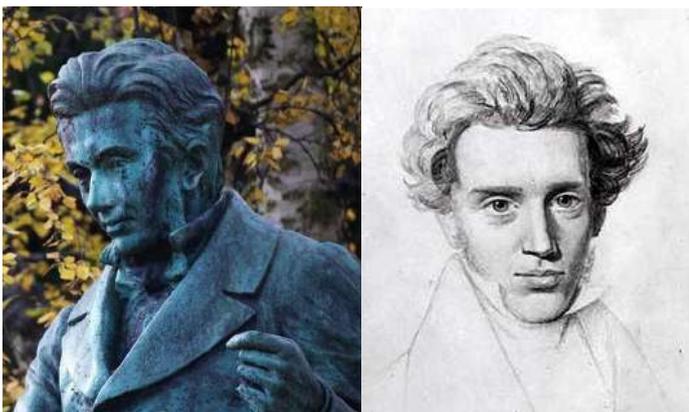
più a fondo nella tana del Bianconiglio: Bowie porta i suoi personaggi sul palco, ne indossa gli abiti, ne adotta i movimenti, le virtù, i vizi, e anche gli eccessi. Durante il periodo del Thin White Duke il cantante rilasciò scioccanti dichiarazioni che fecero addirittura pensare si fosse avvicinato a fascismo e neonazismo, spiegando poi che faceva tutto parte del personaggio che stava interpretando. Lui stesso seppe comprendere quanto l'identificazione tra individuo e perso-



naggio fosse pericolosa, tanto da voler pubblicamente "uccidere" Ziggy Stardust il 3 luglio 1973 all'Hammersmith Odeon di Londra, in uno dei concerti che sono passati alla storia. Più tardi dichiarerà: «Non riuscivo a capire se fossi io a creare i miei personaggi o se fossero i miei personaggi a creare me, oppure se eravamo la stessa cosa».

Ciò che Kierkegaard e Bowie seppero fare fu raggiungere, vestendo i panni di molti, l'esistenza di ognuno, in un dialogo sempre aperto e personale ricordandoci che la cosa migliore che possiamo fare al mondo è essere noi stessi.

Caterina Gianolio



## VIRGINIA WOOLF, ANIMA TORMENTATA PER SEMPRE ETERNA



Nasceva 142 anni fa la brillante scrittrice Virginia Woolf. Crebbe in un ambiente vittoriano, da lei sempre disprezzato, e ricevette una raffinata educazione. Due eventi tragici segnarono la sua vita: gli abusi da parte dei fratellastri e la morte della madre nel 1895. Poco dopo iniziarono a manifestarsi i primi sintomi della sua malattia: disturbo bipolare e psicosi. Woolf alternava periodi di depressione acuta a periodi di mania, sentiva voci maschili che la definivano “inutile” ed era incapace di prendersi cura di sé. Tuttavia, come scrittrice era abilissima a descrivere l’instabilità della sua mente.

In seguito, fondò un gruppo di intellettuali, il *Bloomsbury Group*, e proprio in questi anni si avvicinò al movimento delle suffragette. Era, infatti, una convinta femminista, come emerge dalla sua opera *Una stanza tutta per sé*, che riflette il rapporto tra le donne e la scrittura. Tale relazione è rison-

trabile anche sul piano sentimentale dalla stessa Woolf con la sua storia d'amore con Vita Sackville-West, narrata nel romanzo *Orlando*.

Ciò che la distingue da tutti gli altri scrittori è la sua acuta abilità nel rendere i personaggi umani non soffermandosi sul loro modo di fare o di parlare, ma descrivendo le loro menti e i pensieri più oscuri. Questa tecnica prende il nome di “flusso di coscienza” e Woolf la arricchiva con moltissime metafore, similitudini e allitterazioni.

Nel 1940, la Gran Bretagna era bombardata costantemente dai tedeschi e in questo clima di violenza Woolf, dichiaratamente antinazista, decise di annegarsi nell’acqua gelata di un fiume, il 28 Marzo 1941.

Per Woolf tutto ciò che c’è da sapere dell’esistenza umana è presente quotidianamente nella nostra vita e proprio qui risiede la forza delle sue opere, poiché ritiene che ci sia bellezza in ogni singolo istante.

Virginia Woolf visse una vita di tormenti e dolore, ma riuscì a comprendere la complessità e la fragilità della condizione umana, capacità che la rende ancora oggi una scrittrice attualissima e per sempre eterna.

Per concludere, si riporta in seguito una citazione tratta da *Una stanza tutta per sé*: “Chi mai potrà misurare il fervore e la violenza del cuore di un poeta quando rimane preso e intrappolato in un corpo di donna?”

Giulia Allamandri

## ANTONIO DIODATO



Antonio Diodato, conosciuto in arte come “Diodato”, è uno degli ultimi partecipanti al festival di Sanremo 2024, al quale ha partecipato con la canzone “Ti muovi”. Questo singolo è un inno alle ultime possibilità, classificatosi tredicesimo nella finale. Durante questo festival è stato coinvolto all’interno di un meme, per il quale è stata modificata la sua pagina di Wikipedia, in cui venne scritto che in realtà lui fosse il rapitore di Aldo Moro (ex leader della Democrazia cristiana), insieme a Ghali e Dargen D’Amico.

Questa non è la prima partecipazione del cantautore al festival: ne ha già, infatti, preso parte altre volte, come nel 2020, quando vinse con il singolo “Fai rumore” attraverso il quale l’artista cerca di spiegare che la mancanza di comunicazione è ciò che spesso porta moltissimi di noi a chiudere rapporti con persone di cui siamo addirittura innamorati: questo singolo vuole comunicare come dopo una storia d’amore conclusa ci si possa rialzare, tornando a credere nell’amore.

Quando vinse il festival, non ebbe la possibilità di partecipare all’Eurovision a causa del covid, ma gli fu permesso di esibirsi successivamente nel 2022.

Partecipò anche nel 2018 con il brano “Adesso”, cantato in coppia con Roy Paci; con questo singolo l’autore spiega di star conducendo un dialogo con sé stesso riguardo la difficoltà di vivere un momento importante per via di diverse distrazioni.

La sua prima volta alla kermesse sanremese fu però nel 2013, quando si classificò secondo con il singolo

“Babilonia”. Questa canzone fu importante per Diodato, che si impegnò nel riflettere su tutte le sfide che la vita gli stava proponendo sul suo cammino e che cercava di affrontare nel migliore dei modi.

Ha vinto ulteriori premi, come il David di Donatello per la migliore canzone originale, con la canzone “Che vita meravigliosa”, usata come colonna sonora del film “La dea fortuna”, per cercare di ricreare una sensazione di casa a chi l’ascoltava.

Vittoria Gazzera



## TESLA CYBERTRUCK

Sul piano automobilistico, Tesla si è affermata come precursore della tecnologia elettrica, dimostrandosi rivoluzionaria nella produzione di macchine completamente elettriche.

Nel 2019 venne presentato un nuovo esemplare di automobile che si differenziava da tutti gli altri: si tratta della Tesla Cybertruck. Nonostante un leggero ritardo rispetto al calendario ufficiale, un fenomeno comune per i modelli Tesla, il Cybertruck sarà inizialmente disponibile nei mercati statunitensi. Tuttavia, la versione più accessibile a trazione posteriore sarà posticipata fino al 2025, e il prezzo sarà notevolmente più elevato rispetto alle previsioni del 2019.

Il primo impatto con il Cybertruck è senza dubbio visivo. Il suo design è radicalmente diverso da qualsiasi altro pick-up sul mercato, con linee angolari e una carrozzeria in acciaio inossidabile spesso che gli conferisce un aspetto quasi da veicolo spaziale. È naturalmente privo di vernice, progettato per resistere persino a colpi di arma da fuoco. Questo design non solo è esteticamente sorprendente, ma serve anche a garantire una durabilità eccezionale, con la promessa di resistenza alla corrosione nel corso degli anni.

Oltre al suo aspetto esteriore, il Cybertruck è una vetrina di tecnologia avanzata. Essendo un veicolo completamente elettrico, è un contributo significativo nella riduzione delle emissioni e nell'adozione di veicoli a zero emissioni.

Come negli altri modelli di automobili di Tesla, nel Cybertruck è integrata la tecnologia di guida autonoma, che offre

una guida senza preoccupazioni su lunghe distanze e apre la strada a un futuro di veicoli completamente autonomi. Sensori, telecamere e radar consentono al veicolo di percepire l'ambiente circostante, rendendolo in grado di navigare in modo sicuro sulle strade ed incrementando la protezione nei casi di furto.

Il Cybertruck non è solo un veicolo adatto alla guida su strada, ma è anche progettato per affrontare terreni più impegnativi. Con sospensioni ad aria regolabili e la capacità di adattarsi a diverse condizioni stradali, esso può affrontare con sicurezza percorsi off-road, trasformando l'esperienza di guida in un'avventura senza limiti.

Tesla, dunque, continua a dimostrare che il futuro dell'automobile è elettrico: il Tesla Cybertruck sarà probabilmente il veicolo più interessante dei prossimi anni. Resta ancora da chiarire se sarà disponibile al di fuori degli Stati Uniti, per poi capire quali saranno i prezzi e la data di uscita in Italia.

*Simone Scotta, Riccardo Rinero*



## I SOGNI: UN MONDO DA SCOPRIRE

Il sogno è un'attività mentale legata particolarmente al sonno REM. In questa fase i muscoli degli arti inferiori e delle braccia non si muovono, ma l'attività cerebrale si manifesta come quando si è svegli. I sogni sono pensieri, esperienze, immagini e suoni che possono prevedere o meno la presenza di posti e persone conosciuti. Essi sono da sempre oggetto di interesse e, nel corso della storia, sono stati interpretati in modi diversi. Nel 1899 Freud ha pubblicato un'opera intitolata "L'interpretazione dei sogni". Egli definisce i sogni come la "via maestra per la conoscenza dell'inconscio" e, dal suo punto di vista, interpretarli significa partire dalla situazione onirica riportata dal sognatore per risalire all'insieme di sentimenti inconsci che l'hanno fatta scaturire. Attraverso i sogni, gli elementi e i contenuti vengono "travestiti" per poter accedere alla dimensione cosciente. I sogni si configurano, quindi, come appagamenti di desideri rimossi.

Talvolta può accadere di fare un sogno particolare: il sogno lucido. In questa circostanza si ha la capacità di rendersi conto di essere in un sogno e la possibilità di controllarlo. Secondo alcuni studi, il 50% delle persone ha vissuto almeno una volta questo tipo di sogno e ci sarebbero delle tecniche per provare a indurlo. Tra queste vi è la tecnica *mild* (mnemonic

induction of lucid dreaming), che prevede di svegliarsi per alcuni minuti dopo qualche ora di sonno e poi tornare a dormire dopo aver ripetuto frasi come: "la prossima volta che sarò addormentato, mi ricorderò cosa sto sognando". I sogni lucidi sono stati studiati per molto tempo, ma tuttora non si sa con precisione perché avvengano. Sappiamo, però, che durante un sogno lucido una zona del cervello, la corteccia prefrontale (che tendenzialmente non viene attivata quando si dorme), ha livelli di attività paragonabili a quelli dello stato di veglia.



Ma fotografare un sogno è possibile? Sì. Nel 1979 un gruppo di ricercatori ha tentato di scattare delle vere e proprie fotografie ai sogni. L'esperimento consisteva nel fare entrare i pazienti prescelti nella fase REM del sonno per poi somministrare loro un farmaco, denominato *Estere Dimetil-Acetil Colinomimetico*, che ha reso i sogni più vivi.

Successivamente, attraverso una stereoelettroencefalografia, gli impulsi elettrici rilevati sono stati convertiti in immagini. Tramite questo esperimento si riuscirono a ricavare molte fotografie, ma solo due di queste sono state rese pubbliche.

*Ilaria Fassi, Annalisa Grasso, Sara Pirra*

## QUANDO LO STUDIO AMMETTE IMMAGINAZIONE

“E quindi uscimmo a riveder le stelle”: così Dante Alighieri concludeva l'ultimo verso dell'Inferno.

La citazione, oltre a costituire una delle espressioni dantesche maggiormente conosciute, cela in sé il sollievo e la rassicurazione generata dalla vista degli astri da parte dell'autore.

Questi ultimi, insieme all'Universo, hanno da sempre costituito un enorme ambito di interesse per l'uomo. Al contempo, tuttavia, la curiosità da essi suscitata lascia posto al timore per l'ignoto e l'imprevedibile.

Sono diverse le teorie filosofiche volte ad esplicitare come l'uomo sia per natura un essere con diverse contraddittorietà: nonostante esso provi timore per l'ignoto, è spinto ad indagarlo.

Seppur nel corso del tempo siano stati fatti enormi passi avanti riguardo allo studio e alla conoscenza dello spazio, ad oggi solo una minima parte di esso risulta conosciuto: tutto il resto è affi-

dato all'immaginazione di ciascuno.

Con la corsa alla conquista dello Spazio, sono stati svelati numerosi misteri e, seppur questo costituisca un enorme svolta tecnologico-scientifica, cela al suo interno la lenta cancellazione dell'immaginazione umana.

È dunque possibile affermare come



conoscenza ed immaginazione, pur essendo elementi antitetici, possano trovare una reciproca coesistenza. Infatti, è evidente come il rapporto tra immaginazione e conoscenza risulti importante per avvicinare l'uomo a

concetti più complessi come quelli riguardanti l'Universo.

Occorre poi evidenziare come gli aspetti di bellezza, mistero e consolazione in mano allo spazio continuo a perdurare nel corso del tempo: non è infatti una novità rimanere affascinati da un cielo stellato, osservare con stupore le stelle cadenti nella notte di San Lorenzo o contemplare in silenzio l'enormità dell'Universo, che resta ancora ad oggi un mistero e, proprio come in Dante, conserva in sé un grande potere consolatorio.

In conclusione, scegliere di percorrere la strada della conoscenza non per forza esclude la via immaginativa: anzi, spesso l'unione delle due è in grado di creare un percorso chiaro e lineare verso la spiegazione di fenomeni complessi.

*Leonardo Barberis, Martina Mastri,  
Francesco Bersano*

## TRAVELER'S CORNER



Lisbona è la splendida capitale del Portogallo, una città che mescola piacevolmente il proprio patrimonio tradizionale con una mentalità liberale e una straordinaria modernità.

Come meta per le vacanze, Lisbona offre una notevole varietà e ricchezza di monumenti storici, una vivace vita notturna e un clima favoloso nel corso di tutto l'anno. Per raggiungere la capitale, il mezzo più comodo e veloce è l'aereo: l'aeroporto è infatti situato a soli 7 km dal centro ed è collegato alla metro. Per quanto riguarda, invece, gli spostamenti all'interno della città stessa, vi consigliamo di utilizzare i vostri piedi, la metro o il tram. A proposito, non perdetevi l'esperienza di una corsa sul tram 28: il pittoresco tram giallo,

che stride e sferraglia per le strette vie del centro storico!

Il tempo ideale da trascorrere a Lisbona per potersi godere a pieno l'intera capitale a nostro parere sono 3 giorni in cui vi consigliamo di visitare i luoghi citati di seguito.

Il quartiere di Rossio è il cuore di Lisbona. Nella sua movimentata piazza si trova il locale "A Ginjinha": la sede originale in cui è stata inventata la Ginja, un liquore alle amarene famoso ormai in tutto il paese.

Un altro quartiere che merita di essere visitato è Alfama, il cui centro storico è caratterizzato da strette vie acciottolate. Il modo migliore per esplorarlo è perdersi nel labirinto di vicoli e ripide colline. Una curiosità: se vi capitasse di organizzare la vostra vacanza a giugno, ad Alfama ci saranno concerti, spettacoli, sagre e balli popolari che animeranno tutte le stradine del quartiere in occasione della festa dei Santos Populares!

Infine se nel vostro viaggio volete concedervi un pomeriggio di shopping,

non potete non percorrere la Rua Augusta: la principale via pedonale con una moltitudine di negozi tradizionali, attrazioni turistiche e bar.

Per quanto riguarda l'aspetto culinario, Lisbona offre una grande varietà di pesce. Il più famoso è sicuramente il baccalà, il piatto tipico della città.

Un'altra tipica prelibatezza sono i pasteis de Nata, cioè pasticcini a base di pasta sfoglia ripiena di crema, con un sentore di cannella: una vera delizia!

Per concludere, è consigliato indossare un paio di scarpe comode, in modo da poter affrontare al meglio le strade acciottolate e in salita che caratterizzano Lisbona.

Sperando di avervi fatto venire voglia di acquistare un biglietto aereo per Lisbona, vi auguriamo un buon viaggio!

*Valentina Costamagna,  
Carlotta Panero*

## LA MODA COME FORMA D'ARTE PER ESPRIMERE SE STESSI

In una società dove tutto è finalizzato all'apparenza e al tentativo di sembrare ciò che non si è davvero, solo per piacere agli altri, si tende a pensare che la moda abbia lo stesso effetto dei social, ovvero creare maschere che annullano completamente l'identità del singolo individuo, omologandolo alla massa. Tuttavia, ad eccezione di casi in cui essi assumono una connotazione tossica, sia la moda sia i social sono in realtà strumenti che possono esaltare la creatività delle persone, condividendo con gli altri ciò che abbiamo dentro.

La ricerca di uno stile personale e la volontà di indossare capi d'abbigliamento che ci rappresentano permettono, infatti, di dire tante cose su di noi senza utilizzare le parole. Ad esempio, attraverso i colori possiamo mostrare come ci sentiamo, esternando un particolare stato d'animo o emozione, ma anche attraverso capi originali e unici,

preferibilmente acquistati in mercatini vintage, si dà vita a un intreccio tra sostenibilità e moda che giova al pianeta e a noi stessi.



Inoltre l'abbigliamento permette di ritrovare noi stessi e le nostre passioni, superando ogni pregiudizio o stigma imposto dalla cultura contemporanea, portato avanti da coloro che si arrogano il diritto di decidere chi può truccarsi, indossare una collana di perle o una gonna, come se non si trattasse di semplici vestiti a cui non è necessario

attribuire un genere.

Risulta quindi assurdo, alla luce di quanto detto, non considerare la moda una vera e propria forma d'arte. Come ha detto in un'intervista il curatore di arte contemporanea, Raffaele Quattrone, essa "è il modo in cui decidiamo di mostrarci agli altri, è la pelle che scegliamo di metterci addosso: racconta il tempo e la società in cui viviamo, le esigenze delle persone, al pari di tutte le altre forme artistiche".

L'arte, infatti, è l'espressione di quella dimensione personale che ognuno deve essere libero di poter manifestare apertamente, senza alcun limite imposto da altri, e ciò può avvenire anche attraverso vestiti e accessori estrosi o tradizionalmente attribuiti ad un genere diverso dal nostro.

*Lorenzo Gatti*

## IL VILLAGGIO DI NEVE SHALOM



A metà strada tra Gerusalemme e Tel Aviv, nel 1972, su un terreno concesso dal monastero di Latrun, il padre domenicano Bruno Hussar fondò il villaggio di Neve Shalom Wahat al-Salam, il cui nome, sia in lingua araba che ebraica, significa Oasi di Pace.

Nel 1977 si trasferì nel villaggio, privo di acqua corrente ed elettricità, la prima famiglia. Ad oggi il villaggio ospita circa trecento persone, metà famiglie musulmane e metà ebraiche, tutte di cittadinanza israeliana, che si dedicano al dialogo e alla costruzione di un clima di pace, giustizia e riconciliazione tra le due religioni.

La comunità si impegna in vari progetti che promuovono il reciproco rispetto e il dialogo; alla base di tutto vi è un sistema d'istruzione bilingue e binazionale, che va dalla scuola

dell'infanzia a quella primaria, tali scuole ospitano duecento-settanta bambini che provengono in gran parte da città vicine, e all'interno gli insegnanti parlano esclusivamente la loro lingua madre.

Una delle iniziative più importanti è quella della Scuola per la Pace che offre laboratori e corsi universitari con lo scopo di favorire il dialogo interculturale e interreligioso.

L'obiettivo di Neve Shalom è quello di costruire l'identità dei bambini basandosi sulla conoscenza della propria cultura, storia e tradizione e contemporaneamente apprendendo e rispettando quella dell'altro popolo per arrivare a dialogare "faccia a faccia e riconoscere la necessità di uguaglianza", come afferma la direttrice della Scuola per la Pace.

In seguito allo scoppio del conflitto tra Israele e Hamas, il villaggio ha emesso un comunicato in cui si legge: "Continuiamo a incontrarci e a discutere della situazione; il dialogo e il confronto sono fondamentali. Dobbiamo ritrovare la strada per tornare ai valori umani, al rispetto e all'apertura al dolore, alle paure e alle reazioni degli altri."

L'Oasi di Pace dà speranza e fa riflettere sulla pace e sulla possibilità che essa possa essere raggiunta in un clima di dialogo e rispetto reciproco.

*Irene Filippa*

## GIOCO PULITO OPPURE NO?

Oramai è noto, ogni sport che ha molta popolarità e si pratica ad alti livelli trascina appresso a sé quantità esorbitanti di denaro e una notevole sudditanza psicologica. Il primo, nel corso del tempo, ha creato un vero e proprio business: basti pensare al calciomercato, in cui un solo giocatore può arrivare a costare diversi milioni di euro in base alle sue prestazioni. Il secondo, invece, ha generato l'esigenza di soccombere ai così detti "campioni".

L'attività sportiva è nota per essere un ambiente pulito dove l'obiettività e l'uguaglianza regnano, ma talvolta questi valori etici non vengono del tutto rispettati. Quante volte abbiamo sentito dire "Questo non è giusto! L'arbitro ha sbagliato"? E altrettante volte ci è stato risposto "L'arbitro ha sempre ragione". Se invece fossimo stati noi nel giusto e l'arbitro, o chi per esso, non avesse svolto il suo lavoro cor-

rettamente?

Non è così sorprendente scoprire che un giudice o un arbitro sia stato pagato per preferire una squadra o un atleta singolo piuttosto che gli avversari. Purtroppo sono questi i momenti dove la purezza e l'eticità dello sport si dissolvono scoprendo la meschinità e l'ipocrisia umana.

L'avarizia non è l'unica ragione a far muovere immoralmente l'uomo, ma interviene anche una sorta di preferenza verso i grandi campioni. Si tende a ignorare un errore commesso da questi evitando loro l'ammonizione, mentre gli atleti esordienti e sorretti da sponsor poco conosciuti non sono di certo sottoposti a questo trattamento. Si trova un chiaro esempio nella Formula 1: la stagione scorsa al pilota Yuki Tsunoda sono state date numerose penalità per piccoli errori che hanno

reso ostiche le sue gare. Al contrario, al tre volte campione del mondo Max Verstappen, nonostante avesse commesso alcune imprecisioni, non è mai stato segnalato alcunché.

In breve, pur avendo la nomina di ambiente sano, non sempre il contesto sportivo è tale. Ancora una volta l'uomo ha snaturato la genuina attività di sfidarsi con le proprie capacità mettendo in mezzo il guadagno e mancando di obiettività.

*Sofia Stralla*



## 15 MARZO: UNA GIORNATA TUTTA LILLA

Ogni anno il 15 marzo ricorre la Giornata Mondiale dei Disturbi del Comportamento Alimentare, chiamata anche "Giornata del Fiocchetto Lilla", simbolo nato in America per rappresentare la lotta contro la malattia. Tale simbolo è poi diventato di uso comune tra le varie associazioni che si occupano di sensibilizzazione, in quanto visto come modo per offrire supporto e infondere speranza a chiunque soffra di



questo disturbo psicologico.

La giornata del Fiocchetto Lilla non ha origini lontane, bensì risale al 2018, anno in cui è stata istituita ufficialmente dopo una richiesta promossa da Stefano Tavilla: presidente dell'associazione "Mi nutro di vita" e padre di Giulia, ragazza morta il 15 marzo del 2011 a causa della bulimia. Giulia era da tempo in lista d'attesa per entrare in un centro specializzato; purtroppo l'aiuto non le fu mai concesso e questo portò alla sua morte.

Questa, però, non è solo la storia di Giulia, ma quella di tantissime persone che combattono ogni giorno per sopravvivere, e che, indipendentemente dalla gravità della malattia, non possono ricevere aiuto e sostegno. I centri che si occu-

pano della cura dei disturbi alimentari sono pochi o assenti, per non parlare poi della scarsità di personale e medici che vi lavorano. A tutto ciò si aggiungono i fondi precari che lo Stato mette a disposizione in confronto alle milioni di persone che necessiterebbero di cure. L'insieme di questi fattori provoca liste d'attesa infinite, le quali possono durare mesi o addirittura anni.

Dopo la pandemia i casi di DCA sono triplicati e tutt'ora in Italia si possono contare circa 3 milioni di persone che ne soffrono. Con questa rapida diffusione purtroppo sono anche aumentate le vittime: nel 2023 se ne contano all'incirca 4000.

Proprio per questo motivo sono fondamentali la prevenzione e un numero di strutture adeguato che garantisca a chiunque il diritto e la possibilità di guarire. Oggi come mai prima d'ora è importante parlarne e soprattutto avere il coraggio di chiedere aiuto.

*Annalisa Zucco*



<b>Redattori</b>	De Biase Marta	Gregorio Angelica	Watchtel Greta
Alberto Martina	Farinelli Giada	Ibourki Manar	Zucco Annalisa
Allamandri Giulia	Fassi Ilaria	Lanzetti Francesca	<b>Grafici</b>
Alliani Chiara	Fea Ilenia	Mastri Martina	Della Valle Alessia
Arlorio Sara	Filippa Irene	Panero Carlotta	Demaria Lucia
Asteggiano Chiara	Filippi Tatiana	Penna Matteo	Ghirardo Anna
Barberis Leonardo	Fresia Lara	Piano Giulia	Lisa Alice
Balocco Anna	Galvagno Arianna	Piccione Arianna	Pecollo Angelica
Beccaria Cristina	Galvagno Elena	Pirra Sara	Varusio Carola
Bechis Sara	Gatti Lorenzo	Riega Luana	<b>Caporedattori</b>
Beltramo Giovanni	Gattino Angelica	Rinero Riccardo	Mattio Elia
Beltramo Tommaso	Gazzera Vittoria	Rivoira Elisabetta	Panero Ilaria
Bersano Francesco	Geraci Alessia	Sardo Giorgia	Priotti Giorgia
Bersano Lucia	Geraci Federica	Scotta Simone	Serra Elisa
Brignone Aurora	Gervasio Camilla	Stralla Sofia	Tonello Aurora
Canavero Silvia	Gianolio Caterina	Topalli Jessica	Velcea Laurentiu
Chiavassa Irene	Grasso Annalisa	Valenti Hanah Joy	
Costamagna Valentina	Greco Maxim	Vercelli Melissa	