



il Giornale di Attilio

*La vita o si vive o si scrive,
io non l'ho mai vissuta, se
non scrivendola.*
Pirandello

*L'écriture est la
peinture de la
voix.*
Voltaire

ATTILIO ROMANÒ: UNO DI NOI



Attilio Romanò, Napoli 30 marzo 1975 – Napoli 24 gennaio 2005

Attilio Romanò era un imprenditore napoletano che lavorava nel settore della telefonia e dell'informatica. Il 24 gennaio 2005, all'età di 29 anni, fu vittima della camorra per uno scambio di persona. Romanò era l'unico presente nel suo negozio verso l'orario di chiusura quando entrarono i sicari e gli spararono cinque colpi. Come ogni anno, il 24 gennaio scorso la nostra scuola, che porta il suo nome, sita in Miano, nei pressi del luogo dell'omicidio, ha organizzato un evento in sua memoria, alla presenza di alcune autorità e della madre e della sorella di Attilio. In classe abbiamo avuto la possibilità di approfondire l'argomento, vedendo dei video e leggendo degli articoli di giornale online, ed è seguita una conversazione guidata dalla nostra prof.ssa di Lettere. Attilio non aveva nulla a che fare con la camorra. Lavorava onestamente e gestiva il suo lavoro insieme a Salvatore Luise anche lui estraneo a tutto ciò. All'epoca dei fatti, a Scampia era in atto una faida, che vedeva contrapposti il clan Di Lauro e gli Scissionisti. Attilio ha pagato con la sua vita come tante altre vittime il prezzo della realtà di una città come Napoli dove la camorra la fa da padrona. Giustizia è stata fatta però e noi giovani di questo quartiere dobbiamo lottare per sradicare questa "pianta malefica" del crimine ed affermare la legalità!

3CMI
Miriam Nardi
Alessia Musella
Angela Riccio
Anna Andolfi

Giorno della Memoria



Il 27 gennaio di ogni anno ricorre la Giornata della memoria della Shoah. Quest'anno la nostra classe l'ha celebrata attraverso un'attività di cineforum in aula con la visione del film "Lettere da Berlino".

Sinossi:

A Berlino, in seguito alla morte in guerra del loro unico figlio, una coppia di marito e moglie decide di ribellarsi contro il regime nazista. Il marito inizia ad attuare un piano che consiste nello scrivere cartoline a discapito di Hitler e del regime e di lasciarle sparse in giro per la città in modo che la gente le trovi e sappia che la propaganda di Hitler non era veritiera. La polizia tedesca dà inizio alla caccia all' "uomo ombra" che alla fine viene catturato. Le sue idee però erano state ormai diffuse ampiamente, e l'obiettivo era stato raggiunto, sebbene pagando un prezzo alto.

Recensione:

Alla visione di questo film è seguito un dibattito in cui è emerso il nostro giudizio. Questo film tratta un tema storicamente molto importante e fa capire anche quanto sia necessario battersi in nome della Verità e della libertà di un popolo! Ne consigliamo vivamente la visione, per noi è stata una grande opportunità di crescita.

3CMI

Denise Accurso Aurora Greco Tania Flagiello Nicol De Lorenzo



RAFFAELE COPPOLA

BCMI 16/02/2023

MAI PIU'

Lo sapevate che... Curiosità sul Medioevo

Una noce al giorno



Durante il Medioevo, l'albero del noce era molto diffuso in gran parte dell'Europa, dove il paesaggio era variegato: boschi, campi, orti, prati, vigne e pascoli.

Il noce era tra le piante che godevano di particolare tutela e chi ne danneggiava qualcuno pagava una multa in denaro, segno che quell'albero era riconosciuto importante per i suoi frutti e per il suo legno. E pure ciò sembra contraddire la sua fama di albero "malefico", denominato per questo "albero di Satana".

Si credeva, infatti, che le sue radici fossero tossiche ed in grado di far morire la vegetazione circostante.

Addirittura era una credenza popolare che chi si addormentava sotto un noce poteva rischiare di ammalarsi o di incorrere in sventure e malefici generati da spiriti maligni e divinità infernali.

Il vescovo Isidoro di Siviglia aveva stabilito un rapporto tra il termine "noce" e il verbo "nuocere". Contrariamente a queste dicerie e credenze sull'albero, le noci erano molto apprezzate e utilizzate nell'alimentazione degli uomini del Medioevo e le autorità pubbliche di molte località italiane ne controllavano il commercio, limitandone l'esportazione in momenti di crisi e a volte vietandone la vendita ai forestieri.

Le noci venivano per lo più consumate fresche, ma potevano essere anche condite immergendole nel vino e nello zucchero. Alcuni ne ricavano il prezioso olio che poteva sostituire quello di oliva, molto più raro e costoso. È documentata la circolazione delle noci su molte strade d'Europa durante il Medioevo. Tale commercio era molto fiorente e il prezzo di vendita era fissato dalle autorità cittadine locali. In conclusione, la noce occupava un posto di rilievo all'interno dell'economia medievale e in alcune importanti attività e manifestazioni della vita quotidiana della lavorazione Europea.

(Da "Una noce al giorno" in "Medioevo" - De Agostini Periodici)

3CMI

Assunta Manfredini Noemi Giordano Tonia Mancinelli Lidia Petrucciolo



Evotrares

di Anna Sanselmo

5AMI

Ricordo che da bambina, quando mia madre era ancora viva, mi piaceva molto andare nello sgabuzzino di casa nostra super impolverato e poi sfogliare i libri che stavano ammassati per terra uno sopra l'altro e trovarvi all'interno meravigliose immagini di simboli, amuleti o talismani.

Ma a quell'età non sapevo ancora leggere e dato che non potevo capire cosa significassero le parole che quei libri contenevano, mi concentravo molto più sulle loro immagini a cui tentavo di dare una mia interpretazione anche quando sapevo che era sbagliata.

Chissà se quei libri, sono gli stessi che Nightowl ha studiato per diventare mago, o se magari si possono utilizzare per lo stesso scopo; questa curiosità è ciò che mi spinge, impulsivamente, dopo tanti anni, ad andare al piano di sopra e mettere di nuovo piede in quella stanza.

E forse, in tutto questo tempo, nella ristretta oscurità di quello sgabuzzino è spuntato qualcosa di buono, che fino ad allora non poteva mai essermi utile, ma che ora invece è diventato di notevole importanza per me e mi sta chiamando per raggiungerlo.

Scoprirò mai quali segreti vi sono conservati, nelle pagine di quei libri? Non lo so. So solo che devo cercare di trarne il meglio.

Mi rimangono solo quei libri come ultima speranza. Non ho altro.

Tutto mi si agita dentro, il battito accelera come non mai. Non reggo al pensiero di quello che sto per fare.

Avevo promesso a me stessa che non sarei più entrata dentro quella stanza dove i ricordi prendono di nuovo forma e poi il mio cuore cade a pezzi in una tristezza incontenibile.

Ogni cosa, lì dentro, si coalizza e mi incita ad allontanarmi; dalle memorie dei momenti felici trascorsi assieme a mia madre e dal fatto che nulla ritornerà più come prima, e non lo vivrò più, purtroppo, una seconda volta con lei.

Non sopporto il pensiero che lei non sia qui, con me. Per me.

Ma devo andare avanti e farmi forza da sola.

Io non voglio più rimanere qui, voglio andar via, scappare, attraversare il confine verso la libertà. Devo tentare, è la mia unica possibilità.

Per questa volta chiuderò un occhio su ciò che mi ero limitata a fare e andrò contro i miei sentimenti, anche se mamma non c'è più.

Non mi tirerò indietro. Promesso.

Nel mentre avanzo e raggiungo il piano di sopra, spero, prego, di riuscir a scoprire qualcosa, qualunque cosa, in quella stanza dove a breve entrerò. Mi auguro che quel che sto facendo non sia invano e di trovare

qualche testo che mi permetta di andare via da questo posto terrificante.

Mi affretto a salire le scale in legno, la mia mano si appoggia al corrimano tutto sporco di una polverina finissima e intanto insetti simili a maggiolini, dei tarli, si divertono a mangiucchiare tutto il legno della mia casa, fino a quando le mie gambe si paralizzano nel vedere quella porta, e sono poi costrette a dirigersi verso essa e a varcarla una volta per tutte.

A sol toccare quella maniglia tremo tutta intera. I ricordi stanno per affollarsi nella mia mente.

Ho cercato per così tanto tempo di scacciarli via e adesso sono di nuovo obbligata ad aver a che fare con loro.

Cristo Santo! Finalmente ho girato la maniglia e ho spalancato la porta che mi era tanto d'impaccio, simile a un pesante mattone difficile da spostare.

Scivolo dentro la stanza, senza richiudere la porta e un'improvvisa raffica di vento caldo che proviene dalla finestra situata davanti a me, mi scompiglia tutti i capelli.

È sempre stata aperta quella finestra? Strano.

La visuale della camera è la stessa, esattamente come la ricordavo;

il tappeto blu a righe, le due sedie e il tavolino in legno, gli scaffali in ripiano in pieno, gli attrezzi di meccanica sparpagliati un po' di qua e di là, le statuette di fate e di un gatto egiziano a cui manca l'occhio sinistro. E, infine, i libri. Ciò che mi ha motivato a venire di nuovo qui. La mia sola salvezza sta nel leggerli, studiarli a fondo, pagina per pagina e con un po' di caparbia accompagnata, renderli poi la soluzione per far sì che io non perda, mai, il positivismo che posseggo ogni giorno nell'affrontare la vita.

Mentalmente posso vederla, mia mamma, con quel suo sorriso raggianti, coi suoi capelli rossi scombinati, mantenuti da un fermaglio a forma di pesce, vestita sempre di azzurro, i suoi due occhioni color nocciola che scintillano e con quelle sue efelidi concentrate sulle guance, che ho ereditato da lei; sta seduta in terra e racchiusa tra le sue gambe come tra i braccioli di una poltrona.

Questo ricordo, che ho evocato, non mi sembra affatto che mi faccia stare male, anzi, è proprio il contrario.

Ho appena realizzato quanto mi fa bene ricordarla.

E ho la sensazione che tutto quel male che sentivo prima, ora sia scomparso davanti al miraggio di mia madre.

Ciò che adesso provo è sollievo.

Vorrei essere abbracciata da lei, ma mi accontento della sua "finta" presenza.

Come mi guarda adesso è uguale a come mi guardava prima, con quella sua dolcezza che mi confortava l'anima.

In una città che conosce solo cattiveria, lei era il mio angelo custode che mi proteggeva e mi voleva bene davvero.

Diceva che le piaceva il mare, in particolar modo le onde, è per questo che si vestiva sempre di azzurro, per portarsele con sé.

Le onde si rigonfiano, per poi rigettarsi di nuovo. E fanno sempre questo in continuazione senza stancarsi mai.

Ondeggiare, libere all'aria aperta, infrangersi contro la sabbia, i sassolini o le rocce, senza che te lo imponga nessuno, ma perché decidi tu di farlo: questa è la vera libertà, mi diceva.

Peccato che qui a Evotrares non ci sia il mare, pensavo subito dopo.

Le avrebbe fatto piacere.

Non c'è da meravigliarsi quindi che lo bramasse così tanto, qui non c'è nemmeno un misero ruscello.

Ma valeva veramente la pena che ci fosse un mare?

Che se lo immaginava, ha sempre funzionato altrettanto bene, se non meglio. Non avrebbe comunque avuto modo di goderselo il mare, perché doveva tenere conto di altre faccende che guadagnavano tutto il suo tempo.

Mi guardo intorno alla stanza, la circospezione. Mi accorgo che la osservo con curiosità, perché essa non mi è più familiare. Quasi avevo dimenticato che aspetto avesse. E dopo aver passato in rassegna tutti i libri, ne scelgo uno che ha suscitato in me particolare interesse. Si intitola Picatrix ed è cerchiata in rosso la scritta, mentre la copertina, interamente nera, mostra una stella con sette punte che si trova in un cubo, che a sua volta si trova in un cerchio. Questa grande stella ne contiene un'altra più piccola al suo interno, una normale stella con cinque punte.

Lo apro, e già dalla prima pagina posso ammirare strane formule magiche e conoscenze astrologiche.

Mi immergo sempre più, senza fiato, nella lettura di questo libro, fino ad arrivare a pagina 89. Sembra tutto così interessante. Ma difficile da comprendere.

Questa volta dovrò spremere di più le meningi per afferrare tutto di questo manoscritto.

Sento che è di gran valore e ne varrà la pena.

A un certo punto però, intanto che continuo a scorrere con le dita nelle pagine del libro, alle mie spalle sento provenire dalla finestra un rumore di passi pesanti entrare in camera, che marchiano il pavimento della loro grossezza.

Mi giro, sbalordita e vedo uno strano uomo, con un'aureola di capelli bianchi, un naso aquilino, delle enormi borse sotto gli occhi azzurri, e la pelle come quella di un serpente, coperta di squame (le rughe), pronta a cadere per fare spazio a quella nuova.

Sembra che sia vestito per il Carnevale.

Porta un mantello fatto di losanghe bianche e nere. Un buffo cappello in testa simile a quelli che portavano i giullari. Però lui non è vestito multicolore, si direbbe che è un giullare piuttosto tetro, cupo. Per un attimo restiamo in silenzio, a guardarci uno negli occhi dell'altra.

Adesso nella mia testa c'è un'agitazione di pensieri. Ho davanti a me uno sconosciuto che mi fissa e non mi dice niente.

È entrato come un colpo di vento in camera mia, credendo che nemmeno questa volta mi avrebbe trovata. E invece son qui, che me ne sto comoda sulla sedia, col libro tra le mani e con un punto interrogativo che mi fluttua sulla testa, che esprime tutto il mio essere sconcertata nel vedere quell'uomo ritto, impalato, che viola la mia proprietà privata.

Sono convinta che questo lo abbia già fatto un mucchio di volte; sarà entrato in questa stanza più volte e più volte, di nascosto, agendo alle mie spalle. Di sicuro non è la prima volta che lo fa, lo deduco dal suo modo di guardarmi.

Chissà cosa farà, mentre io sono inconsapevole di lui che si ferma in una casa che non è la sua, ma è invece la mia.

<<Sono Nightowl, il mago>> solleva brevemente il buffo cappello dalla testa e poi ve lo rimette come segno di saluto.

Non credo ai miei occhi. È proprio lui in carne ed ossa! Lo conoscevo solo di nome.

E perché varca la finestra per entrare in casa mia? E cosa ci fa ancora qui, a Evotrades? Pensavo se ne fosse andato via da questa orripilante città. Be' se neanche lui c'è riuscito, non credo come potrei riuscirci io allora...

A sentirlo sembra molto colloquiale, malgrado il suo aspetto fisico e ciò che ha appena fatto.

<<Ciao...Come mai sei in casa mia?>> gli dico in un balbettio incomprensibile. Era ora di andare al fondo della questione.

Estrae dal taschino interno della tunica un foglietto mezzo accartocciato. Me lo porge. E io, esitante, lo afferro. Lo apro e con il capo chino, scruto l'insolito disegno raffigurato: un corvo trafitto da una spada.

<<Cosa...cosa significa?>> alzo lo sguardo da quel bozzetto e mi accorgo che Nightowl non c'è più. Non l'ho per nulla sentito uscire.

Forse ero troppo invischiata nel dare un'interpretazione a quel grottesco disegno e perciò ho dimenticato di fare caso ai suoi passi pesanti coi quali si è mosso per andarsene.

Mi appare tutto così inverosimile. Sono sorpresa e anche un po' spaventata: come dovrei reputarlo quest'episodio di oggi?

Un nodo mi stringe la gola. È un presagio che presto mi accadrà qualcosa che non mi immagino nemmeno? Chi può sapere quello che mi succederà? Rabbrivisco per l'emozione di questi pensieri. Per merito di questa forte consapevolezza che mi arriva come una chiaroveggenza, sono certa che tutto ha un nesso. E sono ancora più sicura che prima o poi scoprirò la verità che si cela dietro a questi fatti apparentemente bizzarri.

Nel frattempo, sbircio fuori dalla finestra:

non butta più vento caldo. C'è solo aria afosa, ora.

*STOP ALLE MODELLE
TROPPO MAGRE!*

*Lo dicono 2 gruppi della
moda proprietari di marchi
come: LUIS*

*VUITTON, CHRISTIAN
DIOR, FENDI, GUCCI,
GIVENCHY,
COCO CHANEL.*

*Per esempio GLI ANGELI
DI VICTORIA'S SECRET
seguono in alimentazione
scorretta e stesso le modelle
l'hanno sconsigliata.*

*12 ore prima della sfilata
digiunano.*

*Tutti volevano essere angeli
della moda tranne loro.*



*Stosino Angele, Giotole Miriam, Gece Michele, Cosaburi Angele,
Bordoto Denise, ~~Consiglie~~ Vitole. 4BMI*

alle modelle troppo magre a confrontare la moda curvy cioè una fisicità femminile piuttosto formosa. infatti nel 1904 a New York compare il primo rivenditore esclusivo di taglie forti la fondatrice è : lena bryant La definizione di donna curvy varia continuamente il più delle volte si dice che una donna curvy abbia una figura che ricorda una clessidra: cioè fianchi e busto più larghi rispetto alla vita le donne curvy appaiono sane e contente delle loro forme dato che non digiunano.



4Bmi

Stosimo Angele, Giotole Miriam, Gece Michele, Grobuzi Angele, Barbato Demise, Consiglia Vitale.

Abbi cura del tuo corpo, è l'unico
posto in cui devi vivere.



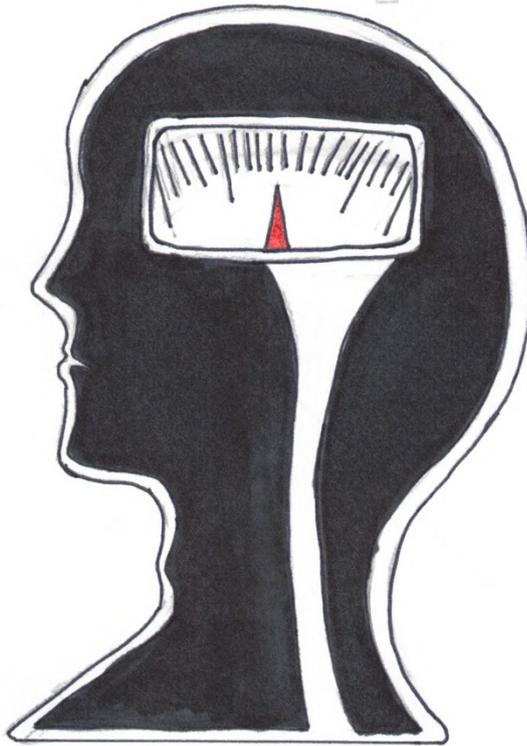
disegno di
Verde Myriam; testi di
Altera Immacolata

Guardare e riuscire a vedere non sono la stessa cosa.



disegno di
Gallo Serena

frasi di
Alberto Tommasini



La sofferenza e l'importanza dell'attento non si pesano in chili.

«L'anoressia è una cicatrice sul cuore che ti resta in eterno. A volte brucia, ma so che non a può riaprirsi, perché sono guarita».

Guarire, senza mai dimenticare. Anna Dell'Era oggi ha 21 anni e vive a Lecco. Ma iniziato a combattere la sua battaglia contro, Anoressia quando ne aveva 16.

E solo un'adolescente quando inizia a pensare di non essere abbastanza magra. Un pensiero che la tormenta fino a farla smettere di mangiare.

Nel giro di un anno, chilo dopo chilo, vede l'ago della bilancia scendere vertiginosamente. E la malattia impossessarsi sempre più di lei e della sua vita. Non riuscivo ad accettare me stessa, il controllo dell'aspetto fisico - racconta - è stato un modo per cercare di cambiare quello che in realtà non riuscivo a modificare della mia personalità. La verità è che non mi amavo.

Non avevo il minimo rispetto per il mio corpo, ma di questo, in quel periodo, nemmeno me ne rendevo conto», Da una parte la paura di non riuscire a trovare la strada giusta, dall'altra il timore di deludere gli altri e di non saper affrontare la vita di adolescente con i suoi conflitti e i suoi turbamenti. Il cibo diventa così per lei il nemico più temibile è lo specchio l'avversario più difficile da affrontare e dal quale continuamente fuggire, «Evitavo di guardarmi. Mi rifiutavo di sapere quello che vedevano gli occhi degli altri lo non riuscivo a scorgere nulla di positivo in me», ricorda

4Bmi

Storino Angela, Girotto Miriam, Grole Michela, Borloto Denise, Vitale Consiglia, Cosoburo

Anoressia e bulimia sono malattie complesse, determinate da condizioni di disagio psicologico ed emotivo, che quindi richiedono un trattamento sia del problema alimentare in sé che della sua natura psichica.

DISTURBI ALIMENTARI

L'anoressia è un disturbo del comportamento alimentare caratterizzato da una restrizione dell'alimentazione dovuta ad un'eccessiva preoccupazione per il peso corporeo, che si esprime con la paura di ingrassare e la ricerca della magrezza. Essa coinvolge gli adolescenti (12-25 anni) che iniziano ad eliminare dalla dieta i cibi superflui, troppo calorici e grassi fino ad arrivare all'eliminazione di cibi quali carboidrati, proteine limitandosi all'assunzione di solo frutta e verdura. Alla dieta viene spesso abbinata un'intensa attività fisica. All'inizio c'è la totale negazione della malattia fino ad arrivare alla creazione di un disturbo dell'immagine corporea che porta il soggetto a vedersi grasso o normale nonostante la perdita costante di peso. La perdita di peso è accompagnata nelle ragazze alla scomparsa del ciclo mestruale.

Chi soffre di anoressia arriva ad un totale logoramento fisico che si riflette in complicazioni a carico di tutti gli organi e che può portare alla morte. Amenorrea, rallentamento del ritmo cardiaco, abbassamento della pressione arteriosa, rallentamento della funzione digestiva e presenza di gonfiori, osteoporosi (dovuta alla diminuzione degli estrogeni a seguito della scomparsa del ciclo), colorito giallastro, aumento della peluria, perdita di capelli, pelle secca e disidratata.

La bulimia è simile all'anoressia; è caratterizzata dall'abbuffata, due episodi la settimana in cui vengono assunte grandi quantità di cibo, solitamente in segreto, lontano dagli occhi di chi potrebbe impedirlo. Fanno seguito contromisure compensative all'eccessiva ingestione di cibo: ha inizio un circolo vizioso che alterna abbuffate a comportamenti eliminativi in un crescendo di senso di colpa, vergogna e insoddisfazione personale. Il metodo più usato è la restrizione alimentare drastica, spesso accompagnata dall'esasperato es. fisico. Altra modalità è il vomito autoindotto determinato dalla sensazione di pesantezza a seguito dell'abbuffata e la paura intensa di aumentare di peso, e l'uso di lassativi e diuretici che portano ad espellere il cibo ingerito.

Le complicanze sono di tipo odontoiatrico causate dal vomito che corrode lo smalto nella parete interna dei denti frontali e al cavo oro-faringeo per il rigonfiamento delle ghiandole salivari (mal di gola, raucedine). Mentre l'uso dei lassativi porta alla perdita di liquidi a danno dei reni perché agiscono solo sulla parte terminale dell'intestino e non sull'assimilazione dei nutrienti.

4BHI

Stajno Anpele, Giotole Miriam, Graia Michele, Ca
Denise Boroboto, Vitale Consiglia, Cosburi Angela

Qualche kilo di troppo

Quest'anno in classe abbiamo discusso dei disturbi del comportamento alimentare. L'argomento è risultato molto interessante e ci ha fornito vari spunti di riflessione per cui Alessia, Anna, Alessia T. ed io - Marika - abbiamo deciso di raccogliere le testimonianze di una persona che ha sofferto di questo tipo di disturbo.

Parlando con un'amica abbiamo saputo che la cugina in passato è stata anoressica e le abbiamo chiesto se fosse stato possibile intervistarla; così l'abbiamo contattata e lei ha accettato. Il giorno dopo eravamo insieme nel suo studio di avvocato.

Aurora è una giovane donna di ventinove anni, piena di entusiasmo. Quando parla le brillano gli occhi anche se spesso il suo sguardo si spegne nel toccare certi argomenti.

Tutto è iniziato a sedici anni, il giorno in cui Aurora non riuscì a infilare i suoi soliti jeans. E, di colpo, la sua fame sparì. Sì, perché racconta che ad un tratto non riuscì più ad avere fame come prima. Una volta arrivate nel suo studio ci siamo accomodate e davanti ad un tè caldo abbiamo iniziato l'intervista.

Marika: "Aurora, quanto il tuo peso ha influenzato il tuo umore?"

Aurora: "Tanto, il mio peso era diventato un pensiero fisso. Mi divertiva vederlo cambiare a seconda di quello che mangiavo. Ero soddisfatta quando la bilancia segnava anche solo qualche grammo in meno."

Alessia: "Ti sentivi in colpa dopo aver mangiato?"

Aurora: "Sì, tantissimo (sorriso pieno)."

Anna: "Venivi giudicata per il tuo aspetto fisico?"

Aurora: "Sì, perlopiù venivo semplicemente criticata, tutti mi dicevano che ero troppo magra e che questa cosa avrebbe fatto preoccupare i miei genitori. Alcuni attribuivano la mia magrezza alla recente rottura con il mio fidanzato. Nessuno capiva le reali ragioni del mio stato."

Alessia T.: "In quel periodo evitavi di uscire?"

Aurora: "No, assolutamente, in quel periodo facevo molte cose. Avevo ancora molte energie e soprattutto mi vedevo bella e mi piaceva stare tra la gente."

Marika: "Avevi paura di non riuscire a farcela?"

Aurora: "No, perché non avevo consapevolezza della mia debilitazione fisica. Io non capivo di essere uno scheletro. Mi sentivo in perfetta forma fisica. Ebbi il primo segnale che qualcosa non andasse quel giorno in cui proprio non riuscivo a correre per prendere un autobus al volo. Fu la prima volta che le mie energie mi abbandonarono."

Anna: "Quando sei guarita hai iniziato a prendere la vita sul serio?"

Aurora: "In realtà avevo preso la vita troppo sul serio per questo mi sono ammalata. Dopo ho iniziato a prendere le cose con maggior leggerezza."

A questo punto l'intervista si è conclusa perché Aurora mostrava una certa fretta.

Ci siamo ripromesse di risentirci e quindi ci siamo scambiate i numeri di telefono. È stata una conversazione piacevole sia per noi che per Aurora. E così ci siamo salutate.

di Manola Nosino
Morena Garnier
Francesca Averga

Nella mia carriera da giornalista non mi era capitata un'intervista così diversa dal normale. Mentre ero al pc, mi arriva una mail da un indirizzo sconosciuto. Non sono solita leggere le email di indirizzi sconosciuti ma questo messaggio mi ha incuriosito. Diceva così: "@Invisiblegirl: Ciao! So che questa mail probabilmente non la leggerai, ma ci provo lo stesso. Sono una ragazza di 23 anni e sono appena uscita dal mio disturbo anoressico. Dopo un lungo percorso di tre anni finalmente sono guarita. Ti scrivo perché voglio diffondere consapevolezza e aiutare le ragazze che si trovano nella mia stessa situazione.

Aspetto tue notizie!"

@EmmaRossetti: "Ciao, la tua mail mi ha incuriosito, quando sei disponibile per fissare un appuntamento? E dove vogliamo incontrarci?"

Dopo questa mail decisi di andare a dormire.

L'indomani accesi il computer con la speranza che la ragazza mi avesse risposto. Così fu.

@Invisiblegirl: "Buongiorno, non mi sarei mai aspettata la tua risposta. Se per te non è un problema preferirei un'intervista via mail. Non voglio che il mio nome venga pubblicato, anche perché non voglio che le persone pensino che io lo faccia per avere popolarità." Che richiesta insolita pensai; non mi è mai capitata una cosa del genere in tutta la mia carriera, così insolita che mi incuriosì, così accettai.

@EmmaRossetti: "Un'intervista diversa dal solito mi piace! Io direi d'incominciare subito, parlami un po' di te e dimmi come è iniziata."

@Invisiblegirl: "Fin da bambina sono sempre stata in carne e per questo venivo criticata dai miei compagni di scuola. Ma quando ero piccola grazie ai miei genitori non ci facevo caso. Il problema arrivò quando iniziai le superiori. I primi due anni ero sempre più insicura e le critiche continuavano ad aumentare. A settembre però, all'inizio del mio terzo anno di superiori, decisi di cambiare per piacere agli altri ma soprattutto per piacere a me stessa.

Iniziai una dieta e mi iscrissi in palestra e dopo un lungo anno dai 90kg arrivai a pesarne 70 ed essendo alta ero entrata nel mio peso forma.

Iniziai a ricevere molti complimenti e ad essere notata dai ragazzi ma a me non bastava. Le diete diventarono più drastiche fino a diventare digiuni. La palestra diventò la mia seconda casa e dopo un altro anno pesavo 55kg.

La mia famiglia e le mie amiche mi fecero notare che stavo dimagrendo troppo ma a me non interessava perché volevo essere sempre più magra."

@EmmaRossetti: "Trattenevi la fame o non ne avevi?"

@Invisiblegirl: "Inizialmente la trattenevo ma poi scomparve ed anche se mangiavo una mela ero già sazia."

@EmmaRossetti: "Iniziasti ad avere dolore fisico? Se sì, sovrastava quello psicologico?"

@Invisiblegirl: "Quando iniziai a perdere troppo peso avevo mal di testa continui, avevo sempre freddo ed ero sempre stanca. Abbandonai infatti la palestra. Di dolore psicologico non ne avevo perché per me era tutto normale."

@EmmaRossetti: "Sforzavi il vomito quando mangiavi troppo?"

@Invisiblegirl: "Purtroppo sì, prima dell'anoressia passai ad una fase bulimica."

@EmmaRossetti: "L'episodio più brutto dell'anoressia?"

@Invisiblegirl: "Il mio episodio più brutto è stato quando arrivai a pesare 45kg; avevo continui giramenti di testa e crampi allo stomaco. Ringrazio ancora quel giorno mi trovavo a casa mia perché svenni e i miei genitori mi portarono all'ospedale. Capì di trovarmi in seria difficoltà quando vidi la paura negli occhi dei miei genitori. Iniziarono i sensi di colpa per l'accaduta e li decisi di farmi seguire da un centro e di andare da una psicologa."

@EmmaRossetti: "Hai paura di ricaderci?"

@Invisiblegirl: "Fortunatamente posso dirti di no, perché ho capito che il digiuno non porta a nulla se non a farmi stare male e che è meglio farsi seguire da un nutrizionista."

@EmmaRossetti: "Che consiglio vorresti dare alle persone in questa situazione?"

@Invisiblegirl: "Il mio consiglio è quello di farsi sempre aiutare, isolarsi non porta a nulla, parlatene sempre con qualcuno, non date peso al giudizio degli altri, ricordate: magrezza non è sinonimo di bellezza."

@EmmaRossetti: "Ti ringrazio per avermi contattata, per aver parlato con me perché so che è difficile parlarne e ti ringrazio perché con le tue parole puoi salvare tantissime ragazze come te che ci possono cadere o già ci sono cadute."

@Invisiblegirl: "Io invece ringrazio te per avermi risposto, per avermi ascoltata e non avermi giudicata. Non vedo l'ora di leggere l'articolo."

Subito dopo aver concluso la chat mi misi a scrivere l'articolo, pensando a quanto fosse stato difficile per lei e la sua famiglia questa brutta esperienza e quanto forza ci abbia messo per farsi aiutare ad uscire da questo periodo.

di Naomi Capuano
Alessia Scognamiglio
Sara Corsetti

Siamo andate a casa di una nostra amica che ci ha raccontato che sua mamma aveva sofferto di anoressia e noi, interessate all'argomento, ci siamo rivolte a lei per avere le giuste risposte.

Una volta arrivate ci ha accolto offrendoci un caffè con dei biscotti e si è presentata. Dopodiché, Sofia ha iniziato a raccontare la sua storia.

Ci ha raccontato che per lei inizialmente era tutto normale e quando perdeva peso era contenta e non era a conoscenza di quello che le stava accadendo.

Ha iniziato a rendersene conto un giorno in cui stava giocando a pallone e correndo si rese conto che faceva fatica. Dopo quell'episodio capì che c'era qualcosa che non andava. Ci ha confessato che non aveva un bel rapporto con i genitori e in quel brutto periodo non si sentiva amata e si autoledeva con le bruciature delle sigarette.

Dopo che ci ha spiegato la sua storia, le abbiamo chiesto se potevamo fargli delle domande e lei ha accettato.

Naomi: "Sofia come vi siete sentita a trovarvi da sola in un momento di difficoltà?"

Sofia: "Mi sentivo forte perché mi ha sempre dato fastidio cercare l'aiuto di qualcuno o quando cercavano di aiutarmi perché ero sicura che ce l'avrei fatta da sola."

Sara: "A che età siete uscita fuori da questa situazione?"

Sofia: "L'uscita è stata molto lunga e quindi è iniziato tutto pian piano. Ne sono uscita dopo tre anni durante la mia prima gravidanza, all'età di venticinque anni."

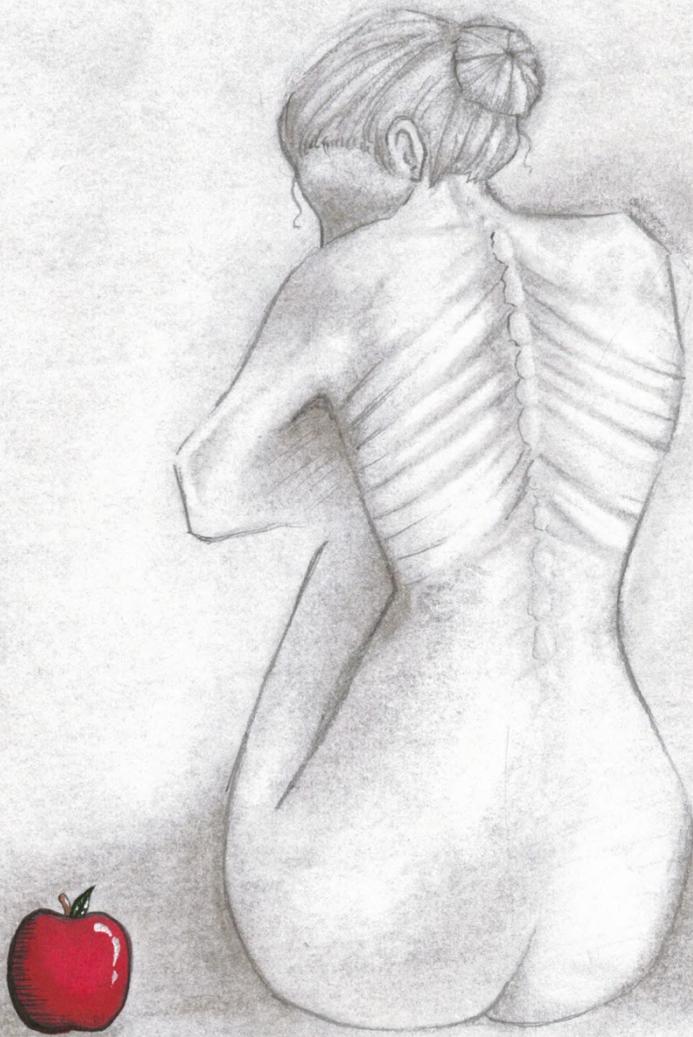
Alessia: "Come vi sentivate con il vostro corpo a metterlo in mostra anche andando al mare? Quali erano i vostri pensieri?"

Sofia: "Io non mi facevo pensieri perché mi sentivo bene con me stessa, stavo bene con il mio corpo e non avevo vergogna."

Dopo queste domande l'abbiamo ringraziata per la sua ospitalità e la sua disponibilità.

Tornando a casa, ci siamo confrontate parlando di cosa ci avesse colpito molto e cosa dispiaciuto di più.

Ci ha colpito molto il fatto che nonostante questa difficoltà Sofia abbia trovato la forza di andare avanti da sola.



Henia Trona GBmi

Bulimia

La bulimia nervosa, o semplicemente bulimia, è un disturbo del comportamento alimentare che consiste in una voracità patologica ed eccessiva nel mangiare, seguita talora da induzione del vomito, utilizzo di lassativi, digiuno o eccessiva attività fisica.

Chi è colpito dalla bulimia e bulimia parziale sono soprattutto le ragazze .la maggior parte le donne tra i 15 e 25 anni.

Sono maggiormente colpite le donne a causa degli standard di bellezza "ideale" imposti dalla moda, dai mass media, dalle riviste e dalla televisione; tuttavia è stata proposta anche una spiegazione biologica correlata al ruolo degli ormoni sessuali nella regolazione della serotonina (un neurotrasmettitore che regola il tono dell'umore, la fame e la sazietà in relazione alle emozioni) che aumenterebbe nel sesso femminile a seguito di una restrizione calorica.

I sintomi della bulimia

abbuffate ricorrenti caratterizzate da eccessiva voracità nel consumare cibo e dalla perdita di controllo dell'atto del mangiare; comportamenti di compensazione; il più frequente è il vomito autoindotto, ma alcune persone assumono anche lassativi e diuretici con lo scopo di non assimilare tutte le calorie introdotte con il cibo; preoccupazione estrema per il proprio peso corporeo.

**4bmi Chiara Morgese
Fabiana Donnarumma**

Intervista a Lady Gaga sulla bulimia

Parlando alla conferenza delle giovani donne di 'It's our turn', Lady Gaga confessa di aver «vomitato per tutto il periodo del liceo». «Questo dimostra che non sono affatto una persona sicura di me», così Lady Gaga racconta dei disordini alimentari... la bulimia.

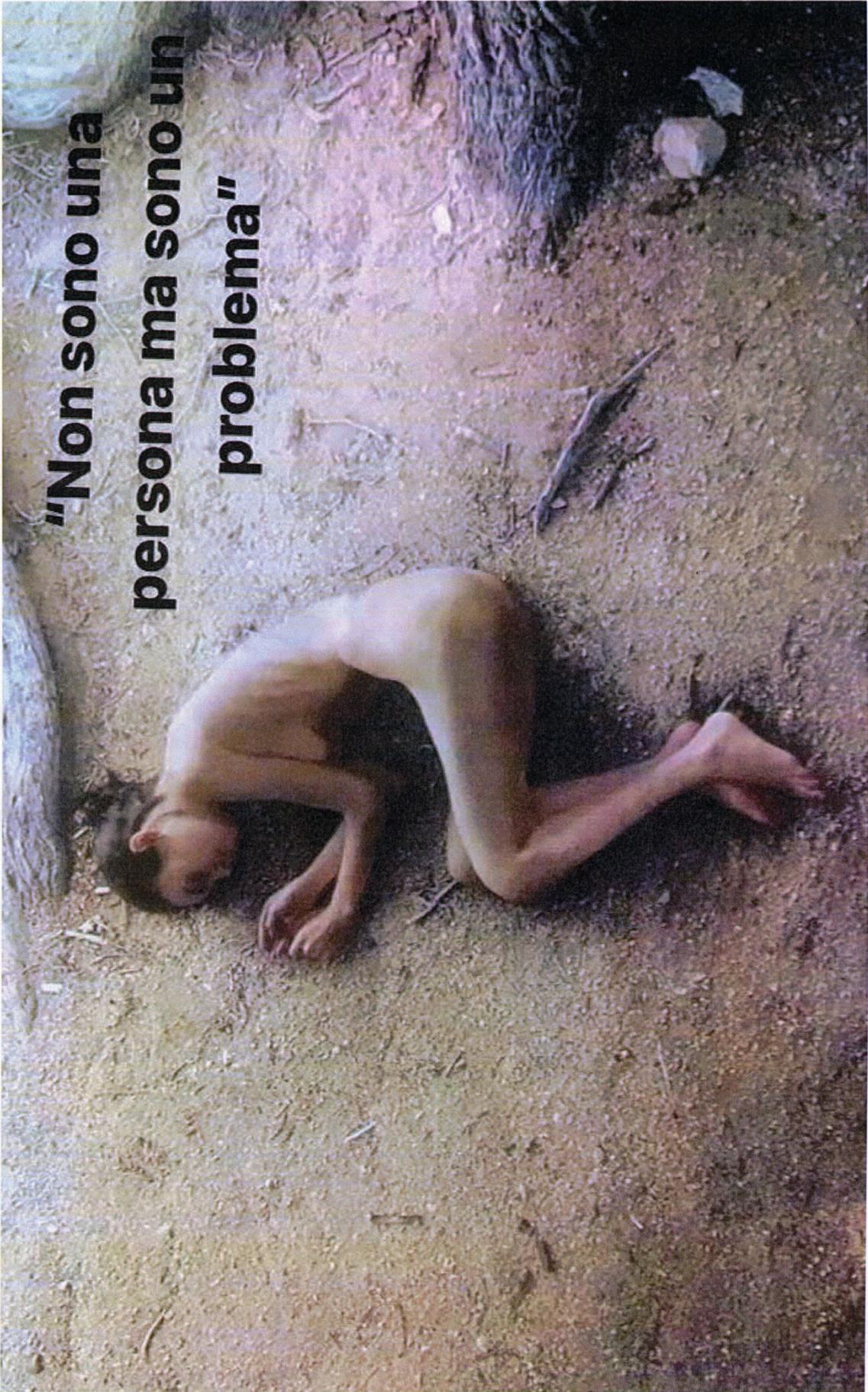
Di fronte a una platea di giovani donne riunite alla Brentwood school di Los Angeles. «Volevo diventare magra come una ballerina, ma invece ero una piccola ragazzina italiana dalle curve voluttuose, il cui padre dava da mangiare polpette ogni sera. »

La star della musica internazionale rivela di essere comunque preoccupata per il suo peso, ma ha esortato le giovani ragazze a smettere di essere così fissate sul corpo e ossessionate dalla magrezza.

4BNI Chiara Morgese
Fabiana Dampaninonda

IVsmi

**"Non sono una
persona ma sono un
problema"**



23 FEB 2023

Giorgia Monti, Annamaria Sorrella, Naomi Lanzato, Angela Sorrella, Chiara Leclerc.

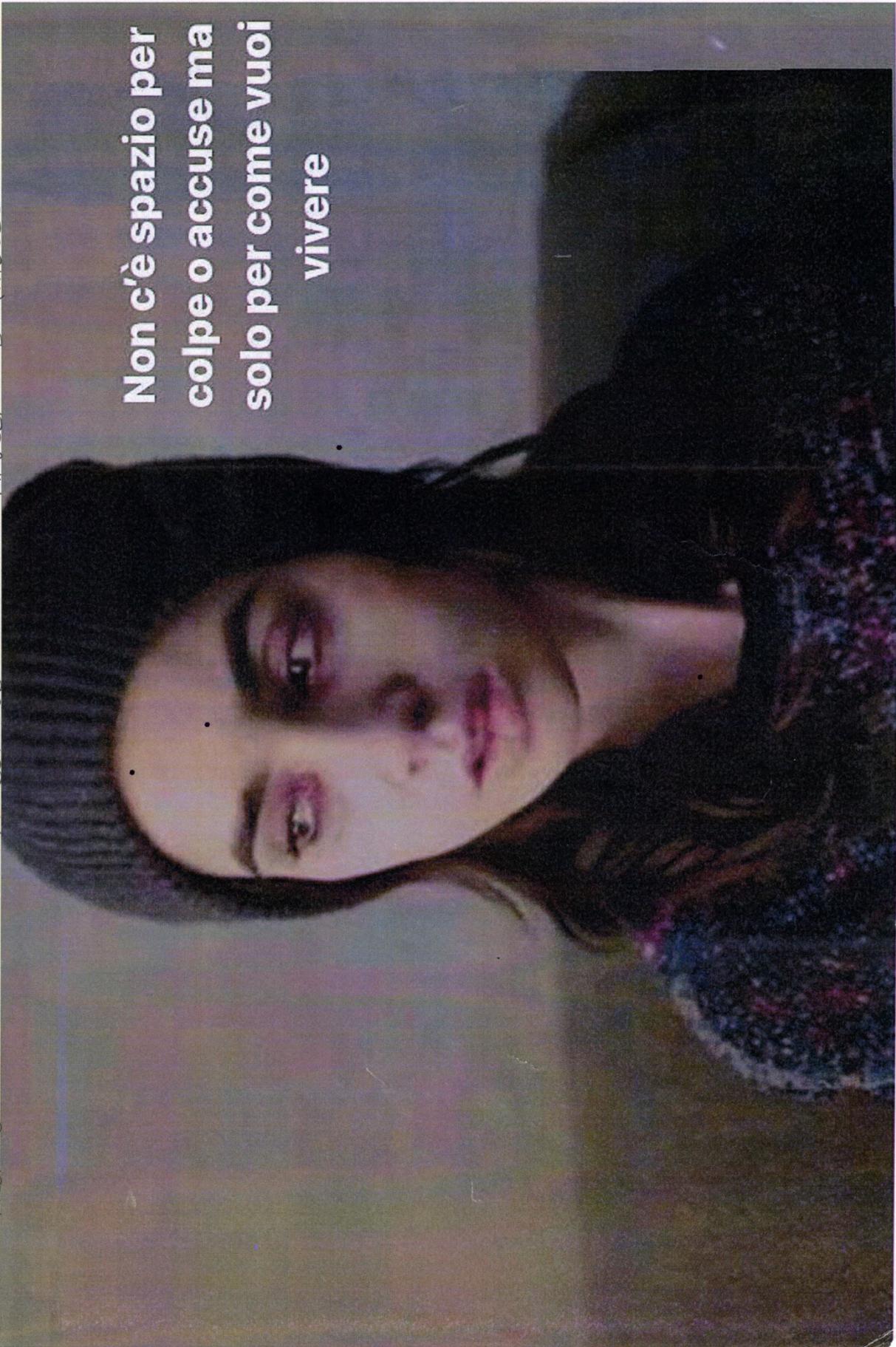
Noemi Zazzaro

Chiara Cerbone

Angela Borriello

HKSM

**Non c'è spazio per
colpe o accuse ma
solo per come vuoi
vivere**



GIORGIA MONTE

23 FEBBRAIO 2023

ANGELA BORRIELLO

NOEMI ZAZZARO

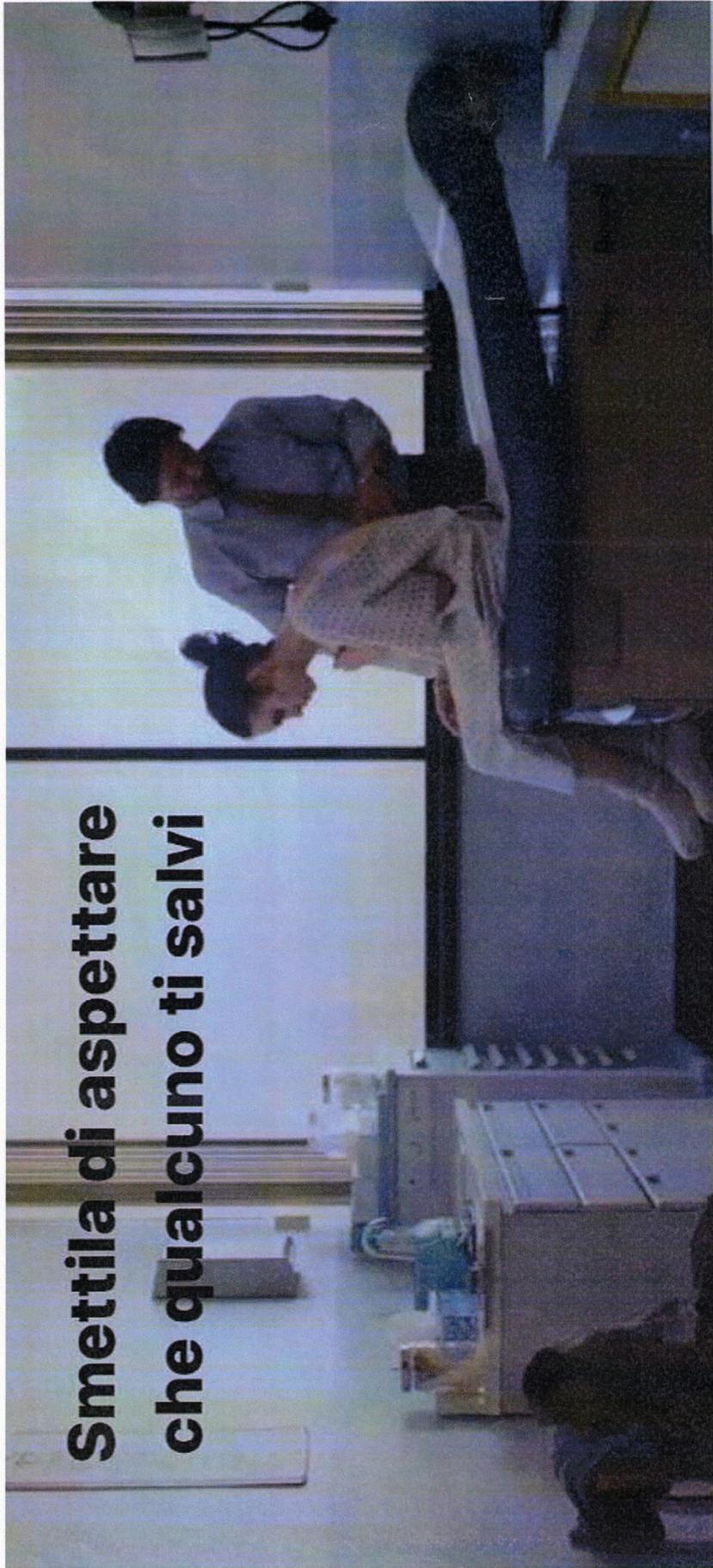
CHIARA CERBONE

ANGELA BORRIELLO

GIORGIA MONTI

ANNAMARIA IAZZETTA

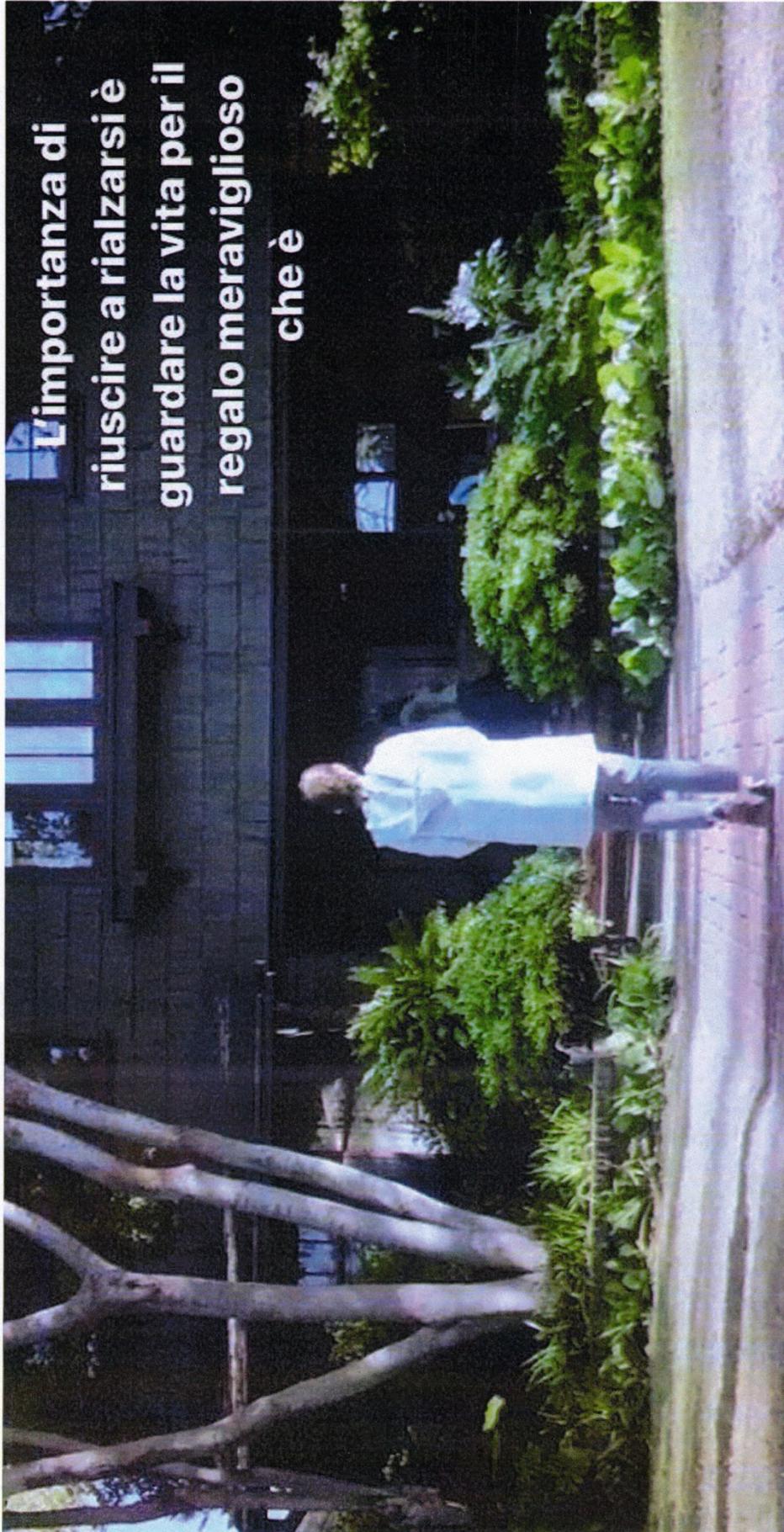
**Smettila di aspettare
che qualcuno ti salvi**



IVbmi

23 FEBBRAIO 2023

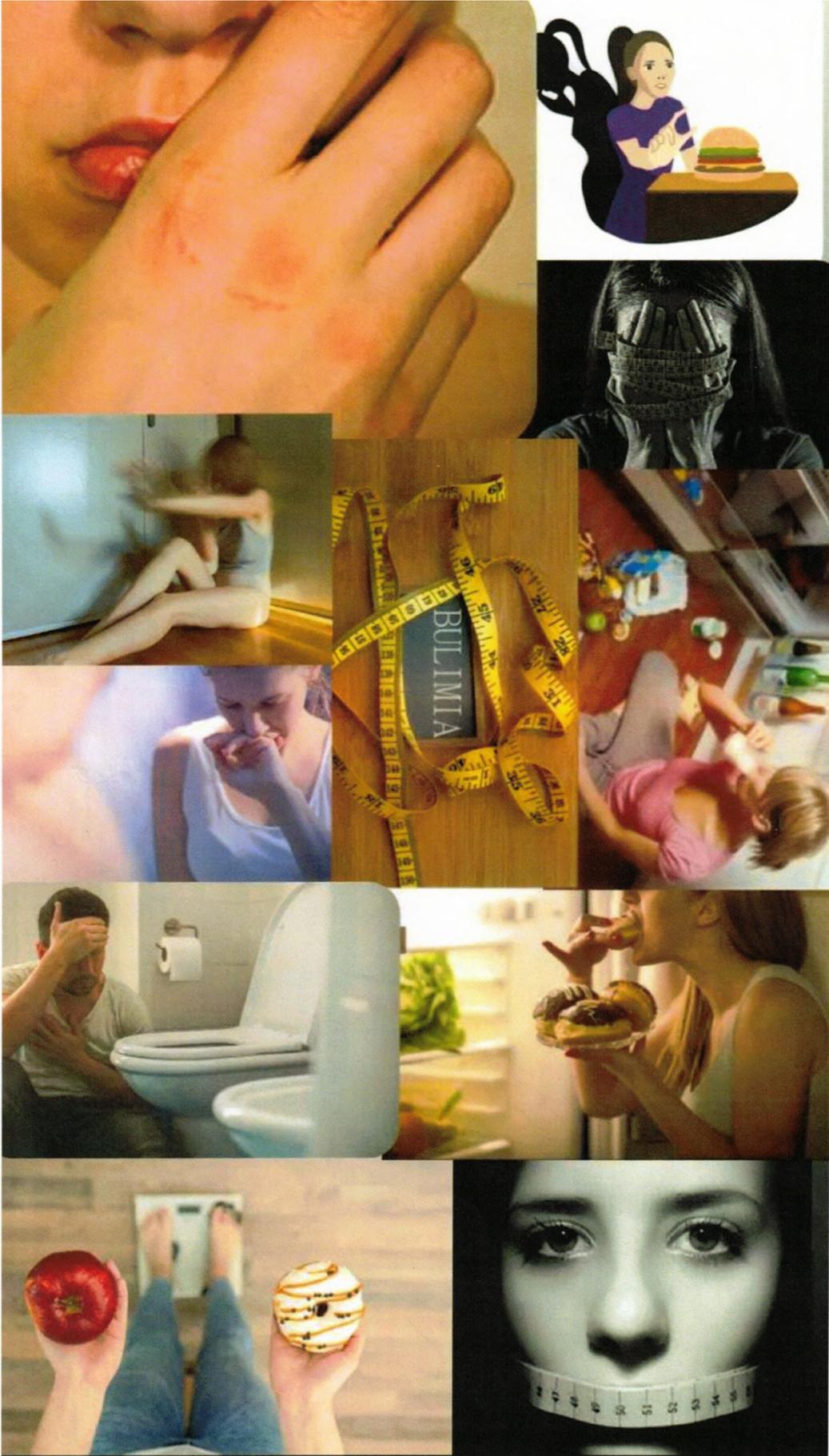
IVbmi



**L'importanza di
riuscire a rialzarsi è
guardare la vita per il
regalo meraviglioso
che è**

Giorgia Monti, Annamaria Sorrotto, Noemi Sorrotto, Angela Sorrotto, Chiara Sorrotto.

23 FEB 2023



ARIANNA
NEUT-

FRUTTA E VERDURA

PREVENZIONE
MALATTIE

Carboidrati
proteine

RICCHE
DI
SALI
MINERALI

RICCHE DI
VITAMINE:
A, C, B2,
B12

RICCHE
DI
FIBRE

ANTIOSSIDANTI

ARTICHO
GIOVANNI

NASTI
KARLA
IACONO



RICCHE
ACQUA





**IL LATTE
E I SUOI
DERIVATI**

**Ricchi
di
calcio**

**Ricchi
di
proteine**

**Ricchi
di
proteine
D.B.3**

APRILIA GIOVANNI

SAVINI SO

LADELFIA

Certosa

alax

ACTIVA

YOMO!

GRANA
PADANO

CREMA
BEL PAESE

PHILADELPHIA

Galbanino

Fattolo

YOMO!

YOMO!

YOMO!

YOMO!

YOMO!

YOMO!

YOMO!

YOMO!

YOMO!

Recensione

Fino all'osso

Il film che abbiamo visto - Fino all'osso - parla dei disturbi alimentari e nello specifico dell'anoressia.

Il film evidenzia l'importanza di curare questo disturbo, dato che, solo quando una persona se ne rende conto accetta l'aiuto, inizialmente non dà peso al problema. Questo disturbo parte dalla testa e di solito dietro a tutto questo ci sono gravi problemi, mancanze o traumi. Infatti, si scopre che la „non fame” alimentare dell'anoressica nasconde un'immensa fame d'amore.

Il film racconta la storia di una ragazza anoressica che finisce in una clinica per farsi curare ma inizialmente non vuole accettare l'aiuto perché secondo lei sta bene. Vede tutte le persone a lei care stare male per il suo disturbo e crede di essere diventata un problema e non più una persona.

Nella clinica dov'era ricoverata fa amicizia con tante persone e trova anche l'amore, che proverà ad aiutarla e che le fa fare anche dei passi avanti ma questo non basterà perché poi tornerà al punto di partenza per vari problemi che la affliggono e per i sensi di colpa.

Solo alla fine quando si ritroverà tra sé e sé si renderà conto della situazione e proverà davvero a superare questo disturbo.

di Giorgia Monti
Annamaria Iazzetta
Noemi Zazzaro
Angela Borriello
Chiara Cerbone

Quotidiani in classe

