

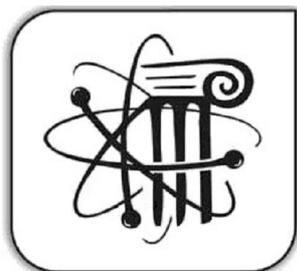
LA TESTATA DELLO STUDENTE

I.I.S. Croce – Aleramo

Numero 90

Giornale ufficiale

APRILE 2020



SOMMARIO

EDITORIALE	2
DIARIO DI BORDO	3
SALUTI	5
DALLA PAURA, PER TORNARE A VIVERE	8
IL DIRITTO ALLA CURA	10
IL VIAGGIO DELL'AMICIZIA PER L'ESTATE	11
IL TEATRO AL TEMPO DEL CORONAVIRUS	12
"IL DIARIO DI ANNE FRANK"	13
QUANDO LO SPORT DIVENTA SALVEZZA	14
MOSTRE DA CASA	16
COVID=GOOD	18

DA “GEN ZETA” A “GEN CORONVID 19” (...E’ UN ATTIMO!)

Dopo il nostro **appello alla condivisione** nel numero di Marzo, ringraziamo i lettori e, in particolare, **Francesca Cuzzo** e **Chiara Di Salvatore** per averci concesso di pubblicare **le loro riflessioni**, inviate al Prof. Leonardo Carocci, che aveva proposto ai suoi alunni questo **tipo di scrittura**.

In pieno regime di **DaD (Didattica a Distanza)**, la nostra Redazione prosegue, quindi, le pubblicazioni de *La Testata* con questo **secondo numero realizzato da casa** e rinnova la proposta a tutti, sperando di ricevere **altro materiale** con cui comporre un vero e proprio **Zibaldone di pensieri. Autenticamente vostri.**

Per sopperire all’impossibilità di incontro materiale, **gli insegnanti stanno sperimentando** a tutto campo e, in molti casi, hanno suggerito agli studenti **proposte analoghe**, soprattutto ora che è impossibile non riflettere su ciò che sta accadendo e **ansie** o momenti di **crisi** sono **inevitabili**, per gli adolescenti come per gli adulti. E la *Generazione Zeta* sta rispondendo. E’ un’**interazione nuova**, tutta da immaginare, tentare, valutare. Ma è necessaria, e **pochi** sono quelli che **si tirano indietro**. Da una parte, il **senso di precarietà** (ambientale, lavorativa, sociale, affettiva...), presente tra le caratteristiche della *Gen Z*. Dall’altra, il rischio che una **nuova fonte di incertezza** sul futuro oscuri l’orizzonte delle (nostre) prospettive. La posta si è alzata e **la sfida** è sempre più **aperta**.

Ringraziamo ancora il **Prof. Carocci** per l’idea dello *Zibaldone* (che vorremmo diventasse una **nuova rubrica: Diario Di Bordo**) e la **Prof.ssa Stefania Fragliasso** che ha proposto a due sue alunne di inviarci dei lavori svolti in questo mese: una **riflessione sulla paura** (di **Emanuela Riglioni**) e una recensione teatrale sullo spettacolo tratto da *Il diario di Anna Frank*.

Invitiamo docenti e studenti a raccontarci sulle pagine del **numero di Maggio** le varie *produzioni originali* di questa DaD, scrivendo a latestata2020@gmail.com.

Grazie!

La Redazione de “La Testata dello Studente”

“...CI SI ABITUA A TUTTO IN CERTE SITUAZIONI”

Salve professore, scusi del ritardo. Lei professore come sta? Tutto bene? Spero bene. Cosa ne pensa di questa situazione? Io penso che questa situazione mi sta facendo provare varie emozioni, non belle. Provo un senso di sofferenza per tutte quelle persone che stanno combattendo questa situazione bruttissima che potrebbe togliergli la vita da un momento all'altro. Io non posso e non potrei mai provare quello che stanno provando quelle persone perché io questa situazione la sto vivendo da un'altro aspetto e loro stanno combattendo tra la vita e la morte e vorrei tanto mettermi nei loro panni per capire cosa stanno provando e in qualche modo aiutare. Il modo più semplice per aiutare ed aiutarci tutti, tutti insieme, è quello di restare a casa, per rispettare sia se stessi e in primis per rispettare tutti, per rispettare chi in questo momento o da varie settimane sta combattendo per vivere. E' un momento difficile per tutti quanti, ma stando tutti uniti, e restando tutti a casa, passeremo anche questa!

Con la scuola mi sto trovando abbastanza bene, certo non è facile, ma ci si abitua a tutto in certe situazioni. Con le video lezioni ascolto bene e personalmente lavoro molto bene. Mi sto organizzando molto bene anche con i compiti. Non vedo l'ora che finisca tutto questo anche perché non avrei mai pensato di dirlo ma mi manca la scuola!! Sì, mi manca molto la scuola. Mi mancano tutti i miei compagni, tutti i miei professori, le passeggiate a ricreazione, le lezioni, le risate fatte insieme, gli scherzi, tutto quanto! Sì è bello stare a casa, si lavora bene e ci si organizza molto bene ma la scuola rimane sempre la scuola, un posto in cui durante l'anno scolastico lo preferiresti alla casa ma comunque ti manca lo stesso, ti mancherà sempre. Personalmente sono ottimista, e spero che finisca tutto molto presto.

Andrà tutto bene!!!

Buona serata e stia a casa!



Francesca Cuozzo, I D

“...DEL TEMPO PER INTERROGARE ME STESSA”

Gentile prof. Carocci,

la ringrazio per le informazioni che ha condiviso con noi ragazzi nel materiale didattico in un momento così incerto e fragile ai tempi del Coronavirus, come si è soliti dire oggi. Il web e soprattutto la didattica a distanza ci stanno aiutando molto, perché ci consentono di tenerci in contatto con il mondo. Senza la rete, senza i nuovi modi di comunicare velocemente e a bassissimo costo l'isolamento sarebbe molto più angosciante.

Secondo la mia opinione il Coronavirus ci sta insegnando a non essere onnipotenti a non sentirci al di sopra o al di fuori della natura. Dobbiamo imparare a considerarci la parte di un sistema vivente. Siamo stati obbligati all'isolamento e questo ci disorienta, perché viviamo in un mondo basato sull'ossessione del controllo che ci ha abituati a dare un perimetro a tutto. Questa esperienza invece sfugge a questa logica. L'epidemia è più grande di noi, il virus ha rivelato la nostra fragilità. Ci sentiamo tutti più vulnerabili perché il nostro nemico è così piccolo che non possiamo nemmeno vederlo. L'epidemia ha tirato fuori potenzialità, solidarietà e recupero di valori antichi. Nel mio palazzo ad esempio abitano due persone molto anziane. I miei genitori ed altri vicini fanno il possibile per consegnargli spesa e medicinali. E' come se in situazioni di normalità il desiderio di amicizia e affetto non potevano esprimersi invece ora fioriscono. Prima mancava il tempo per fare qualsiasi cosa, oggi il tempo vuoto, il tempo sospeso, ci ha offerto un'inattesa possibilità di rinnovamento, ci fa scoprire noi stessi. Io anche se mi sento indifesa sono positiva e certa che ne usciremo seppur con molte cicatrici, ma ce la faremo. Il mio umore è variabile, spesso sono intrattabile, nervosa poi con pazienza e calma faccio dei buoni propositi. Sto aiutando mia madre con le faccende domestiche, ho riordinato armadi cassetti e librerie alleggerendomi dalle cose inutili. Seguo le notizie, mi informo, leggo libri vedo serie tv, faccio sport per divagare la mente e sentirmi in forma. Spero si riesca a trovare al più presto un nuovo farmaco per salvare vite ed evitare che le persone colpite finiscano in terapia intensiva, in attesa che sia pronto un vaccino per offrire la luce in questa emergenza.

Mi scuso nel consegnarle in ritardo queste mie considerazioni ma mi creda, mi sono dovuta prendere del tempo per interrogare me stessa e dare voce alle mie emozioni.

La saluto in attesa di poterla rivedere presto!

Chiara Di Salvatore, II D



***SI PUO' ESISTERE SENZA ARTE,
MA SENZA DI ESSA NON SI PUO' VIVERE***

Oscar Wilde

Di sicuro non sarò la prima e nemmeno l'ultima persona che parlerà dell'**argomento presente in ogni conversazione**, ogni pensiero e ogni videochiamata da metà febbraio: il famigerato **Corona virus**, Covid-19 o altri nomi dati da medici e virologi. Non essendo una persona esperta e capace in nessun campo a noi utile in questo preciso momento, mi limiterò a dispensarvi un consiglio efficace, utile e assolutamente economico. Ma prima di questo, sarebbe da maleducati non presentarsi: forse **vi ricorderete di me**, che fino all'anno scorso **scrivevo con una certa assiduità** su *La Testata* e perciò rivolgo un saluto speciale ai vecchi e ai nuovi lettori, da un ex-studentessa e, ormai, solo lettrice del giornale degli studenti del *Croce Aleramo*. È una situazione complicata: stare sempre a casa può essere considerata la cosa più naturale possibile, ma anche una delle cose più difficili. Ci sono diversi modi per **uscire dalla propria stanza senza oltrepassare la porta**, e non sto parlando di un viaggio interdimensionale o di un portale magico (forse le troppe serie su *Netflix* mi stanno facendo divagare), ma parlo della semplice e pura **musica**. In realtà non so se la mia teoria possa valere in maniera universale, ma nel mio caso ha funzionato. La musica (come l'arte nel suo complesso), è una delle poche cose che il *virus* non potrà mai contagiare. È l'unica cosa che in questi giorni **mi sostiene e mi accompagna**, nel vero senso della parola. Il silenzio delle strade ormai quasi deserte, le conversazioni delle persone per strada, mi sembrano qualcosa di lontano e quasi confuso; con la musica posso **riempire quel vuoto**. Con **una canzone** posso sopperire a tante mancanze, perché ciascuna di esse racchiude **un ricordo**; ovviamente preferisco ricordare momenti, soprattutto adesso, ma è confortante sapere che anche negli attimi in cui ci sentiamo più soli possiamo ascoltare una specie di **colonna sonora alla nostra vita**. Qualsiasi tipo di musica, classica, *jazz*, *trap*... che importa? La mattina, quando mi alzo, un buon sottofondo musicale cambia radicalmente lo svolgimento dell'intera giornata. Mettersi al pianoforte e comporre qualcosa, anche se banale e assolutamente scontato, non è inutile. Ed è questo il mio consiglio, riprendendo l'aforisma di Wilde: possiamo esistere senza musica, ma che senso ha rimanere tutto il giorno seduti sul divano (come delle amebe)? Possiamo riempire le nostre giornate mettendo in ordine la stanza, facendo i compiti, leggendo libri, ma non lasciamo che tutte queste attività siano avvolte da uno scialbo silenzio. Mettete le cuffiette o alzate le casse a tutto volume, ballate, diseguate e cantate come se steste sul palco dell'Ariston. L'unico rischio che potete correre (esclusa una cuscinata da parte di vostra sorella minore per aver suonato tutto il pomeriggio) è che i vostri vicini vi bussino alla porta di casa. Perché il futuro andrà bene ma, **con la musica il presente va meglio**.

Sofia Maldone, ex VC

COME LA NOSTRA VITA E' CAMBIATA DA UN GIORNO ALL'ALTRO

Ciao a voi, cari lettori e lettrici, che vi state soffermando su quest'articolo, devo dire che per me è un vero piacere avere un'altra **occasione per scrivere su questo giornale**; per chi non mi conoscesse, sono Beatrice D'Amicis, ex studentessa del liceo Croce e attualmente **matri-cola della Facoltà di Giurisprudenza** all'Università **La Sapienza**.

Scrivo per darvi dei piccoli consigli su come passare questo periodo di quarantena in modo più proficuo. La prima cosa che vi consiglio, ma che forse è anche quella più banale, è quella di continuare a studiare e di non lasciare indietro nessuna materia così da non essere sommersi dallo studio in futuro. La seconda è l'invito a **riscoprire voi stessi**, concedendovi del



tempo per **mettere in pratica le vostre passioni**, qualunque esse siano: leggete, cucinate, tirate fuori dall'armadio quello strumento che da sempre vorreste imparare a suonare ma a cui, a causa della mancanza di tempo, non avete mai dato spazio nelle vostre giornate; lavorare su sé stessi e su ciò che ci piace potrebbe anche darci degli **spunti** su ciò che ci piacerebbe **fare in futuro**.

La terza cosa che mi permetto di consigliarvi è di non lasciare che la vostra quotidianità si spezzi, continuate a fare ciò che facevate

prima (ovviamente rimanendo a casa): allenatevi, videochiamate i vostri amici o riallacciate i rapporti con qualcuno che non sentite da secoli, fate dei video-aperitivi o delle video-cene. Ciò non solo vi darà una **parvenza di normalità**, ma vi farà sentire anche meno soli.

L'ultima cosa che vi consiglio di fare è quella di passare il tempo con la vostra famiglia e di **non isolarvi tutto il tempo nelle vostre camere**: parlate con loro, giocate con dei giochi da tavola o più semplicemente guardate un film insieme.

Ricordate infine che questa situazione non durerà per sempre e che arriverà il giorno in cui potremo di nuovo uscire e quel giorno **la vita e la libertà avranno un altro sapore**.

Beatrice D'Amicis, ex VC

THERE'S A GLIMMER OF HOPE LIKE AN EXHALE OF 7 SMOKE IN THE SKY

“Swimming Pool”- Troye Sivan

Avrete notato, almeno coloro che hanno letto alcuni dei miei articoli in questi anni, che **sono stata assente** negli ultimi numeri. Fino a qualche mese fa ho cercato di continuare a seguire **la mia rubrica di cinema**, a crearne anche un'altra più vicina agli **argomenti scientifici** che sto trattando all'università. Non ci sono riuscita, quindi ho pensato sia meglio lasciarmi alle spalle questo progetto, perché non riesco più a dargli quello che vorrei.

Dal **mondo universitario** posso dirvi che gli atenei e i professori stessi si sono dimostrati pronti ad **affrontare le difficoltà** di questo periodo già abbastanza drammatico. Però il problema principale su cui gli atenei, almeno dell'università “La Sapienza”, si stanno maggiormente dibattendo è, **come verranno svolti gli esami scritti?** Il MIUR sta giustamente preparando delle **modifiche agli esami di maturità**, ma qualcuno riuscirà mai ad organizzare gli scritti degli universitari? Ancora nessuno ha notizie, ma tutti stiamo cercando di prepararci ad una prova scritta vera e propria, come anche a tutti gli **esoneri** (parti del programma che sarai *esonerato* dal trattare durante l'esame finale). Non è semplice, però, e credo di parlare anche a vostro nome, **concentrarsi come se fosse tutto nella norma**. Abbiamo lasciato tutte quelle attività che rendevano la nostra normale esistenza e che, soprattutto, ci facevano **evadere dai problemi**. Che siano persone importanti per noi, sport o attività di volontariato, **li fuori c'è qualcosa che ci fa sentire bene**. L'unica cosa che possiamo fare ora è aggrapparci al pensiero che riusciremo nuovamente a fare tutto ciò che ci appassiona, e che **lo apprezzeremo di più**, dopo tutto quello che abbiamo passato. Il titolo del mio ultimo articolo è ispirato proprio a questo, alla nostra speranza che si risveglia ogni volta che **alziamo lo sguardo al cielo** o che osserviamo un **uccello volteggiare tra gli alberi**.



Arianna Ferretti, ex VC



DALLA PAURA, PER TORNARE A VIVERE

Aprile 2020, solo quattro mesi passati dall'inizio di questo nuovo anno, ed il mondo è già sottosopra. Dall'Australia alla Cina, dall'Italia all'America, dalla Grecia alla Russia: **incendi** che radono al suolo un intero continente, **pandemie** che riducono metropoli solitamente straripanti del brusio della gente in città fantasma, **attriti internazionali** che fanno pensare ad un imminente scoppio della terza guerra mondiale, **emergenze umanitarie** che portano decine di migliaia di persone a vivere senza un tetto sulla loro testa, senza cibo né protezione. Se avessi dovuto vivere in prima persona uno qualsiasi di questi eventi, quale sarebbe stato il sentimento, l'emozione, che li ha accomunati? La **paura**.

Ma che cos'è la paura? Il dizionario Treccani la definisce come “uno **stato emotivo** consistente in un **senso di insicurezza**, di **smarimento** e di **ansia** di fronte a un **pericolo**”. Però non si limita ad essere solo questo, la paura è nata con noi: infatti ci accompagna nel quotidiano e a volte, forse anche troppo spesso, **ci condiziona** a tal punto che ci porta a virare in una direzione opposta a quella della felicità. È nata con il genere umano, ma ha mutato forma nel tempo; non è più il timore di quella scintilla provocata da due rocce, che i nostri avi provarono due milioni di anni fa, adesso è qualcosa di diverso che non si mostra più nelle cose materiali; si è evoluta con noi, è diventata astratta, la vediamo nell'**apprensione** che abbiamo nei confronti della **malattia**, della **morte** e della **vita** stessa.

La paura però non prende soltanto le sembianze di queste ansie, che sono qualcosa di profondo e **irrazionale** e delle quali ci dimentichiamo spesso durante la giornata, per riscoprirle poi più vivide che mai in **momenti di particolare criticità**; anche nella vita quotidiana portiamo infatti con noi delle paure che, nonostante possano sembrare superficiali e più futili, sono comunque in grado di **influenzarci** al punto di paralizzarci. Ne sono un esempio la paura di un **brutto voto a scuola**, la **fobia** che si può avere **per un animale** o il timore di **non essere mai abbastanza all'altezza**; tutte queste **inquietudini** hanno la capacità di bloccarci, di farci fermare, come se per un momento nella nostra mente si facesse *tabula rasa*, un *black-out*.

Questo è uno dei principali **meccanismi di difesa** che utilizziamo per superare le nostre incertezze: ci fermiamo, ed aspettiamo che passi, poiché sono pochi quelli che riescono a riprendersi in fretta ed a tirarsi su da soli, decidendo di **fronteggiare il “mostro”**.

E quelli che non sono in grado di farcela da soli?

Il sociologo **Zygmunt Bauman** nel suo libro *Paura liquida* utilizza l'espressione “**società individualizzata**”, un ossimoro per esprimere come la società odierna sia caratterizzata non più da un'azione solidale tra gli individui, bensì da una “**dispersione dei legami sociali**”: ma quanta verità c'è davvero in questo oggi? Siamo sì una società che, in particolare con l'avvento delle tecnologie, sta tendendo sempre più ad un **isolamento fisico degli individui** rispetto a coloro che li circondano, ma questo non implica che i legami e le interazioni siano in diminuzione, a sfavore quindi di quella che lui chiama “**azione solidale**”.

Ne sono un esempio i recenti avvenimenti che hanno avuto luogo in Italia, come risposta alla **pandemia del COVID19**; tantissime le persone colpite direttamente dal *virus*, che hanno visto la propria salute in pericolo, dovendo anche fronteggiare la paura del buio totale, ma ancora di più sono stati gli individui colpiti indirettamente, 60 milioni di persone costrette a rimanere a casa, paralizzate dalla paura di morire. E dalla paura di vivere. La popolazione di un'intera nazione che, nonostante stia vivendo uno dei momenti più critici della sua storia sorride, e canta, e ringrazia la **quarantena forzata** per la **riscoperta delle cose fondamentali, gli affetti e la famiglia**. Quest'ultima è stata da sempre per eccellenza il nucleo dei legami, quello dove tutto ha inizio; ed è proprio da qui che gli italiani sono stati in grado di ricostruire un solido **mezzo di supporto**, utilizzato anche dai più forti ma indirizzato in particolare **ai più deboli** e, casa dopo casa, ognuno si è adoperato per aiutare il prossimo, sia rimanendo semplicemente a casa per limitare la diffusione del *virus*, che anche con elevate **donazioni ad ospedali ed enti** in grado di fornire soccorso ai più bisognosi. Uno **smacco alla civiltà individualizzata** di cui parla Bauman, quello della **solidarietà del popolo italiano**, che è stato in grado di unirsi nella paura della morte e della malattia, per dare un nuovo barlume di luce alla **voglia di tornare a vivere**.

Non importa l'età, la nazionalità o l'estrazione sociale: la paura ci accompagna sempre, dai meandri oscuri dei nostri periodi più tempestosi, fino all'**alba del giorno più bello**, e l'unico modo per affrontarla nel caso in cui non si riesca da soli è **appoggiarsi ai propri affetti**, per **trovare la forza di superarla**, per ritornare a vivere e godersi lo splendido cielo stellato nel mentre.



Emanuela Riglioni, VB Scientifico



IL DIRITTO ALLA CURA E' FONDAMENTALE ANCHE ORA!

Cari lettori,

nel numero di aprile abbiamo deciso di parlarvi di un argomento purtroppo molto attuale dato il delicato periodo che stiamo vivendo, ovvero il **trattamento di anziani e disabili** per quanto riguarda il **COVID-19**. Pochi giorni fa siamo rimaste colpite da un articolo, che vi invitiamo a leggere, di **Gian Antonio Stella** pubblicato il 1/04/2020 dal *Corriere della sera* intitolato *Coronavirus, la lotta per la vita e il diritto alla cura di anziani e disabili: " non discriminateli*. Il giornalista ci racconta come diversi Paesi, come Stati Uniti, Italia, Francia e Inghilterra, stanno fronteggiando questo problema. In base alle dichiarazioni rilasciate da alcune nazioni sappiamo che se i contagi dovessero aumentare e, quindi, i posti in **terapia intensiva** iniziassero a scarseggiare, si arriverebbe a **dover fare delle scelte** tra chi curare, e gli anziani e i disabili sarebbero svantaggiati. La **Legha dei Diritti Handicappati** (Ledha) parla di una possibile "strage degli innocenti" se si dovesse attuare questa crudele scelta, nella quale si dovrebbero sacrificare le persone più fragili. Il fondatore dell'*Autistic Self Advocacy Network*, Ari Ne'eman, afferma che ciò comporterebbe uno scontro tra la **i diritti sulla disabilità** e la **logica utilitaristica**. Non crediamo sia giusto che i più deboli debbano pagare con la vita gli errori commessi dagli altri che non hanno saputo prevenire il contagio nei luoghi frequentati, come, ad esempio, in alcune case di cura in Italia (ndr: *mentre scriviamo, stanno emergendo inchieste specifiche in questo settore*). Inoltre, pensiamo che un'eventuale scelta di questo tipo porterebbe a una violazione di diritti della disabilità e alla **perdita della dignità di ognuno di noi**. Nessuno può decidere chi ha il diritto di essere curato e chi non. Nonostante queste circostanze si deve sempre tener presente che non esiste alcuna differenza di valore della vita umana, che è uguale per tutti gli uomini.

Vi invitiamo a scriverci la vostra opinione inviandola alla mail latestata2020@gmail.com, saremmo felici di leggerli e pubblicarli

https://www.corriere.it/esteri/20_marzo_31/coronavirus-lotta-la-vita-diritto-cura-anziani-disabili-non-discriminateli-1aa9c874-738b-11ea-bc49-338bb9c7b205.shtml



Federica Sfeir, IV C
Valeria Tortora, IV C

IL VIAGGIO DELL'AMICIZIA PER L'ESTATE

I miei amici (sia quelli interni, che quelli esterni) sono la mia famiglia.
In questi miei 19 anni ho ricevuto dei magnifici regali,
Ma in questo mio ventesimo anno ho ricevuto quelli più belli di tutti...
Come la statua di tirannosauro e il video dei miei ricordi da parte vostra;
Non so che cosa devo dire... Però vi ringrazio per tutto, siete unici al mondo.
Dopo che avremo fatto gli esami di maturità,
Voglio andare con tutti voi nel mese di Luglio per 5 giorni a Martinsicuro,
Specialmente nell'albergo Leucò Hotel, in seguito a Tortoreto per l'Acqua blu,
Un giorno intero a Cinecittà World, un giorno intero all'Aquafelix,
E a Santa Severa per l'intero mese di Agosto;
Con un'esclamazione: "Carica! Il divertimento e la libertà sono arrivati! Che il
Divertimento e la libertà vengano gustati!"
Ma in futuro non voglio lasciarvi,
Voglio vedervi ogni tanto,
Secondo il vostro tempo libero,
Perché... voi venite prima di tutto,
Poi sto sempre in pensiero per voi,
Però non voglio perdervi.
Ho iniziato questo lungo viaggio breve con la nascita di tutti,
Forse finirò questo lungo viaggio breve con la morte di tutti...
Come una fabula (mezza fiaba, mezza favola).

Edoardo Squadrani, V A



IL TEATRO AL TEMPO DEL CORONAVIRUS

In questo momento difficile, per motivi di sicurezza, i **teatri** sono stati **chiusi**. Molte però sono le iniziative per fare in modo che gli **amanti dell'arte e della cultura** possano continuare a viaggiare ed immergersi, anche se solo virtualmente, in questo mondo. Ci sono, infatti, **numerose proposte** di compagnie teatrali che mettono *on-line* oppure in *streaming* le loro opere per il pubblico. Grazie a questo fenomeno, molte persone che prima non potevano, ora riescono ad "andare a teatro". Per esempio il Teatro Regio di Torino, che ha deciso di ab-



bracciare l'iniziativa **#operaonthesofa**, trasmette tutti i giorni, su *YouTube* alle 18.00, **opere liriche**: *Il matrimonio segreto* di **Cimarosa**, la *Carmen* di **Bizet** e *Madama Butterfly* di **Puccini**. Oppure, per gli amanti di **Shakespeare**, il **Globe Theatre** ha reso disponibile una messa in scena di *Hamlet* in lingua originale.

Un altro mezzo utilizzato è quello della televisione. Tutte le mattine alle 10.00, su **Rai 5**, vengono trasmesse opere dal **Teatro La Scala di Milano**, come: il *Nabucco* di **Verdi**, *La finta giardiniera* di **Mozart**, la *Manon Lescaut* di **Puccini**, *La gazza ladra* di **Rossini** e molte altre, disponibili anche su RaiPlay.

Ecco alcuni link :

<https://www.youtube.com/user/ShakespearesGlobe>

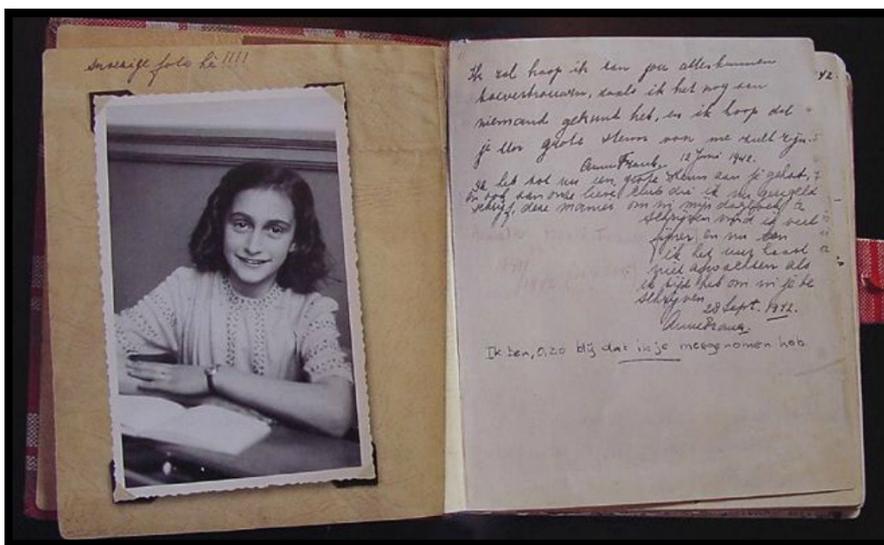
<https://www.youtube.com/user/TeatroRegioTorino>

<https://www.connessiallopera.it/news/2020/gli-spettacoli-della-scala-tutti-i-giorni-su-rai5/>

Recensione TEATRALE: *Il Diario di Anne Frank*

Martedì 4 Febbraio 2020 si è tenuto, al teatro Belli di Roma, uno spettacolo messo in scena dalla Compagnia del **Teatro Belli**, per la regia di Carlo Emilio Lerici.

Il sipario si apre su una scenografia rappresentante il **rifugio** nel quale si nascondeva la protagonista insieme alla sua famiglia per sfuggire alla persecuzione tedesca **durante la seconda guerra mondiale**. La rappresentazione inizia con il ricordo della famiglia Frank da parte del **padre, unico sopravvissuto** alla guerra, per poi ripercorrere con un *flash back* la vita di Anna e della sua famiglia durante l'arrivo e la permanenza nel rifugio segreto.



Ci sono due personaggi che mi hanno colpito particolarmente, Otto Frank e Miep. **Otto** è il padre di Anna e il personaggio mi è piaciuto perché ha condiviso il suo rifugio con un'altra famiglia ebrea aumentando, così, i rischi di essere scoperto e portato nei **campi di concentramento** insieme alle figlie e alla moglie.

Miep, invece, è una donna che lavorava per il padre di Anna nella sua ditta di spezie; di lei ho ammirato il fatto che, pur non correndo alcun rischio perché non era ebrea, ha deciso di **proteggere due famiglie ebre**e dalla persecuzione nazista offrendo loro un nascondiglio e prendendosi cura di loro procurandogli ogni giorno del cibo e l'essenziale per vivere.

Questi due personaggi si sono distinti per una caratteristica comune: l'**altruismo**, infatti in una situazione di pericolo sono stati generosi preoccupandosi della sicurezza degli altri.

L'opera teatrale è piaciuta molto a noi studenti poiché è stata sviluppata bene ed il fatto che sia andata in scena **durante la settimana della memoria**, ha portato noi ragazzi a riflettere sulla gravità della situazione e sul pericolo che si correva durante quegli anni. Ritengo inoltre **ottima la recitazione** dei protagonisti che ha permesso a tutto il pubblico di **entrare nella storia** e, in qualche modo, viverla.

Personalmente credo che il messaggio dello spettacolo sia nel fatto che anche in un periodo difficile e duro come lo è stato la seconda guerra mondiale, **molte persone sono riuscite a rimanere unite** nonostante tutti i drammi vissuti e **darsi forza a vicenda**.

Bisogna **mantenere vivo il ricordo** per evitare che queste azioni vengano ripetute in futuro.

<https://www.fermataspettacolo.it/teatro/il-diario-di-anne-frank-torna-in-scena-al-teatro-belli-di-roma>

Contributo di un'alunna, I B Scientifico

QUANDO LO SPORT DIVENTA SALVEZZA: Daniela

Tutti noi stiamo vivendo un periodo non proprio semplice, ma “**stare a casa**” non significa “**smettere di vivere**”: ora più che mai, è importante **tenersi attivi** per non sprofondare nella noia o peggio, in uno **stato di apatia** fino a quando non usciremo da questa “quarantena”. Bisogna quindi **industriarsi con le più svariate attività**, come cucinare, divertirsi con giochi da tavolo e *consolle*, o **fare esercizio fisico**. Proprio riguardo quest'ultimo, oggi intervisterò **Daniela**, che ha fatto della passione per lo **yoga** il suo lavoro.

Perché hai scelto di praticare proprio lo yoga?

Per me lo yoga è **un po' come respirare**, anche se ad essere proprio sincera questa verità non mi è stata chiara sin dall'inizio; dopo il mio primo incontro con la pratica - avvenuto un po' per caso - piano piano tutto si è fatto più evidente!

Dai tempi dell'università, in cui si rivelò fondamentale per la gestione del carico di studio e lo stress pre-esame, agli anni di lavoro all'estero, dove pur rincorrendo una carriera nel mondo della comunicazione, nulla mi impediva di frequentare costantemente le mie lezioni e i miei centri yoga! E non perché fosse un obbligo, ma semplicemente perché lì **finalmente mi sentivo bene** e un po' a casa ovunque mi trovassi! Così in Francia ho potuto conoscere più da vicino il metodo del **maestro B.K.S. Iyengar**, e di ritorno in Italia ho continuato ad approfondire e studiare con altri maestri e scuole. Perché la bellezza dello yoga è proprio questa: non si finisce mai di scoprire, imparare e sperimentare!

Quando hai iniziato a fare l'insegnante e perché?

Quando trovi qualcosa che ti fa stare bene, almeno per me è naturale "dirlo" anche agli altri. All'inizio, dopo aver frequentato il mio primo *teacher training* (cioè il mio primo corso di formazione per diventare un'insegnante di yoga), come tutti, pensavo che insegnare questa pratica potesse essere eventualmente un'attività alternativa e/o aggiuntiva ad un primo lavoro più stabile e sicuro. Ma poi non c'è voluto molto tempo per rendermi conto che non poteva essere così. E ho abbandonato subito questo possibile compromesso dedicandomi, a mio rischio e pericolo (soprattutto economico), interamente allo yoga. Oggi condividere con semplicità e chiarezza quello che apprendo nel cammino, anche quei contenuti che a volte possono sembrare più “oscuri”, credo sia proprio il mio **DHARMA**, a cui non posso che allinearli. Ed è proprio per questo che ho voluto dare vita anche a **CIAO YOGA**, una vera e propria **comunità virtuale** attiva su *Youtube*, *Facebook* e *Instagram* che cresce e si espande ogni giorno di più con sempre più entusiasmo, *feedback* e partecipazione da ogni parte del mondo: cosa che mi rende strafelice oltre che onorata.

Quali sono i benefici dello yoga?

I benefici sono tanti e vari a seconda del tipo di persona che comincia a praticare, del suo **stato di salute** e della sua “storia” **psico-fisica e sportiva**. All'inizio, per esempio, la sensazione di apertura fisica si accompagna subito con un'evidente migliorata capacità respiratoria. Ma anche qui non si può generalizzare; in anni di insegnamento ho avuto anche tanti allievi fumatori che, dopo aver sperimentato cosa significa respirare a pieni polmoni, cominciavano a tossire e a sentirsi male, e tanti di loro nel tempo li ho persi. Questo perché lo yoga a volte per offrirti i suoi reali benefici, passa attraverso anche fasi in cui poi “così tanto bene non si sta”, e questo il più delle volte cozza con la nostra società contemporanea abituata ad avere tutto e subito: pseudo “ascesa” e salute yogica compresa.

A che età hai cominciato a fare yoga e come ti ha cambiata?

Avevo circa 20 anni e ricordo ancora che quello che mi piaceva di più era la **semplicità** delle classi a cui partecipavo. L'insegnante ci lasciava fare quasi sempre le stesse cose, ma era proprio l'incontro con quella *routine* che all'inizio mi fu tanto utile; e anche quando per ragioni personali dovetti lasciare il corso, portai quei **movimenti di base** sempre con me al punto che ancora oggi alcuni fanno parte della mia **pratica quotidiana**. Più che cambiata, credo che lo yoga mi abbia accompagnato nella mia giusta maturazione. Quando trovi una cosa che senti "fare per te", non è tanto un cambiamento, quanto piuttosto quell'incontro che in un modo o in un altro cercavi da tempo!

Che consigli dai a chi vuole iniziare yoga o un'attività psico-fisica in generale (soprattutto in questo periodo di "quarantena")?

In questo periodo c'è da stare un pochino più attenti del solito perché purtroppo ci sono tanti insegnanti di yoga che lanciano dirette, *live*, corsi *online* gratuiti di ogni tipo e genere e che a volte hanno un approccio molto più "*fitness stressante*" come lo definisco io, che yogico. Da un lato sono io la prima a dire che praticare yoga non è tutto "*peace & love*" e chi mi segue dalle mie classi dal vivo lo sa bene: ma da qui a rendere lo yoga un qualcosa che si può fare così, tutti insieme *online*, senza tener conto di livelli, età, condizioni fisiche etc., bisogna veramente stare attenti. Quello che consiglio per chi vuole iniziare ed è proprio a digiuno di yoga, è **cominciare da programmi ben strutturati** più che *live online*, e che possano realmente dare le giuste basi per affrontare poi più in sicurezza altri corsi, classi e/o stili di yoga. Per esempio, sul mio sito ho ideato un programma chiamato SEI PER TE in cui, attraverso sei classi studiate e collaudate in anni di insegnamento e pratica, riesco a fornire quelle giuste e minime basi per praticare yoga non solo bene e in sicurezza, ma anche e soprattutto piacevolmente. Perché una cosa è certa: se lo yoga non ti risulta piacevole prima o poi diventerà solo il tuo ennesimo obbligo e lo abbandonerai. Cerca il piacere nella pratica e lo yoga sarà sempre con te e per te.

Cosa diresti a chi non ha mai provato yoga e non sa cosa sia?

Che è molto fortunato perché è come una tela bianca su cui lo yoga, se ben temperato, non potrà che apportare benefici. Per arrivare a questo è necessario però liberarsi da ogni possibile *cliché* e/o descrizione che ci hanno fatto altri (amici, parenti, libri, film, *social media*) dello yoga, e cominciare pian piano a praticare in prima persona. Solo l'esperienza diretta in fondo può insegnare davvero, men che meno parole e/o descrizioni; questo vale nella vita quanto nello yoga.

Con questa intervista non voglio spingervi a cominciare un percorso lungo e particolare come quello dello yoga (anche se "tentar non nuoce"), ma vorrei farvi capire quanto **ciò che vi "distrae"** dalla quotidianità **può essere realmente d'aiuto** (ciò vale per qualsiasi attività fisica). Anche io pratico lo yoga, e ho cominciato a farlo proprio ad Aprile del 2019, in un **periodo di profondo stress** a causa della preparazione per l'imminente esame di maturità. Per i maturandi di quest'anno la situazione è ben diversa: la preoccupazione non è per l'esame, al contrario c'è la paura di non farlo proprio o almeno solo in parte (motivo invece di gioia per alcuni)!

Anche se **il momento è diverso, il messaggio è lo stesso**: soprattutto in questo periodo, **l'attività fisica può veramente salvarvi la giornata**, e darvi la spinta per affrontarla appieno come se tutto ciò che c'è fuori non esistesse più.

Ringrazio Daniela per avermi concesso un po' del suo tempo, e vi rimando al prossimo numero e ad un (speriamo) **Maggio migliore**.

Elena Speranza, ex VB

OLTRE IL COLOSSEO: MOSTRE DA CASA

In questo periodo colmo di videochiamate e applausi sul balcone, la cosa migliore da fare è sicuramente distrarsi e occupare il tempo. In nostro soccorso arriva questa fantastica iniziativa adottata da diversi musei e pinacoteche sparse per tutto il mondo, le quali ci offrono la possibilità di goderci il patrimonio artistico da loro detenuto stando comodamente seduti sul divano. Il **Ministero dei beni culturali** ha infatti messo a disposizione tour virtuali per tutti i musei civici romani, seguendo questa scia anche i **Musei Vaticani** hanno deciso di aprirsi al pubblico di internet, offrendo la visione a 360 gradi per la **Cappella Sistina** e per i giardini. Un'altra mostra molto importante facente parte di questo progetto è quella commemorativa del cinquecentenario dalla morte di Raffaello alle **Scuderie del Quirinale**. La visita virtuale accompagnerà i partecipanti in **una passeggiata tra le sale**, custodi di **oltre 200 capolavori** provenienti da tutto il mondo. Un modo per consentire al pubblico di ammirare, anche a distanza, lo splendore dell'arte di Raffaello e la grandiosità del progetto espositivo, nell'intento di condividere cultura e bellezza con il maggior numero possibile di persone. Questa situazione di crisi ha condizionato indubbiamente le nostre vite ma ci ha fatto scoprire un innovativo e sorprendente connubio tra arte e tecnologia.



https://www.youtube.com/watch?time_continue=5&v=F3JDrfGfGUk&feature=emb_logo

<http://m.museivaticani.va/content/museivaticani-mobile/it/collezioni/musei/cappella-sistina/tour-virtuale.html>

Orfeo Sirianni IV C



COVID=GOOD

In this period it's normal to **think always negative** because of this **terrible enemy** that is spreading all over the world. But most people don't know that this virus, so bad for us, **is changing the life of our beautiful but stressed Earth**; yes, because the man really had hurt the planet in centuries, and now it's time for **its turn!**

All around the world, the obligation to stay home is creating **something wonderful**:

-first of all, people have **much more time to spend with their families**;

-as people don't use cars to move, **smog and traffic are much less**, so the sky is clearer than before. In general, there is less pollution in Europe as in the other continents: the ESA (European Spatial Agency) has recorded a **reduction of nitrogen dioxide concentration** (one of the most important pollutants) in the air, in particular in Milan, Paris and Madrid areas;



-activities stop has caused a slowdown of the countries productive engine but also an **indirect impact on the environment**. With movement interruption, **Venice's canals**, without speedboats, have become **clean again**; on the backdrop, you can see **fishes, swans and ducks peacefully swimming**;

-due to visitors drop, in Maesa Camp in Chiang Mai, in Thailand, **78 elephants were released** after 44 years working as humans transporters. From now on, this practice will be not allowed anymore;

-**in Cagliari's port, some dolphins were seen**, probably because they were attracted by clean water (people didn't see them in years);

-**in Trevi's fountain, ducks swim** and boars and swans are regaining their spaces (taken away by the man with industries, houses and streets).

The Coronavirus is devastating men, but it is also **teaching us an important lesson** that we had underestimated for too much time: **respecting the environment means respecting our health**.

If you want to know more, you can visit:

<https://www.ilriformista.it/>

<https://www.nationalgeographic.it/>

<https://www.rainews.it/>

<https://www.lanuovaecologia.it/>

<https://www.vesuviolive.it/>

<https://www.ilmessaggero.it/>.

Elena Speranza, ex V B

I.I.S.

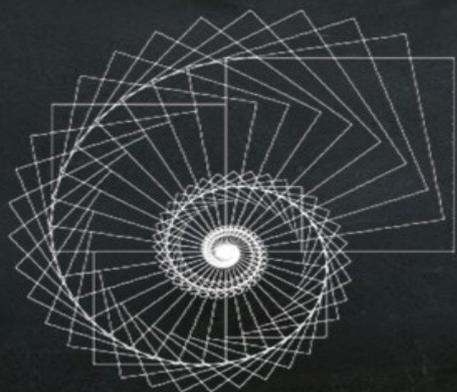
CROCE - ALERAMO

ROMA



Domani
-Home Version-

Un invito ad ascoltare e condividere quanto realizzato dai nostri ex alunni del Croce Aleramo in un momento così difficile e complesso. Grazie ragazzi per la vostra importante e significativa testimonianza! Per ascoltare vedi link: <https://youtu.be/uO5VL7nvMZO>



HOME
RESEARCHERS @ SCHOOL

Pomeriggi di Scienza 2020
ogni giovedì dal 23/04 al 28/05 ⌚ 15:30

 LIVE YouTube INFNLNF

SCRIVETEVI!
FATECI CONOSCERE LE VOSTRE
OPINIONI,
I VOSTRI INTERESSI, I VOSTRI
SUGGERIMENTI PER MIGLIORARE IL
NOSTRO E IL VOSTRO GIORNALE!
INVIATECI UNA MAIL A:
latestata2020@gmail.com

REDAZIONE

Esposito Francesco IV C , Girardi Gabriele IV C
Mangiola Elisabetta IV A, Minati Giorgia V CLT,
Protuc Valeria V CLT, Risica Leonardo IV C,
Sbicca Asia IV C, Sfeir Federica IV C,
Sirianni Orfeo IV C, Speranza Elena ex V B,
Squadrani Edoardo V A, Tortora Valeria IV C

Docente coordinatore: Prof. Fabrizia Monaco