

Buone Vacanze

Bisognerebbe dargli un riconoscimento ufficiale, qualcosa che lo ricordi nei secoli dei secoli. Ogni città del mondo dovrebbe avere una piazza o una strada a lui dedicata, con una targa tutta d'oro costellata di pietre preziose, con su scritto: "Pino Pallino, uomo di indiscusse virtù, colui che ha avuto la migliore 'pensata' che la storia ricordi".

Di chi stiamo parlando? Ma è chiaro! Ovvio! Di quel gran genio che, in un bel mattino di primavera (perché a primavera si risvegliano parecchie cose. Anche i cervelli), svegliatosi più stanco di quanto lo fosse prima di coricarsi, si è affacciato alla finestra della sua cucina e, con quanta voce aveva in corpo, ha gridato: "Che ne dite di andare in vacanza?"

Vacanza. Che bella parola! – direbbe Totò. Provate tutti a ripeterla piano piano, quasi a sillabarla: VA-CAN-ZA. La bocca si apre tre volte di seguito (se la pronunci bene addirittura si spalanca), il corpo si rilassa e la mente comincia a volare lontano, verso spiagge dorate che scivolano lentamente su mari turchini; o su montagne piene di profumi, di colori e sapori inimmaginabili. Parola d'ordine? Rilassarsi. Non importa dove si va; il vero vacanziero, colui cioè che coglie a fondo il senso profondo della vacanza, può rimanere anche a casa a leggere un bel libro, a giocare, a fare un bellissimo niente. Anche la redazione di "Infocare" chiude, per quest'anno, i battenti. Prima, però, vuole augurare a tutti i suoi lettori grandi e piccini, ai loro parenti, ascendenti e discendenti, un sincero, cordiale e affettuoso: Buone Vacanze" (sillabando l'ultima parola).

Le Insegnanti

Il cambiamento inizia da noi

Può sembrare una frase banale, ma non lo è: "Il cambiamento inizia da noi. Ognuno di noi deve impegnarsi in azioni per migliorare il mondo in cui viviamo. Si tratta di azioni, di atteggiamenti che non solo migliorano la nostra qualità di vita, ma anche e soprattutto quella degli altri. Quali sono queste azioni?"

Non lamentarsi

Prendere iniziative

Essere onesti

Aiutare invece di criticare

Sviluppare l'empatia

Dare il buon esempio

Riflettiamoci bene... Sono o non sono tutte azioni alla portata di tutti?

Giorgia Villani

La Salute Alimentare

Quando si parla di alimentazione sana ci si riferisce a un regime nutrizionale equilibrato, che favorisca il benessere dell'organismo fornendogli ciò di cui ha bisogno e limitando gli alimenti che potrebbero recargli danno. Vediamo nel dettaglio come fare. La colazione è un pasto importante; perciò deve essere equilibrato. Una buona colazione è composta da una bevanda calda o fredda e da un alimento dolce o salato. Molti, oggi, bevono il latte. Ma non è sempre stato così. Il latte, infatti, ha cominciato ad essere utilizzato nel Novecento, quando nacquero i frigoriferi. Prima il latte veniva usato solo per fare i formaggi, perché non poteva essere conservato. Lo spuntino e la merenda servono a darci una carica di energia e ci permettono di non arrivare a pranzo e a cena eccessivamente affamati. Gli spuntini devono essere leggeri: uno yogurt, un frutto, un gelato sono alimenti che costituiscono ottimi spuntini. Bisogna, invece, evitare patatine, pizzette, focacce perché sono poco digeribili e appesantiscono, rendendo più faticoso anche il lavoro mentale. A pranzo e a cena bisogna mangiare, oltre a un po' di pasta e di pane, anche carne, pesce, uova, formaggi, frutta e verdura. Bisogna, infine, fare attenzione a non mangiare troppe cose fritte, dolci e cibi esageratamente conditi. Bisogna sempre bere molta acqua e spremuta di frutta fresca al posto di bevande gassate. Oltre ad un'alimentazione corretta bisogna praticare sport o fare passeggiate perché fanno bene alla salute. In redazione è stata fatta una ricerca sulla malnutrizione; l'articolo è a pag. 7.

Sofia Zaaouate

In questo numero:

Agenda 2030... pag. 2

L'esperienza del giornale... pag. 3

Parliamo di mamme... pag. 4-5

I nostri perché... pag. 6

Strani brontolii... pag. 7

Pubblicità sociale... pag. 8



In Redazione

Elena Arduino, Mattia Avagliano, Giovanna Belmonte, Andrea Cavallo, Mattia Conte, Elena Cosma, Asia De Chiara, Mattia Della Rocca, Marika De Matteis, Vittorio Di Giovambattista, Martina D'Onofrio, Giorgia Fummo, Daniele Guerra, Claudia Lambertucci, Benedetta Landi, Lorenzo Laurino, Laura Mansi, Antonio Marino, Francesca Marino, Giorgia Merola, Giovanni Muccillo, Vittoria Paolillo, Francesca Petti, Vincenzo Quaranta, Olimpia Rigliano, Ludovica Romano, Attilio Rosapepe, Sara Sparano, Samuele Tedesco, Giorgia Villani, Samuele Virtuoso, Sofia Zaaouate



*Agenda 2030 - Obiettivo 5

La parità di genere

Il 25 Settembre del 2015 i capi di Stato di 193 Paesi, durante un incontro delle Nazioni Unite, stilarono una lista con 169 obiettivi da raggiungere. Si tratta della famosa "Agenda 2030"; tra gli obiettivi c'è, ad esempio, la lotta alla povertà, l'eliminazione della fame, il contrasto al cambiamento climatico e l'abolizione della differenza di genere. Su quest'ultimo obiettivo si è fermata l'attenzione dei nostri piccoli giornalisti. Nelle pagine che seguono, potrete leggere ciò che hanno prodotto.

Tra le tante disuguaglianze che esistono nel nostro pianeta, una delle più diffuse e presenti nel mondo, anche se in modi diversi, è quella tra uomini e donne. Non c'è nulla da fare: ancora oggi, nella vita sociale, la popolazione femminile è svantaggiata. Ci sono, nel mondo, ancora tanti Paesi dove la donna è completamente sottomessa all'uomo e non può decidere della propria vita e del proprio futuro. Raggiungere la parità di genere è l'Obiettivo n. 5 dell'Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile. Ma cosa significa "parità di genere"? Significa garantire a ragazzi e ragazze le stesse opportunità di istruzione, lavoro, vita sociale, accesso alle cure e rappresentanza nella politica. Significa anche che non esistono lavori da uomini e lavori da donne, sport da uomini e sport da donne, giochi da ragazzi e giochi da ragazze. La nostra Costituzione, all'articolo 3, afferma che "Tutti i cittadini hanno pari dignità sociale e sono uguali davanti alla legge, senza distinzione di sesso, razza, lingua, religione, opinioni politiche, condizioni personali e sociali.

Attilio Rosapepe – Mattia Avagliano – Giovanna Belmonte

Le donne sono sempre state discriminate. In Afghanistan, ad esempio, la parola "donna" viene usata come un insulto. Le famiglie festeggiano la nascita di un maschio, ma non quella di una femmina. Le donne vengono considerate stupide fin dalla nascita. In Iran le donne non possono cantare, ballare, recarsi negli stadi, vestirsi come vogliono e viaggiare all'estero da sole. Non hanno diritto al lavoro, alla dignità e nemmeno alla salute. In Somalia le donne subiscono violenze non possono muoversi e spostarsi da sole. In Italia le donne hanno ottenuto il diritto di voto solo nel 1946. La Costituzione italiana garantisce alle donne gli stessi diritti degli uomini, anche se esistono ancora situazioni in cui il lavoro di una donna viene pagato meno di quello di un uomo. Noi Italiani dove mmo prendere esempio dalla Norvegia, che è uno dei Paesi che dà più diritti alle donne.

Elena Cosma –Andrea Cavallo – Giorgia Fummo

Uomini al fianco delle donne

Mentre molto è stato giustamente scritto sulle donne che hanno combattuto per i loro diritti, meno si sa sugli uomini che hanno parlato, scritto, pubblicato e fatto pressioni affinché, tra le altre cose, le donne conquistassero il diritto al voto. Hanno combattuto con tenacia, finché tale diritto non è stato conquistato.

Il 16 Maggio 1911, le donne marciavano portando in mano cartelli con slogan, bastoni e bambini in braccio. Affrontavano le cariche della polizia, cercando di difendersi da offese, botte e maltrattamenti. Alcune erano state licenziate, cacciate di casa, private dei figli. Quel giorno, appunto, una marea di donne invase la Fifth Avenue, famosa piazza di New York. Tra loro c'era un piccolo gruppo di uomini: erano 89 in tutto, vestiti di tutto punto. Marciavano in file di quattro, seguendo i passi delle donne. Anche loro, come le donne presenti, dovettero sopportare scherni, fischi e grida. **Pur restando nelle retrovie, mostrarono in concreto cosa vuol dire la parola supporto. Perché il supporto serve sempre; non prendere posizione significa essere parte del problema.**





UN'ESPERIENZA FANTASTICA

Elena Arduino, Mattia Avagliano, Giovanna Belmonte, Andrea Cavallo, Mattia Conte, Elena Cosma, Asia De Chiara, Mattia Della Rocca, Marika De Matteis, Vittorio Di Giovambattista, Martina D'Onofrio, Giorgia Fummo, Daniele Guerra, Claudia Lambertucci, Benedetta Landi, Lorenzo Laurino, Laura Mansi, Antonio Marino, Francesca Marino, Giorgia Merola, Giovanni Muccillo, Vittoria Paolillo, Francesca Petti, Vincenzo Quaranta, Olimpia Rigliano, Ludovica Romano, Attilio Rosapepe, Sara Sparano, Samuele Tedesco, Giorgia Villani, Samuele Virtuoso, Sofia Zaaouate: questi i nomi dei bambini che hanno composto la redazione di questo giornale. Ognuno ha dato un pezzetto di sé. Nelle pagine che seguono vi raccontano le emozioni provate durante lo svolgimento di questo progetto extracurricolare.

La mia esperienza qui al giornale è stata bellissima. Ho imparato un sacco di cose nuove. Ero felice di venire, ogni mercoledì. Il primo giorno mi sono emozionata perché non conoscevo tutti. Pian piano ho fatto amicizia e mi sono sentita accolta

Questa è stata proprio un'esperienza appassionante. Ho imparato tanti termini nuovi: titolazione, timone, 5W, menabò, impaginazione. Prima manco sapevo che esistessero! La cosa più bella di tutte è che ho fatto nuove amicizie. Tutte le volte iniziavamo con la sigla ed io mi divertivo moltissimo

Per conoscerci abbiamo fatto diversi giochi e, quando l'incontro finiva, un po' mi dispiaceva. La timidezza che c'era se n'è andata via.

Tutti i mercoledì andavo al corso di giornalismo alla scuola Alfonso Gatto. È stata un'esperienza fantastica. Lì ho incontrato alcuni compagni di classe e ho conosciuto alunni di altre classi.

A inizio incontro c'era sempre la sigla con la canzone di Annalisa, "Sinceramente", accompagnata da un balletto. Con i miei compagni mi sono divertito molto e questa sarà di certo un'esperienza che non dimenticherò mai

Abbiamo studiato tanti argomenti: com'è fatta la prima pagina di un quotidiano, la regola delle 5 W, come si fa una pubblicità e tante altre cose. Abbiamo fatto delle ricerche che, come tutte le ricerche, mi hanno fatto scoprire cose nuove.

Per me questa esperienza al giornale è stata magnifica. Tutti i mercoledì ero ansioso di imparare nuove cose insieme alle maestre. Lo sapevi che ci sono quattro tipi di cronaca?

Io ora, quando vedo un giornale, capisco come è fatto. Abbiamo studiato molto la prima pagina, cioè la "vetrina" del giornale, che deve essere la più bella perché deve colpire il lettore e invitarlo a comprare il giornale.



Com'è bello scrivere per un giornale! Mi sento importante e felice. Forse la mia scrittura è migliorata? Non lo so, ma so che ora mi vengono più idee e la penna è più veloce.



Questa è la prima volta che faccio parte della redazione di un giornale. Mi piace, perché io sono molto creativa. Ho conosciuto molte persone nuove, che vengono dall'altra scuola e perciò ora ho molti più amici



Io prima di fare questa esperienza non sapevo che esistevano i titoli caldi e i titoli freddi. E non sapevo nemmeno cos'era un occhiello!

C'era una maestra, al corso di giornalismo, che aveva gli occhi pieni d'amore.



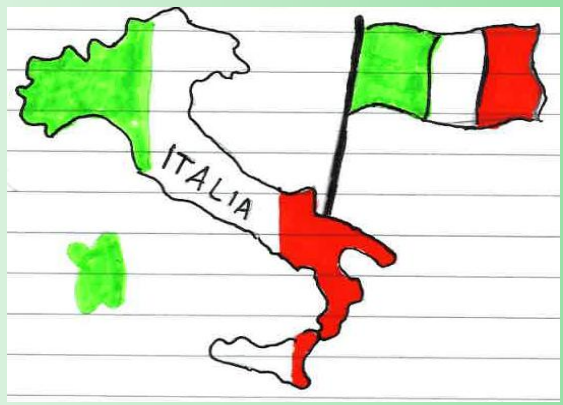


CURIOSITÀ

Perché l'Italia si chiama così?

Il nome Italia deriva da un termine che i Greci usavano per indicare i Vituli, una popolazione che viveva nella parte meridionale dell'Italia, vicino Catanzaro.

Il nome "Vituli" significa "abitanti della terra dei vitelli". All'inizio, con il nome Italia, si indicava solo la Calabria. Dopo qualche anno, il nome iniziò ad indicare tutta la parte meridionale della penisola,



Il nome Italia, pian piano, cominciò ad indicare i territori che dalla Calabria arrivavano fino alle Alpi. Dopo le importanti vittorie dei Romani contro i Sanniti e Pirro, il nome Italia si estese fino al fiume Rubicone. E così, anche le regioni del Nord, presero il nome Italia. I confini vennero ingranditi con la riforma di Augusto.

Sofia Zaaouate – Giorgia Merola – Daniele Guerra

Chi ha inventato il gioco del calcio?

I Cinesi sono stati i primi ad inventare il gioco del calcio. I Cinesi, infatti, già a partire dal III secolo a.C., si divertivano dando calci ai palloni e cercando di mandarli in apposite reti.

Il primo club di Calcio fu lo Sheffield Club e nacque nel 1857. Cinque anni dopo, a Nottingham, ne nacque un altro e da allora fu tutto un proliferare di società calcistiche. La data storica cui si fa risalire la nascita del gioco del calcio è il 26 Ottobre 1863.

Giovanni Muccillo - Claudia Lambertucci
Francesca Petti - Asia De Chiara
Ludovica Romano - Samuele Virtuoso

A cosa serve il taschino dei jeans?

Il taschino dei jeans, il cui nome in inglese è wacht pocket, venne introdotto nel 1873, quando i jeans avevano ancora una sola tasca posteriore. Come si può ben capire dal nome inglese, la loro funzione originaria era quella di proteggere gli orologi da taschino adoperati dagli uomini, soprattutto dai cowboys, che prima lo custodivano nei propri gilet di pelle.

Alcune leggende narrano che nella piccola tasca venissero custodite anche le pepite da parte dei cercatori d'oro.

Insomma, pare che questa piccola tasca fosse una vera e propria cassaforte portatile.

Con il tempo il taschino dei jeans ha assunto anche altri utilizzi: conservare una scatola di fiammiferi, mettere monetine o biglietti e bigliettini.

Elena Arduino
Vittoria Paolillo
Benedetta Landi

L'INVENZIONE dell'Inchiostro

Oggi penne e biro sono strumenti comuni, ma un tempo la scrittura era per pochi!

Tanti anni fa, infatti, si scrivevano piccoli appunti su tavolette cosparse di cera. Come potete immaginare, la cosa non era poi così comoda! A rivoluzionare tutto fu l'invenzione dell'inchiostro, quello che utilizziamo ancora oggi. Nell'antichità gli Egizi ricavavano una miscela per scrivere da una sostanza che si produceva mescolando l'olio bruciato insieme all'acqua, chiamata nerofumo. Questa miscela venne utilizzata per anni, fino alla metà del XV secolo quando, l'inventore della stampa, Johann Gutenberg, ebbe la brillante idea di iniziare a produrre inchiostro per la stampa a base di olio.

E così, a partire dal 1450, l'inchiostro si diffuse in tutto il mondo. Circa dieci anni dopo fu portato sul mercato inglese, perfezionato, collaudato e reso ancora più durevole nel tempo.

Olimpia Rigliano
Marika De Matteis
Samuele Tedesco

* La parola più bella che c'è

MAMMA



Sono tante le parole che possono descrivere una mamma. Amore, sacrificio, dedizione, pazienza, bontà, sorriso, forza, altruismo, volontà, vita. Tante ma mai sufficienti. Una parola, mamma, che tocca il cuore di tutti e per tutti rappresenta l'amore più grande che ci possa essere.

Di mamma ce n'è una sola? Non credo. La mia è cento persone diverse e ce lo dimostra ogni giorno. Lei è un'ottima manager, una grande lavoratrice, fa il suo dovere e aiuta sempre tutti. È una consigliera, una compagna nello sport, un'amica... Insomma, è una donna certamente contenta di esserlo. Siamo certe che ogni mamma desidera che ogni donna non veda mai calpestata la propria dignità e i propri diritti.

Laura Mansi - Sara Sparano

Grazie, Mamma

Mamma, tu sei la persona più brava che conosco,
tu mi seguiresti alla fine del mondo.
Mamma, io sono il tuo tesoro
Per te valgo più dell'oro.
Tu sei una guerriera,
e mi hai insegnato ogni buona maniera.
Io ti dico Grazie
per tutto quello che fai per me.

Elena Cosma

La mia mamma

La mia mamma è forte come una roccia
Non la ferma neanche la pioggia.
La mia mamma è dolce come la cioccolata
Anche se ogni tanto da lei vengo sgridata.
La mia mamma è bella come il sole
Ed è allegra come un girasole!
La mia mamma è molto simpatica
E anche per questo è una persona fantastica.
La mia mamma è amata da tutti
E io le voglio più bene di tutti!

Sofia Zaaouate

M.A.M.M.A.

M di **Mamma**

A di **Adorabile**

M di **Mani** che accarezzano

M di **Meravigliosa**

A di **Amore**



A Te, **Mamma**
che con il tuo **adorabile** sorriso
porti gioia sul mio viso.
A te, **Mamma**
che con le tue morbide **mani**
mi accarezzi e mi dimostri che mi ami.
A te, **Mamma**
che i tuoi **meravigliosi** occhi
non han bisogno di trucchi.
A Te, **Mamma**
che con il tuo grande **Amore**
rendi ogni mio giorno migliore!

Samuele Virtuoso
Ludovica Romano



Strani brontolii...

Quante volte avete sentito i brontolii nello stomaco e avete esclamato: "Ho fame!". E subito dopo, avete mangiato un frutto o una merendina? Nel mondo, ci sono 795 milioni di persone, su una popolazione complessiva di oltre 7 miliardi, che soffrono la fame. Tutti abbiamo bisogno del cibo che ci dà energia e ci fornisce le sostanze nutritive di cui il nostro corpo e la nostra mente hanno bisogno per crescere, svilupparsi e condurre una vita sana ed attiva. Una buona alimentazione significa, infatti, avere una dieta varia, con alimenti che forniscono proteine, vitamine e minerali. Una cattiva alimentazione è quando non si mangia a sufficienza (sotto-alimentazione), o quando si mangia cibo povero di importanti vitamine o minerali (malnutrizione) o quando si mangia troppo e male (rischiando l'obesità). Nel mondo c'è abbastanza cibo per sfamare tutti: eppure, molte persone ancora soffrono la fame perché non dispongono di generi alimentari in qualità e quantità sufficienti a soddisfare i propri bisogni. Chi subisce le conseguenze peggiori della fame sono i bambini che, con poco cibo, crescono male, si ammalano più facilmente e, purtroppo, più spesso degli adulti muoiono per questo. Anche studiare diventa più difficile: a stomaco vuoto si perde la concentrazione e ci si stanca prima.

Francesca Marino - Antonio Marino - Lorenzo Laurino

Per malnutrizione si intende un'alimentazione squilibrata, quindi può significare sia mangiare troppo sia mangiare troppo poco. Si usa tuttavia genericamente per indicare uno stato di sottoalimentazione. Per avere una vita sana e attiva servono tra le 2.000 e le 2.500 calorie giornaliere. Le calorie in eccesso assunte dagli italiani sarebbero più che sufficienti a eliminare la fame di milioni di persone.

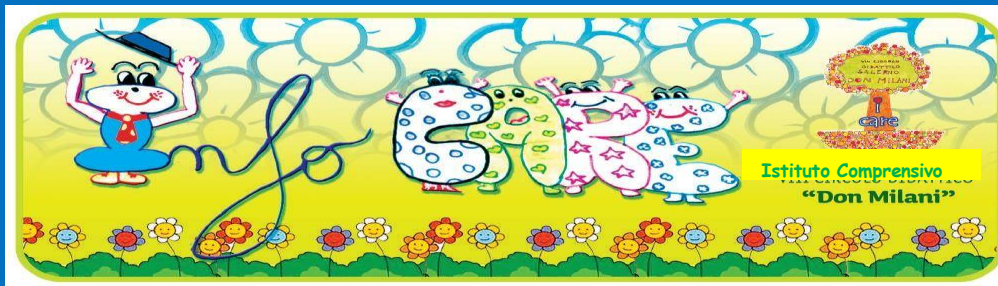
- Le popolazioni dell'Africa a sud del Sahara hanno la percentuale più alta di persone che soffrono la fame.
- Una tonnellata di cibo serve a sfamare 1.800 persone per un giorno.
- La fame che i figli ereditano da una madre malnutrita è uno dei maggiori impedimenti allo sviluppo.
- La malnutrizione materna rappresenta un pericolo sia per la madre che per i figli.
- Molte famiglie povere nei paesi in via di sviluppo spendono per la spesa alimentare quasi tutto lo stipendio mensile.
- Una nutrizione adeguata nei primi due anni di vita di un

bambino è fondamentale per una crescita sana e uno sviluppo equilibrato.

- Per sicurezza alimentare si intende il libero accesso di tutti i popoli, in qualsiasi momento, al cibo.
- Le conseguenze della fame, cioè di un'alimentazione povera e scarsa, possono essere molto gravi: le persone muoiono o vivono una vita di stenti, il paese si impoverisce sempre di più, i bambini non vanno a scuola, l'ambiente si deteriora.
- Nel mondo, sempre più persone soffrono d'obesità. È altissimo anche il numero di quanti sono sottoalimentati. La sottoalimentazione è quasi sempre collegata alla povertà: spesso il cibo manca perché c'è la guerra o perché la siccità ha arso il raccolto o un'alluvione ha sommerso i campi di riso.

Vittoria Di Giovambattista
Martina D'Onofrio
Vittoria Paolillo
Benedetta Landi
Vincenzo Quaranta





uguaglianza

**"L'uguaglianza di genere è una lotta umana.
Non una lotta femminile"**

Frieda Pinto