

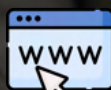


Si vis **pacem,** para **pacem**

Edizione 1



[ilbuongiornodb](#)



[il-buongiorno.vercel.app](#)

SOMMARIO

1. Editoriale
2. I giusti e la banalità del male
3. Maturità 2022
4. Cinema Don Bosco
5. Il punto sul conflitto
6. La cronaca
7. Pechino 2022
8. Venticinque novembre
9. Radio Don Bosco
10. A proposito della salute mentale
11. Oroscopo
12. I giochi

EDITORIALE

Noi siamo la redazione del Buongiorno, il giornalino del Don Bosco, che da metà febbraio si ritrova ogni giovedì alle 14.30 nell'aula 4^A al primo piano. Questo progetto nasce con lo scopo di formare una redazione che collabori alla creazione del giornalino della scuola, a partire da un'idea del nostro Preside, il dottor Andrea Bergamo, con il supporto della prof.ssa Anna Tasson e del prof. Federico Contini.

Ora vi chiederete il perché abbiamo scelto il nome “il Buongiorno” per il nostro giornalino; la principale motivazione risiede in una delle nostre più importanti tradizioni, il Buongiorno, il quale consiste in un incontro di aggiornamento e confronto sulle problematiche e sulle novità inerenti al liceo.

Questo momento richiama quelle che erano le “tradizioni” del nostro Don Giovanni Bosco, il quale cercava il più possibile l'incontro con i giovani ed era sempre aperto ad ascoltare le loro problematiche. Al tempo questo incontro avveniva ogni sera e quindi consisteva nel momento della Buonanotte, in cui Don Bosco si rivolgeva ai ragazzi come una figura paterna disponibile ad ascoltare e a offrire consigli.

Per noi il Buongiorno è esattamente quello che per i ragazzi di Don Bosco era la Buonanotte: un momento di stacco dalla monotonia delle lezioni, che ci permette di avere uno spazio in cui poterci esprimere, spaziando argomenti vari che seguono perlopiù un tema scelto all'inizio dell'anno e che ci accompagnerà fino alla fine delle lezioni.

Noi infatti vorremmo che il nostro giornalino diventasse proprio questo; un luogo oltre che un giornale, dove ritrovare quella libertà che in questo periodo, per un motivo o per l'altro, viene a mancare.

Passiamo ora a qualche informazione di servizio:

- ci potrete trovare su instagram con il nome *@ilbuongiornodb* , dove verrete avvisati riguardo a notizie flash/eventi futuri per anticipazioni di articoli che verranno poi approfonditi nell'edizione completa;
- il giornalino avrà un'edizione bimensile cartacea, quindi la prossima stampa arriverà a fine maggio!
- vi ricordiamo inoltre che le iscrizioni sono aperte a tutti, sia per venire a dare un'occhiata che per dare una mano, condividendo con noi se lo vorrete, qualche vostro lavoro che saremo felici di diffondere

EDITORIALE

Detto questo non ci resta che augurarvi una buona lettura,
la redazione del Buongiorno.

Benato Francesca (4A) - Scognamiglio Gaia (4C) - Tono Riccardo (3B)

La presenza di una redazione all'interno dell'ambiente scolastico è, secondo noi, strumento di espressione, elemento aggregante, fattore identitario.

Da questa nostra convinzione nasce l'idea del Buongiorno, uno spazio in cui il lato più istituzionale della nostra scuola possa incontrarsi con quello, più spontaneo e iridescente, dei nostri ragazzi. E dunque un modo per ricordare a tutti che la scuola è il luogo di incontro per eccellenza, in cui adulti e adolescenti si confrontano ogni giorno, crescono, dialogano e gettano le basi su cui creare conoscenza, rispetto, dibattito e cultura. In una parola: **fanno Scuola.**

Oggi più che mai a noi sembra fondamentale che gli studenti si riappropriino degli ambienti scolastici e soprattutto li vivano fino in fondo.

Parte di questo processo, speriamo, inizia da qui.

Buona lettura.

Proff.ssa Tasson Anna - Prof. Contini Federico

Progetto Grafico a cura di Cappelletto Giovanni (3B)

I GIUSTI E LA BANALITÀ DEL MALE

Nei mesi di Gennaio e Febbraio si onora la memoria delle persone trucidate all'interno dei campi di concentramento nazisti e degli Italiani massacrati nelle foibe o costretti all'esodo dalla propria patria.



Foiba di Basovizza

Questi crimini, come del resto tutti i delitti contro l'umanità, sono stati perpetrati con la complicità non di una o due persone, bensì di centinaia di migliaia di individui.

La domanda che la coscienza si pone di fronte a tali barbarie è il perché una persona abbia accettato di partecipare non solo al genocidio degli ebrei, ma anche a quello dei Croati, degli Armeni, degli Ucraini e di moltissimi altri popoli. Dopo essere giunti alla machiavellica conclusione

che le persone si comportano male perché spinte sempre e solo dal proprio interesse, si può ricordare un'intervista a Giorgio Perlasca rilasciata nel 1990 a P. Minoli. Perlasca, interrogato sul motivo delle sue azioni eroiche, volte a salvare quanti più Ebrei possibile a proprio rischio e pericolo, guardò il giornalista stupito, come se non avesse capito il senso della domanda, e rispose: "Scusi, ma lei cosa avrebbe fatto al mio posto?". Così, banalmente, come se di fronte al male l'unica alternativa fosse il bene. Tale asserzione ci aiuta a capire chi siano i Giusti.

Un racconto della tradizione ebraica dà un vestito a queste persone e ne fotografa il profilo e il modo di pensare: "... esistono sempre al mondo 36 Giusti, nessuno sa chi sono e nemmeno loro sanno d'esserlo ma quando il male sembra prevalere escono allo scoperto e si prendono i

I Giusti nel mondo



destini del mondo sulle loro spalle e questo è uno dei motivi perché Dio non distrugge il mondo.". Finito questo periodo hanno la capacità e l'umiltà di tornare

tranquillamente alla vita normale di tutti i giorni, non raccontando nulla di quanto fatto, per un semplice motivo: ritengono d'aver fatto solo il proprio dovere di uomini, nulla di più e nulla di meno. Il Giusto non è la persona che si volta dall'altra parte quando vede il dolore, indifferente a quanto succede perché non lo riguarda. E' la persona che si fa carico della sofferenza altrui cercando con tutti mezzi di aiutare gli indifesi e i perseguitati.

Perché, allora, una persona sceglie di diventare un giusto e un'altra un carnefice? Per vocazione, educazione o attitudine?

La Storia, incarnata nelle persone di un Schindler o un Perlasca, insegna che non si diventa buoni, ma che lo si nasce e che lo si scopre quando si è circondati dal buio e si realizza di essere gli

unici che riescono a diventare una luce, un'ancora di salvezza. Per es-

sere buoni non serve la cultura, né il potere e neppure essere considerate "brave persone", bensì la capacità e il coraggio di vedere l'ingiustizia, nel momento in cui tutti si voltano dall'altra parte per non sapere, per non avere responsabilità, per non dover agire. I giusti sono coloro che non si limitano a dire: "Io ubbidivo a un ordine", "Io non potevo sapere niente", "Io non ci potevo fare niente". Se vogliamo essere giusti, dobbiamo avere il coraggio di vedere e la forza di dire no. Dobbiamo solo ricordarci sempre, anche quando è scomodo, quando è difficile, quando sembra impossibile essere giusti, **DOBBIAMO RICORDARCI** che chi salva una vita salva il mondo intero. La peggiore arma che il male possa usare è l'indiffe-

Oskar Schindler



Giorgio Perlasca



renza stupida, banale e brutta e il far diventare invisibili i deboli agli occhi di tutti, anche a chi li vedeva ogni giorno, andava a scuola con loro e li chiamava amici. La senatrice a vita Liliana Segre, superstita dell'Olocausto e testimone della Shoah italiana, è stata vittima di questa indifferenza che l'ha fatta smettere di esistere agli occhi dei suoi compagni di classe e delle loro famiglie, delle sue amiche e della sua maestra. Proprio grazie a questa sua esperienza concreta ella ha potuto descrivere così accuratamente questo concetto in una definizione per il vocabolario Zingarelli 2020: "L'indifferenza racchiude la chiave per comprendere la ragione del male, perché quando credi che una cosa non ti tocchi, non ti riguardi, allora non c'è limite all'orrore. L'indifferente è complice. Complice dei misfatti peggiori". Liliana Segre ammette di essere stata ella stessa colpevole di indifferenza e che si porterà per sempre dentro il rimorso di ciò. Nel momento in cui la senatrice non



Liliana Segre

ebbe la forza di dire addio a una ragazza che nel lager lavorava ogni giorno al suo fianco, lasciò che a vincere fossero i suoi aguzzini, che erano riusciti a privarla della sua umanità e della sua pietà verso un altro essere umano. Il male infatti ha

il potere di rendere muti, ciechi e sordi di fronte ai peggiori crimini dell'umanità, non solo gli spettatori vigliacchi e passivi, ma anche chi vive nel dolore. L'unico potere che ci salverà è il bene, non inteso come il bene più grande, ma come atti di coraggio ordinario, perché questi sembrano i più scontati e inutili fino a quando non ci portano

a rischiare la vita. Il coraggio dei giusti è totale abnegazione, dimenticanza di se stessi, amore del prossimo, forse addirittura maggiore di quello che si prova per la propria persona. I giusti sono sempre e solo 36. Quando l'ultimo dei giusti morirà, Dio distruggerà il mondo. Quando nella vita dovrai scegliere tra ciò che è facile e ciò che è giusto, lettore ricordati che l'ultimo dei giusti potresti essere tu.

MATURITÀ 2022

Dopo la decisione del ministro Bianchi di reinserire la prova scritta all'esame di maturità, gli studenti si sono dimostrati uniti nel rispondere all'ennesima direttiva giunta dall'alto, che non tiene conto dei bisogni dei giovani che da troppo tempo si sentono ignorati. Così, venerdì 11 febbraio, tutta Italia si è mobilitata, ma perché?

Non solo questo cambio è avvenuto a pochi mesi dalla maturità stessa, ma si tratta di una decisione presa ignorando completamente gli studenti stessi, che sono rimasti vittime di un sistema che continua a non considerarli.

Anche se non sono riuscito a partecipare alla manifestazione, sono vicino ai compagni che sono scesi in piazza.

Il governo (e più nello specifico il ministro Bianchi) sta chiaramente tentando di convincere se stesso e gli altri che "vada tutto bene" quando sappiamo benissimo che non è così, la pandemia ha messo in gi-

nocchio tutto, anche il sistema scolastico, credo sia ora di lavorare assieme per tornare veramente a scuola, senza mezze misure.



Ministro Bianchi

Questi anni di didattica a distanza si sono rivelati pesantissimi per gli studenti, costretti in casa di fronte ad uno schermo per ore e ore, abbandonati a loro stessi e lasciati soli.

Prima del rientro quasi forzato, il Ministero dovrebbe fare attenzione ad altri problemi che affliggono il sistema, come quello dell'edilizia scolastica: è il caso della succursale del liceo Nievo di via Brondolo, dove a causa della rottura di un tubo del riscaldamento il controsoffitto ha ceduto, costringendo gli studenti a seguire nuovamente le lezioni in didattica distanza. Fortunatamente il tutto è avvenuto in orario serale, con la scuola vuota, evitando così una possibile tragedia. Come accennavo prima, la pandemia ha mostrato tutti i lati negativi della scuola.

Un altro grande schiaffo all'istruzione sono senza dubbio le disparità economiche, che continuano a farsi

sentire in un'istruzione che viene definita "pubblica", basti vedere il numero di studenti le cui famiglie hanno dovuto fare enormi sforzi per permettere l'acquisto di tablet o pc ed una connessione a Internet per accedere alle lezioni online. Secondo dati ISTAT risalenti al 2020, 600.000 studenti fino ai 14 anni non hanno seguito lezioni online tra marzo e giugno 2020 e, sempre nello stesso periodo, solo il 33,7% di bambini ragazzi tra i sei e i 14 anni (1.700.000) hanno fatto lezione con tutti gli insegnanti.

L'improvviso scoppio della pandemia, non solo ha reso evidenti le falle nel sistema dal punto di vista della disuguaglianza sociale ed economica, ma ci ha ricordato come sia necessario un cambio generazionale degli insegnanti. Troppe volte negli istituti pubblici ci sono docenti troppo anziani, mentre la nuova generazione di insegnanti è costretta al precariato; questo deve finire. L'età

di questi è divenuta evidente con la DaD, dove la loro difficoltà (o addirittura totale rifiuto, in casi più rari ma reali) e l'adattarsi alla digitalizzazione della scuola ha creato difficoltà a tutti, così come i docenti che continuavano imperterriti a spiegare come se i ragazzi fossero in presenza o quelli che, privi di fiducia negli studenti, li costringevano a vivere le interrogazioni quasi come se fossero interrogatori (è il caso del liceo Cornaro dove una docente costringeva gli studenti a bendarsi prima dell'interrogazione di lingua). La scuola può senza dubbio aiutarci a tornare alla normalità, ed è proprio per questo che dobbiamo sfruttare l'occasione che abbiamo per costruire una scuola nuova, una scuola dalla parte degli studenti che li faccia crescere invece di punirli, una scuola con docenti giovani, preparati e con voglia di insegnare. Il tempo della vecchia scuola fatta di disuguaglianza e paternalismo è finito. IL FUTURO SIAMO NOI!

Proteste degli studenti



CINEMA DON BOSCO

Il professor Tisato insegna alle scuole medie del Don Bosco, è un docente di storia, geografia e italiano. Abbiamo scelto di creare questa intervista poiché il professor Tisato, da appassionato di cinema, da qualche anno collabora al progetto di rassegna cinematografica presente al teatro Don Bosco. L'intervista si è tenuta presso la videoteca della scuola che è anche la sede dell'associazione CGS, Cinecircoli Giovanili Salesiani.

DOMANDE

1. *Perché ha deciso di dedicarsi a questo progetto cinema del Don Bosco?*

“Il cinema mi è sempre piaciuto, credo che questa passione sia nata quando i miei genitori si erano abbonati alle prime tv via cavo, e io al posto di studiare guardavo diversi film che forse mi hanno fatto nascere questa passione. Visto che la nostra scuola ha un cinema e che il progetto di far vedere film mi piace, ho deciso di entrare a far parte di questo progetto.”

2. *Come nasce questo progetto?*

“Il cinema è gestito da un'associazione che si chiama CGS, che significa Cinecircoli Giovanili Salesiani. Un'associazione che quindi è collaterale ai salesiani che si occupa di cinema. All'interno siamo circa una decina di persone e ognuno si occupa di un aspetto diverso.

Fino al 2014 c'era la pizza, ovvero la pellicola, che veniva inserita nel proiettore e successivamente era proiettato il film. Dal 2014 è diventato tutto digitale, infatti si compra un film alla società di distribuzione dicendo quante volte si vuole proiettare il film, questi mandano il film che solitamente è di 150/200 giga e poco prima della proiezione mandano un codice che serve per aprire il film. Senza il codice il film non si può aprire. Il film dall'attivazione con il codice ha una validità di qualche ora o giorno a discrezione del noleggiatore del film.”

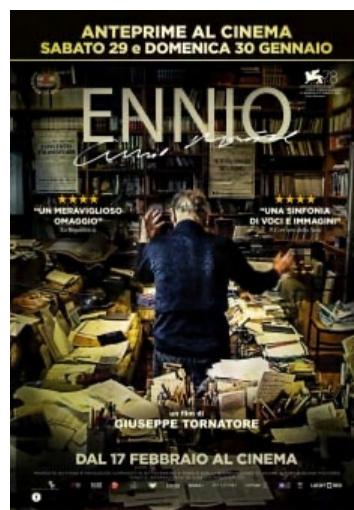
3. *Di cosa si occupa lei all'interno del progetto?*

“Io mi dedico soprattutto alla presentazione del film, perchè essendo un cineforum, non solo un cinema, c'è una presentazione. A volte si facevano -



Logo dell'associazione CGS

ora meno a causa del Covid - delle discussioni alla fine del film. Io guardo il film prima della proiezione, penso a cosa dire e poi io o altre persone facciamo le presentazioni, le introduzioni.”



4. *Oltre a lei chi sono le persone che partecipano a questo progetto? Fanno parte della scuola?*

“In questo progetto c’è chi si occupa delle locandine, chi si occupa della banca (perché bisogna depositare i soldi che si ricavano). Ci sono alcune facilitazioni per le associazioni come la nostra, quindi si pagano le tasse ma non su ogni singolo biglietto. I biglietti di questo cinema costano poco, cioè € 4,00. Quasi tutte le persone che partecipano a questo progetto sono ex studenti, tra cui i fondatori del circolo che sono Mariachiara e Alberto, due fratelli che sono stati indirizzati verso questo progetto da suor Anna Brunetta. Questa era una grande appassionata di cinema, insegnante di lettere della scuola e approfondiva molto la storia del cinema nelle sue ore. Ci sono in questo progetto altri ex studenti e qualche amico che è stato coinvolto, non ci sono tante persone. Ora ci sono i ragazzi del PCTO, che aiutano molto.”

5. *Come vengono scelti i film?*

“Il nostro vorrebbe essere un cinema d’essai, cioè un cinema di alto livello come qualità dei film proposti. Per scegliere il film si cerca su proiezioni che hanno avuto una circolazione minore e più intellettuali, non però noiosi. Non tutti però ci troviamo d’accordo su quali siano i film di alto livello, quindi a volte ci sono delle discussioni. Successivamente si sceglie la programmazione. Il nostro cinema è un cinema di seconda visione. La maggior parte dei cinema sono di prima visione. Ovvero il film esce in tutta Italia e lo si propone decidendo quale proiettare andando per settimane. Si decide per quanto

proiettare un film in base agli incassi. Un cinema di seconda visione consiste invece nel proiettare alcuni film quando nessuno dei cinema di prima visione dà più questi film.”

6. Quali saranno i film che verranno prossimamente proiettati?

“Martedì questo c’è stato un film iraniano che si chiama “Un eroe”, a fine mese ci sarà invece un film su Ennio Morricone fatto da Giuseppe Tornatore. Questo film è un documentario su Ennio Morricone che è stato un grandissimo compositore di musica per il cinema. Molte sue sigle sono state usate sia per i film, ma successivamente le possiamo trovare in alcune pubblicità e video. Ha cominciato negli anni ‘50/‘60 facendo alcune colonne sonore. Giuseppe Tornatore, regista che gli era molto affezionato, ha deciso di fare un documentario sulla sua vita.”

7. La sua materia di insegnamento c'entra qualcosa con il cinema? L'ha spinto a dedicarsi a questo settore?

“ Il cinema è una passione che è venuta dopo aver preso la mia laurea in lettere. La visione di un film al cinema è migliore che guardarlo a casa, è un’esperienza totalmente diversa. È un peccato che la maggior parte delle persone oggi rinunci ad andare al cinema, poiché considerano più comodo guardare un film a casa. Sarebbe meglio andare al cinema in compagnia perché è un’esperienza sociale se si esce con amici, inoltre al termine del film si discute di questo portando alla luce alcuni dettagli. Riguardo alle mie materie, a me piacciono molto i film storici e insegnando storia collego le cose. Quando insegno spesso faccio vedere dei pezzi di film, a mio parere infatti un film prende di più di una lezione normale e può essere un modo di avvicinare i ragazzi negli avvenimenti storici.”

8. Come potremmo far arrivare la notizia di questo progetto a più persone?

“Innanzitutto grazie al vostro giornalino. Sarebbe bello secondo me che in ogni classe ci fosse il programma delle proiezioni, che si verificano ogni martedì sera alle 21, e che ogni tanto quando vi capita di venire a vedere un film che vi attira. Prima del covid in ogni classe posizionavamo un volantino con le varie date, anche se non ha mai attirato molte persone. Sarebbe bello organizzarsi con qualche persona della classe e venire a vedere qualche film. Bisogna pagare inoltre l’affitto della sala alla scuola. Questo progetto è quindi esterno alla scuola, nonostante l’ispirazione sia salesiana.

IL PUNTO SUL CONFLITTO

Negli ultimi giorni stiamo assistendo a un crescendo di ostilità attorno all'Ucraina da parte degli USA e della Russia. Cerchiamo di riassumere i fatti.

Con l'inizio della presidenza Putin in Russia, nel 2000, comincia a vacillare quell'equilibrio che aveva garantito la pace al termine della guerra fredda. Lo scudo difensivo impostato dagli USA in Polonia e Repubblica Ceca, che sta finendo di realizzarsi in Ucraina, di fatto mina la sicurezza russa, perché gli USA possono intercettare eventuali attacchi missilistici lanciati da Mosca. 12 mesi fa la Russia ha iniziato grandi manovre in occidente, sostenendo che fossero in risposta ad iniziative NATO. Attualmente vi sono oltre 100mila militari Russi schierati al confine con l'Ucraina.



Carri armati russi

La Russia richiede, per fermare le crescenti tensioni ed evitare lo scop-

pio di una guerra, che l'Ucraina non diventi un membro della NATO, e che si ritorni alla situazione precedente al 1997; questo comporterebbe il ritiro della NATO dalla Polonia e dalle Repubbliche Baltiche (Estonia, Lettonia e Lituania).



NATO (North Atlantic Treaty Organization)

La Russia richiede inoltre il riconoscimento dell'annessione della Crimea.



Posizione geografica della Crimea

Si augura che la ripresa dei negoziati diplomatici avvenuta negli ultimi giorni, porti ad una limitazione degli

IL PUNTO SUL CONFLITTO

armamenti e ad una de-escalation militare. Infatti, se dovesse scoppiare un conflitto bellico, le conseguenze sarebbero molto pesanti non solo per i due stati coinvolti.

Innanzitutto, lo scoppio della guerra provocherebbe, oltre alle innumerevoli vittime civili e militari, anche un massiccio flusso migratorio dei profughi Ucraini verso la Polonia, che con l'Ucraina condivide un confine di circa 500mila chilometri.

L'Ucraina è considerata dal ventesimo secolo il granaio dell'Europa dell'Est; quindi, l'eventuale calo di produzione di grano causata dalla guerra avrebbe un pesante impatto sul mercato globale-alimentare.

La Russia riceverebbe di conseguenza pesanti sanzioni, in quanto verrebbero bloccate le sue esportazioni, e le verrebbe impedito l'accesso al sistema finanziario globale. D'altro canto, queste sanzioni influirebbero negativamente anche sui Paesi che le hanno ordinate: alcuni Paesi europei dipendono infatti in modo determinante dalla fornitura di

gas della Russia, che inoltre è la prima produttrice di materie prime (alluminio e nichel) per la fabbrica-

zione di prodotti ad alta tecnologia. Per gli USA, un attacco della Russia dovrebbe inoltre segnare la fine del gasdotto Nord Stream 2, che metterebbe in ginocchio la Germania.

Dopo una serie di incontri e tentativi di negoziati, tra cui

la visita di Macron a Mosca e Kiev e l'arrivo del cancelliere tedesco Scholz a Mosca, Putin avrebbe deciso di ritirare parte delle truppe, ribadendo però le sue richieste.

Agli USA però, non risulta nessuna de-escalation. Secondo Biden: "C'è ancora spazio per la diplomazia, ma resta il rischio di invasione".

La conclusione delle attività diplomatiche potrebbe concretizzarsi in un summit bilaterale, tra Putin e Biden, sulla sicurezza e la stabilità strategica in Europa. L'incontro è stato fissato per giovedì 24 febbraio, a patto che la Russia non invada l'Ucraina.



Percorso del gasdotto Nord Stream e Nord Stream 2

LA CRONACA

Giovedì 24/02:

Alle 4 il presidente Putin, attraverso un discorso televisivo, ha dichiarato l'inizio dell'attacco nei confronti dell'Ucraina. La guerra lampo ideata da Putin non si è verificata. Infatti Putin a fine giornata è stato costretto a fermarsi nei pressi di Kharkiv. I russi non si aspettavano tale resistenza dalle forze ucraine, che però dispongono di armi tecnologiche donate dall'occidente come, per esempio, i missili anticarro Javelin. Non ci sono informazioni certe circa il numero delle vittime mentre migliaia di persone stanno lasciando l'Ucraina e si stanno dirigendo verso la vicina Moldavia. La reazione dell'occidente certo non si fa aspettare: NATO e UE hanno pianificato un pacchetto di sanzioni contro la Russia, che tenderà ad aumentare se l'escalation non terminerà.

Venerdì 25/02:

Kiev è senza cibo ed isolata; nella capitale non si trovano più né pane né medicine. L'esercito ucraino fa saltare i ponti per fermare i nemici.

Chi vuole fuggire sa che non ci sono distributori di benzina aperti, chi rimane si affretta a trovare riparo nei rifugi. Le truppe di Mosca controllano la fascia orientale dell'Ucraina: si combatte a Kharkiv, Mariupol e nei sobborghi di Kiev. Chernobyl è in

mano a Putin, nel corso della giornata sono aumentate le radiazioni. La NATO respinge i negoziati di Mosca, ma a Kiev si parla di possibili trattative. Nonostante venga offerto a Zelensky un

piano di fuga, egli rinuncia e rimane nella capitale. Per quanto riguarda le sanzioni, vengono bloccati i beni di Putin, ma l'Europa è divisa sul bando dai mercati (escludere le banche russe dai circuiti internazionali di pagamento).

Sabato 26/02:

Attacco totale a Kiev: Putin lancia l'offensiva con raid aerei nella notte. Dall'Unione Europea vengono forniti missili e lanciarazzi all'Ucraina. Si rafforza il piano di aiuti civili dell'Europa per l'Ucraina. Ai 1,2 miliardi di euro si aggiungono 375 mi-

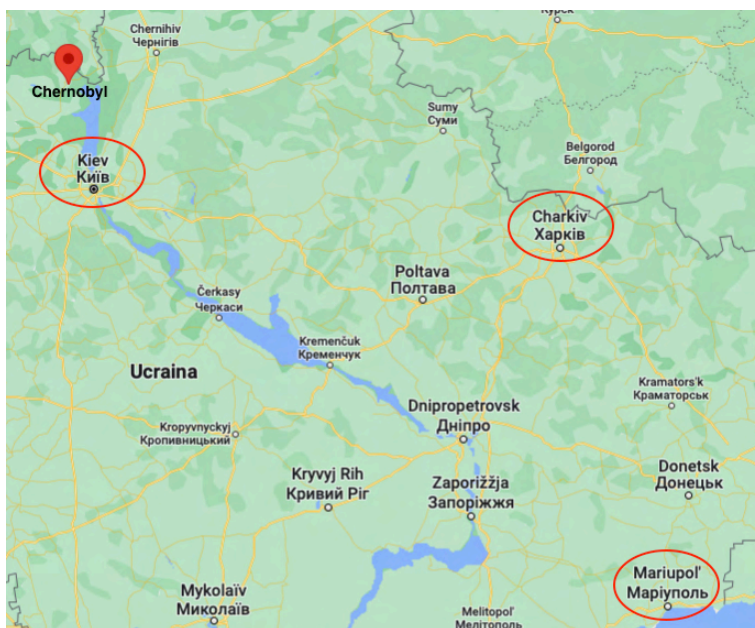
Missile anticarro Javelin



lioni di euro dedicati ai farmaci e al cibo. Massiccia la fuga perlopiù di donne e bambini: già 120mila persone fuori frontiera. Le truppe di Putin non sono ancora riuscite a prendere il controllo delle principali città, i combattimenti proseguono in tutto il paese.

Domenica 27/02:

Incontro Kiev-Mosca mentre Putin annuncia l'allerta nucleare. Secondo gli USA è la mossa di un leader con le spalle al muro; servirebbe concedere qualcosa che permetta a Putin di fare un passo indietro senza perdere tutto. Bisogna ricordare che la Russia possiede la maggior parte di testate nucleari nel mondo: 6000. L'avanzata dei Russi è rallentata ma non hanno ancora utilizzato l'aviazione. Dall'inizio dell'invasione sono 352 le vittime Ucraine.



Posizione geografica di Kharkiv, Mariupol e Chernobyl

Lunedì 28/02:

I colloqui Kiev-Mosca non fermano le armi. Le delegazioni delle due parti si incontrano in Bielorussia: le richieste sono contrastanti. Putin ribadisce che vuole un'Ucraina neutrale e smilitarizzata.

Chiede inoltre che la Crimea, occupata da Mosca nel 2014, divenga ufficialmente un territorio Russo. L'Ucraina chiede il cessate il fuoco immediato e il ritiro delle truppe russe. Zelensky ha chiesto inoltre l'adesione immediata all'unione Europea. Intanto da Leopoli a Kiev strade bloccate e una colonna di carri armati Russi lunga 60km: la capitale si aspetta un ultimo assalto.

Fila di carri armati russi



Martedì 1/03:

Pioggia di missili sulle città: raid a Kiev e Kharkiv, gli Ucraini sono sotto assedio. In totale sono 660-mila i residenti in Ucraina che sono scappati finora

dal Pese verso gli stati vicini dell'Europa (Polonia, Ungheria, Moldavia, Romania, Slovacchia). Zelensky chiede agli Usa e all'UE di dimostrare che sono con loro. Draghi dichiara: "non ci voltiamo"

Mercoledì 2/03:

In Ucraina 2000 civili uccisi e i Russi entrano nelle città: Kherson è presa mentre vengono sferrati nuovi attacchi presso Kharkiv. L'Aia indaga per crimini di guerra. La città di Mariupol è allo stremo senza luce e senza acqua. Si torna a negoziare in Bielorussia, si spera nel ruolo dei Cinesi che potrebbero giocare un ruolo da mediatori. L'assemblea generale dell'ONU vota sull'adozione della risoluzione che condanna l'invasione Russa dell'Ucraina: i si sono stati 141, 35 i Pesi che si sono astenuti (tra cui la Cina) e 5 no (Russia, Bielorussia, Siria, Corea del Nord ed Eritrea).



Logo dell'Aia

Giovedì 3/03:

Intesa sui corridoi umanitari ma il Cremlino minaccia: non ci fermiamo! Il presidente Russo accusa gli Ucraini "Neonazisti" di utilizzare i civili come scudi umani e ribadisce che stanno combattendo in Ucraina per la salvezza della Russia, affinché nessuna anti-Russia creata dall'occidente ai nostri confini possa minacciarci anche con armi nucleari.

Venerdì 4/03:

Si inasprisce la guerra in Ucraina. Paura per le bombe sul reattore nucleare di Zaporizhzaia. A Kharkiv più di 2000 morti civili, tra le vittime almeno 100 bambini. Mosca ora controlla l'energia di metà paese. I Russi sono già vicini ad un altro impianto. L'esercito Russo si prepara a chiudere la morsa attorno a Kiev.



Reattore nucleare di Zaporizhzaia

Sabato 5/03:

Falliti i corridoi umanitari: gli attacchi russi bloccano il corridoio di

Mariupol: sta finendo il cibo e mancano riscaldamento, elettricità e gas. Kherson si ribella all'occupazione: 2000 persone sono scese in piazza sfidando i carri armati e cantando l'inno ucraino; la speranza è che le forze di Kiev riescano a liberare la città. A Kiev, intanto, si raccolgono sacchi a pelo per chi parte volontario e pasti caldi per chi combatte. Il ministro degli esteri cinese chiede che siano fermati gli attacchi e sollecita un'intesa tra la NATO e il Cremlino. Zelensky supplica la NATO di costituire la "No fly zone" e chiede aerei.

Domenica 6/03:

Niente tregua pioggia di ordigni e missili Drag sui villaggi alla periferia settentrionale di Kiev. 1,5 milioni di profughi in fuga dall'orrore, di cui 14mila arrivati in Italia. Prosegue la resistenza di Kiev che crea problemi all'esercito russo con mezzi in avaria e mezzi in riserva. Purtroppo, la via diplomatica non decolla, falliscono anche i tentativi del premier israeliano Bennett e del presidente turco Erdogan.



Naftali Bennett

Lunedì 7/03:

Kiev si prepara al peggio: le avanguardie russe si sono appostate a 25 km da piazza Maidan. Chi è rimasto in città



Recep Tayyip Erdogan

attende il pesante bombardamento che precederà l'avanzata. I russi promettono una nuova tregua ma colpiscono ancora. Intanto gli Stati Uniti spingono sugli aiuti militari all'Ucraina inviando altri 500 militari in Germania e in Polonia portando a circa 100 mila il totale dei soldati schierati. Nello stesso tempo però gli alleati si dividono sull'embargo del gas russo (la Germania è nettamente contraria). Mosca fa la lista dei paesi ostili, tra cui l'Italia.

Martedì 8/03:

Kiev pronta a trattare sulla Crimea, Donbass e NATO. In agenda per il 10 marzo l'incontro in Turchia tra i ministri degli esteri Lavrov e Kuleba. Nelle capitali occidentali si

Sergej Viktorovič Lavrov



discute una formula per tentare di ottenere un accordo con Putin: si ipotizza la neutralità perpetua per l'Ucraina (sul modello dell'Austria).



Dmytro Ivanovych Kuleba

Mercoledì 9/03:

Mentre i negoziati stentano le forze russe avanzano verso Kharkiv. Mosca ammette di aver fatto ricorso alla leva obbligatoria per preparare l'invasione. Gli USA temono che i Russi possano usare armi chimiche. Purtroppo, a Mariupol viene colpito anche l'ospedale pediatrico. Non c'è tempo neppure per i funerali, tante vittime vengono sepolte in fosse comuni. Fortunatamente per ora la Russia non è riuscita a dominare il cielo attraverso l'aviazione.



Fosse comuni in Ucraina

Giovedì 10/03:

Vertice di Antalya: Zelensky offre la neutralità dell'Ucraina ma dichiara impossibile riconoscere l'annessione russa della Crimea. Fallisce dunque il colloquio in Turchia

e purtroppo proseguono i bombardamenti. Dopo l'ospedale pediatrico, sono stati colpiti a Mariupol l'Università, la centrale dei servizi di emergenza e altri quartieri civili. Sono 300mila su 400mila gli abitanti di Mariupol che vorrebbero fuggire. Kiev svuotata per metà: chi rimane organizza la difesa e la guerriglia.



*Olaf Scholz e Recep Tayyip Erdoğan
al vertice di Antalya*

Venerdì 11/03:

Si stringe la morsa su Kiev, che attende l'attacco. Un lunghissimo convoglio di mezzi corazzati, rimasto incolonnato e fermo per giorni,

ha iniziato a sparpagliarsi nelle foreste intorno alla metropoli: l'armata di Putin si muove per circondare la capitale. Comincia una nuova fase della guerra: il Cremlino può colpire la metà dell'Ucraina finora fuori dai combattimenti. Le truppe russe, inoltre, avanzano ad ovest e bombardano le città ai confini con l'UE. Nuove sanzioni, Biden e Vonderleyen propongono di estromettere Mosca dal fondo monetario internazionale.

Sabato 12/03:

Proseguono i colloqui tra il Cremlino e Kiev, tra spiragli di speranza e nuovi ultimatum: Mosca minaccia di colpire chi porta le armi NATO. Si stringe il cerchio intorno a Kiev. L'avanzata dei Russi a sud ed a Est è giunta al suo massimo: Kharkiv è quasi conquistata e a Mariupol si contano 1600 morti. Per quanto riguarda le trattative, Zelensky intravede un nuovo approccio e chiede ad Israele di ospitare i negoziati a Gerusalemme. Anche i Turchi pronti ad aiutare la diplomazia.

Domenica 13/03:

Strage ai confini della NATO, almeno 35 i morti a causa dei missili lanciati contro la base militare di Yavoriv, nella regione di Leopoli che in quel momento ospitava decine di militari Ucraini e volontari stranieri.

L'obiettivo Russo ad Ovest è di colpire la strada delle armi, mettendo a rischio gli aiuti da parte dell'occidente all'Ucraina.

Lunedì 14/03:

Bombe ad Ovest e su Kiev. Feroci battaglie nella strategica città di Mykolaiv, ad est di Odessa. Le trattative sono in salita. Mille persone riescono a lasciare Mariupol attraverso il corridoio umanitario. Nel Donbass 20 morti per un missile o una bomba a grappolo: Mosca accusa Kiev, che dà la colpa ai Russi. Mosca senza risorse per fermare i convogli di armi all'Ucraina; il rischio è che i missili di Putin colpiscano fuori dai confini, dove vengono effettuate le consegne per la resistenza. Ciò porterebbe ad una dichiarazione di guerra all'intera NATO.

Posizione geografica di Mykolaiv



Martedì 15/03:

La diplomazia sfida i missili: tre premier europei si recano a Kiev, in azione anche la Turchia. Zelensky

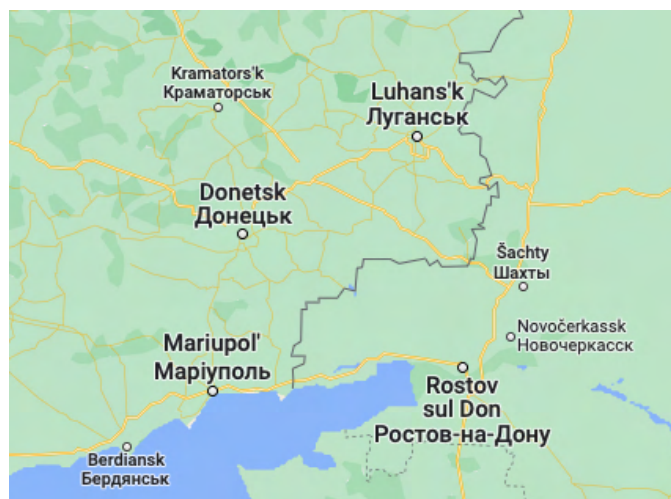
rinuncia alla NATO ma i russi continuano a colpire i civili. Domani la corte penale internazionale dell'AIA si esprimerà sul ricorso dell'Ucraina contro la Russia per crimini di guerra.

Mercoledì 16/03:

Orrore nel teatro di Mariupol: distrutto il teatro diventato un rifugio per mille civili. Sull'asfalto intorno all'edificio c'erano due enormi scritte in russo: bambini. Per i russi il teatro era un covo della brigata neo-nazista Azov. I soccorsi resi difficilissimi da nuovi attacchi. I russi a corto di uomini e di armi, decisivi i prossimi 10 giorni. Per quanto riguarda i negoziati viene preparata una bozza in 15 punti per discutere la pace: Kiev riconoscerebbe la Crimea alla Russia e l'indipendenza di Donetsk e Lugansk. Mosca si ritirerebbe dalle zone occupate nell'invasione e per l'Ucraina si ipotizza

una neutralità in stile austriaco o svedese.

Posizione geografica di Donetsk e Lugansk



Giovedì 17/03:

Biden definisce Putin dittatore ed omicida. Domani prevista una telefonata tra Biden e Xi Jinping. A Washington sono convinti che il Cremlino non si fermerà. Si teme una guerra nucleare. L'obiettivo di Kiev è di trovare un'intesa di pace entro 10 giorni. L'avanzata di Mosca è lenta: gli ucraini sfruttano i sistemi di difesa NATO.

Teatro di Mariupol



"Bambini" in russo



PECHINO 2022

Uno degli eventi più seguiti a livello internazionale in questo periodo (se non il più seguito) è quello delle Olimpiadi invernali, che quest'anno si sono svolte a Pechino (o Beijing).



Internazionale (CIO) che ha come scopo quello di usare lo sport per promuovere la pace. Due anni dopo vengono svolti i primi Giochi olimpici ad Atene, patria dei giochi sin dagli antichi greci. La prima edizione delle Olimpiadi invernali risale invece al 1924, a Charmonix-Mont-Blanc, tra il 25 gennaio e il 5 febbraio, dedicata per l'appunto agli sport su neve e ghiaccio.

Una particolarità interessante sono i cinque cerchi olimpici che formano il simbolo dei giochi: il colore di ogni

Prima di iniziare a parlarne, soffermiamoci sulle loro origini. Nel 1894 nasce il Comitato Olimpico

Pierre de Coubertin



anello simboleggia un continente. È stato lo stesso de Coubertin che ne ha disegnato e colorato il simbolo di questo evento sportivo, poiché voleva sottolineare lo spirito della fratellanza tra i paesi presenti in questi cinque continenti.

Quest'anno, il tema della Cerimonia di apertura è "One World, One Family" che viene rappresentato da un fiocco di neve, posto al centro dello spettacolo dall'inizio alla fine della Cerimonia. Il regista cinese Zhang Yimou racconta che ogni paese ha il proprio nome inciso su di esso, rendendo così la fiaccola 2020 la più unica di tutte le Olimpiadi invernali.



One World, One Family

Il regista vuole trasmetterci un messaggio: la comunità cinese parla di come tutto possa essere primavera e di come la vita non abbia mai fine. Nella cerimonia di apertura, infatti,

non si è parlato solo delle Olimpiadi invernali, ma anche del concetto cinese del tempo e dell'universo (soprattutto nel contesto dell'epidemia globale che stiamo vivendo) insieme anche a quello di vita e di morte che è molto importante.

Uno degli atleti più emergenti in questo evento si chiama Gu Ailing, nata in una famiglia di madre cinese e padre statunitense. Sin da piccola, aveva fissato degli obiettivi per la sua vita, tra cui andare all'Università di Stanford (una delle università più prestigiose negli Stati Uniti) e partecipare a Beijing 2022. Infatti, una volta ottenuta la cittadinanza cinese, ha deciso di competere per il suo paese: nel corso delle olimpiadi ha vinto 3 medaglie di cui due ori su big air e halfpipe e una argento su slopestyle all'età di 18 riuscendo ad ottenere anche la lettera



Gu Ailing

d'ammissione della sua università dei sogni.

L'Italia, quest'anno, è riuscita ad ottenere 17 medaglie in totale e questa volta un grande merito viene dato ad Arianna Fontana che ha vinto la medaglia d'oro nel 500 m femminile e due medaglie d'argento rispettivamente nel 1500 m femminile e nel 2000 m

staffetta mista. In modo particolare è nata una nuova "stella" italiana del curling che si chiama Stefania Costantini e che ha vinto la sua prima

medaglia d'oro proprio quest'anno partecipando per la prima volta alle olimpiadi.

Ventimila lanterne rosse hanno illuminato il Nido d'uccello per la chiusura dei Giochi e la bandiera olimpica è stata portata in Italia dai sindaci Giuseppe Sala e Gianpietro Ghedina. Ora spetta a Milano-Cortina attrezzarsi per tale enorme impegno.



Arianna Fontana

Stefania Costantini



VENTICINQUE NOVEMBRE

In questi ultimi giorni come tutti sappiamo è stata la festa delle donne. In ricorrenza di questo fatto è importante ricordare alcune situazioni di cui ancora oggi la nostra società è partecipe. Il 31,9% delle donne oggi sono vittime di violenza. Il 14,9% delle donne tra i sedici e i settanta anni afferma di aver subito violenza dal proprio partner, ma purtroppo ci sono casi in cui il violentatore è un membro familiare o uno sconosciuto. Possiamo trovare vari tipi di violenza che vengono inflitti alle donne. Esiste ad esempio violenza sia fisica che psicologica. A livello fisico la violenza è tutto ciò che nuoce all'integrità della persona.

Comprende qualsiasi azione che ha come fine quello di spaventare o provocare dolore alla vittima, ma allo stesso tempo colpiscono qualcosa a cui la vittima è legata. L'aggressione fisica grave è perciò tutto quello che riguarda ferite e richiede cure

mediche. La violenza psicologica è la prima che si manifesta ed è quella che permette lo sviluppo di altre forme di violenza. È quella meno visibile poiché non lascia danni osservabili, ma la persona che ne soffre tiene le emozioni dentro per paura di confidarsi. La violenza psicologica comprende umiliazioni pubbliche e private, intimidazioni, continue svalutazioni e ricatti. Fa parte di violenza psicologica anche il controllo di scelte personali e relazioni sociali che portano la vittima ad allontanarsi da amici e parenti, fino ad isolarsi. Altro tipo di violenza è quella sessuale. In questa forma di violenza rientrano molestie e stupri, quindi

un'attività sessuale non desiderata. Rientrano però nella violenza sessuale anche tutti i commenti o avances non desiderate. È sempre violenza anche quella economica, più difficile da trovare rispetto alle altre. Consiste nel sottrarre o impedire l'accesso al denaro. Questo porta la

25 NOVEMBRE
Giornata internazionale
CONTRO LA VIOLENZA SULLE DONNE

"Se mai abbasserò
la testa...
sarà solo
per ammirare
le mie scarpe"



donna a dover essere costretta a trovarsi in una situazione di dipendenza economica e che non riesca a soddisfare i propri bisogni primari.

Questo rappresenta uno degli ostacoli maggiori nel momento in cui la donna cerca di uscire da una situazione di violenza, infatti la donna non avendo il denaro necessario per riuscire ad acquistare beni primari non è autonoma. Una forma di violenza meno diffusa è quella religiosa che prende in considerazione la mancanza di rispetto verso una religione. Si verifica quando troviamo alcuni matrimoni che comprendono differenti religioni. Questa violenza porta a ledere la sfera spirituale della persona che non può più esercitare le pratiche della sua religione.

Un'ultima forma di violenza è lo stalking, ovvero atti persecutori. Lo stalking si può trovare in varie forme come anche quella del corteggiamento, ma anche le continue telefonate, lettere, messaggi indesiderati.

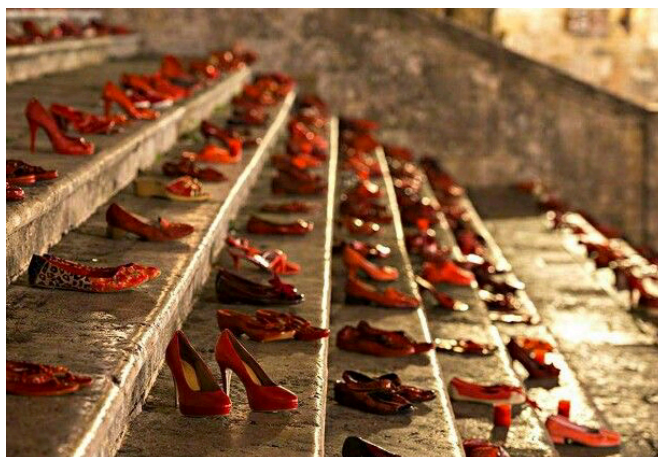


Il motivo per il quale il persecutore arriva a fare ciò è principalmente il controllo sulla libertà della persona interessata.

Ci sono varie strategie per ridurre la

violenza sulle donne. Un primo progetto adottato per diminuire la violenza è quello di ascoltare le testimonianze delle vittime. Innanzitutto per una donna che ha subito violenza non è facile parlare di ciò che ha dovuto tollerare. Per questo è importante che la vittima venga rispettata e ascoltata con serietà. È importante ricordare che quando una donna subisce violenza spesso vengono messi in evidenza elementi che invece sono irrilevanti, per esempio il modo in cui è vestita e la sobrietà della vittima. Importante è inoltre educare le generazioni future e imparare da ciò che è passato. Dobbiamo insegnare alle persone più

giovani ad essere solidali con tutti e che non esistono stereotipi. Bisogna incoraggiare una cultura di accoglienza verso tutti. Bisogna quindi istruire i bambini



a rispettare i diritti di tutti.

È nostro compito chiedere dei servizi riservati alla violenza sulle donne. Devono essere creati quindi centri antiviolenza, numeri verdi e dei servizi da consultare nel caso in cui si subisca violenza. Dobbiamo riuscire a comprendere cos'è il consenso, che non permette indecisioni. Non ci devono essere esitazioni o costrizioni per arrivare al consenso e questo può essere reversibile. Uno dei rimedi più importanti è quello di riconoscere i vari segnali d'abuso. Le varie forme di abuso possono avere effetti gravi sia emotivi che fisici. Per questo se ci troviamo vittime di

comportamenti non adeguati o conosciamo qualcuno che ne soffre dobbiamo denunciare e mettere in sicurezza noi e gli altri. Importante è riuscire a trattare questo argomento sui social, anche se a volte possiamo sembrare persuasivi bisogna agire. Mostrando solidarietà per le vittime ma allo stesso tempo lottare per i diritti delle donne.

È importante assumere comportamenti maturi e responsabili che non vanno a nuocere su persone esterne, comprendere le scelte di altri senza ostacolarne il passaggio pur di vendicarle.



RADIO DON BOSCO

Le telecomunicazioni fanno talmente parte del nostro quotidiano che ormai diamo per scontata la loro presenza e il modo in cui funzionano. In realtà sono strumenti complessi tanto quanto il loro utilizzo e per questo abbiamo intervistato il professore Luca Zacchigna.

Durante gli studi per la sua maturità, il prof. Zacchigna decise di conseguire l'esame di radioamatori: un esame di elettronica, che all'epoca ti dava la licenza base per poter utilizzare certi tipi di radio, con una certa potenza, su certe frequenze, con dei limiti. Proprio grazie ad una licenza personale del professore, adesso la scuola ha una propria radio amatoriale e un proprio nominativo univoco che identifica la nostra stazione radio in tutto il mondo.

Luca Zacchigna insegna, appunto, nell'istituto Don Bosco, è nato a Trieste e ha frequentato un liceo scientifico per poi laurearsi all'università di biologia, iniziata a Trieste e successivamente terminata a Padova. Tutt'ora sperimenta nuovi progetti radio insieme ai suoi alunni e

a gruppi di ragazzi che hanno costruito delle antenne nel terrazzo della scuola, collegati ad un radioamatore a 5 watt di potenza, con il quale si possono fare delle brevi comunicazioni anche con altre nazioni.

Le prime cose che ci ha raccontato il professore sono stati il funzionamento e gli utilizzi della radio, come strumento di comunicazione e connessione con altre persone.

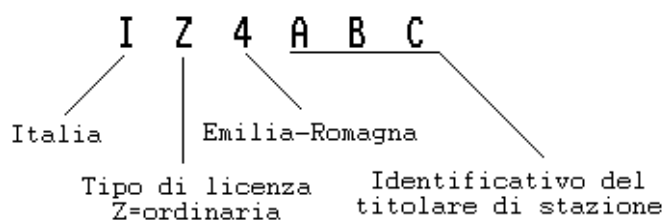


Radio del Don Bosco



Attraverso le radio è infatti possibile creare collegamenti internazionali, anche non a corto raggio a seconda delle circostanze e del numero di onde che potrebbero interferire nella comunicazione stessa.

Durante l'intervista abbiamo avuto la fortuna di vedere concretamente come tutto questo funzioni, attraverso una vera e propria dimostrazione, parlando con un radioamatore proveniente dall'Inghilterra.



Esempio di codice nominativo

In generale per cominciare uno di questi collegamenti bisogna prima scambiarsi i rispettivi nominativi ed è importante pronunciare il codice utilizzando un determinato spelling, che permette ad ognuno di avere una pronuncia internazionale e comprensibile.

Dopo aver fatto tutto ciò si può cominciare a scambiare informazioni, come ad esempio il luogo nel quale si sta effettuando il collegamento o le proprie coordinate.

Il professore ci ha poi spiegato che è possibile avere vari tipi di collegamenti, anche senza usare le parole e questo è possibile grazie alle tecnologie di oggi come il computer. Questo, attraverso un software gestisce il collegamento alla radio e riceve determinati rumori che trasforma in sigle. A questo punto è possibile scegliere una stazione con cui interagire e una volta che la lucetta rossa presente nella radio si accende, il computer contatta la persona scelta, mentre quando essa si spegne significa che il computer sta 'ascoltando' e potrebbe ricevere una risposta. In quest'ultimo caso la radio continuerebbe la conversazione per poi chiuderla attraverso sequenze numeriche.

Un'altra maniera per comunicare è il codice morse: un sistema in codice in cui le lettere

Codice Morse

INTERNATIONAL MORSE CODE

1. A dash is equal to three dots.
2. The space between parts of the same letter is equal to one dot.
3. The space between two letters is equal to three dots.
4. The space between two words is equal to five dots.

A • —	U • • • —
B — • • •	V • • • —
C — • — •	W — • —
D — • •	X — • • —
E •	Y — • — —
F • • — •	Z — — • •
G — — •	
H • • • •	
I • •	
J • — — —	
K — • —	1 • — — — —
L • — • •	2 • • — — —
M — —	3 • • • — —
N — •	4 • • • • —
O — — —	5 • • • • •
P • — — •	6 — • • • •
Q — — • •	7 — — • • •
R • — •	8 — — — • •
S • • •	9 — — — — •
T —	0 — — — — —

sono codificate da una particolare combinazione di punti e linee.

Ma la radio può essere utilizzata anche in maniera passiva e quindi per ricevere informazioni senza poi rispondere: ad esempio con le stazioni radio che forniscono informazioni sul meteo ai piloti oppure, il professore ci ha spiegato, che è stato possibile collegarsi con la stazione spaziale internazionale mentre era in collegamento con una scuola in Germania e alcune classi hanno potuto ascoltare le risposte degli astronauti direttamente dallo spazio.

Grazie a questa intervista abbiamo compreso quanto i mezzi di comunicazione siano sottovalutati in questo periodo storico poiché il loro utilizzo è quotidiano, ma dietro alla radio si nascondono una serie di studi ben maggiori rispetto allo scopo di parlare con qualcuno, infatti essa comprende una serie di ricerche in più settori, come quello informatico, matematico e scientifico, e ne permette di fare altrettanto in ambiti più umanistici come l'utilizzo di lingue diverse o il venire a conoscenza di altre culture e persone. Inoltre ci apre gli occhi su un mondo vastissimo e su tutte le possibilità che abbiamo per conoscerlo tra cui proprio la radio.

Ringraziamo il professore Zacchigna per la sua disponibilità e per questa esperienza.

A PROPOSITO DELLA SALUTE MENTALE

Negli ultimi tempi si parla molto di salute mentale, ma cos'è veramente e perché è così importante nella nostra vita?

Il benessere mentale è una condizione di tranquillità ed equilibrio emotivo e psicologico, essenziale per mantenere il controllo della propria vita e sfruttare tutte le nostre capacità.

Non sempre però le persone sono in grado di raggiungere e mantenere questo stato di pace con loro stesse, sono infatti 280 milioni i casi di depressione registrati nel mondo nello scorso anno, e 270 milioni i casi di disturbi d'ansia (e dobbiamo tenere presente che ogni giorno queste statistiche aumentano sempre di più).

Purtroppo se ne parla ancora poco e ci sono molte false credenze nei confronti di chi soffre di disturbi mentali. Quando sperimentano sintomi riconducibili a malattie mentali, le persone spesso fanno fatica a chiedere aiuto, per la paura di essere mal giudicate, venire escluse ed essere incomprese. Così, per combattere questa disinformazione, bisognerebbe parlarne di più e normalizzare la questione, cercando

di adottare dei comportamenti che non facciano sentire gli altri diversi o inadeguati.

La soluzione più efficace per chi si ritrova in un momento di sofferenza psicologica è quella di contattare un professionista, per esempio psicologo o psicoterapeuta, che possa aiutarlo a capirsi meglio, così da iniziare assieme un percorso di crescita che lo porti ad un miglioramento. Questa situazione è talvolta difficile da accettare per i familiari, che nella maggior parte dei casi trovano una giustificazione al dolore dei figli, non comprendendoli a pieno, sminuendo il tutto, risultando di poco aiuto; ciò spesso accentua le paure da parte dei figli, che si trovano in difficoltà ad esprimere ciò che li turba, perché temono di non essere creduti o di essere un peso in più per la propria famiglia.

La pandemia ha avuto un grande impatto sul benessere mentale soprattutto delle fasce più giovani, i quali si sono ritrovati da un giorno all'altro a non avere più la possibilità di fare cose che prima davano per scontate.

Ciò ha comportato un crollo emotivo nei sog-



getti più fragili che, una volta usciti dal lockdown e non più abituati a stare in un luogo sicuro, cioè la loro casa, si sono ritrovati a non riuscire più ad interagire ed approcciarsi con gli altri.

Questo ha avuto una conseguenza talmente negativa sugli adolescenti, che li ha portati a fare numerose assenze da scuola, rischiando anche la bocciatura. Il rientro a scuola in presenza è stato per molti alunni travolgente a livello emozionale, poiché passare di punto in bianco da fare le lezioni in didattica a distanza a farle in classe, ha richiesto un grande sforzo psicologico che ha disorientato la loro quotidianità. La pressione sulle spalle degli studenti è stata molto intensa, perché sono stati costretti a recuperare gli argomenti fatti in velocità durante il lockdown, oltre a riuscire a rimanere al passo con quelli attuali, temendo a volte di non farcela, soprattutto i più grandi che dovranno svolgere gli Esami di Stato.

Riteniamo dunque che il passaggio da DAD a presenza sarebbe dovuto

essere più graduale, alternando le lezioni a casa e quelle a scuola, per poi tornare un passo alla volta alla normalità.

Non bisogna però dimenticare che anche prima del covid una moltitudine di giovani soffrivano mentalmente, e, come succede tuttora, nella maggior parte dei casi questa angoscia resta nascosta dai genitori, che come già spiegato anticipatamente, non capendo i figli, dicono frasi come “è colpa dell’adolescenza” o “è solo un periodo, poi passa”; sentendosi sminuiti e non sapendo a chi parlare, è bene che ci sia in ogni scuola uno psicologo che si metta a disposizione per tutti gli studenti che ne necessitano, facendo dei colloqui gratuiti, che possano aiutarli a superare le difficoltà.

In conclusione, tutti, a prescindere dallo stato sociale e posizione economica, dovrebbero avere diritto ad uno psicologo, dal momento che è fondamentale accogliere le richieste d’aiuto di ognuno di noi, affinché si cerchi il più possibile di alleviare i motivi di tormento psicologico.

NUMERI UTILI

- COVID-19 | Supporto psicologico: 800.833.833
- Telefono Azzurro | Tutela dei bambini e adolescenti: 1 96 96
- Telefono Amico | Prevenzione al suicidio 02 2327 2327
- Prevenzione al bullismo: 114
- Supporto psichiatrico generale: 800274274

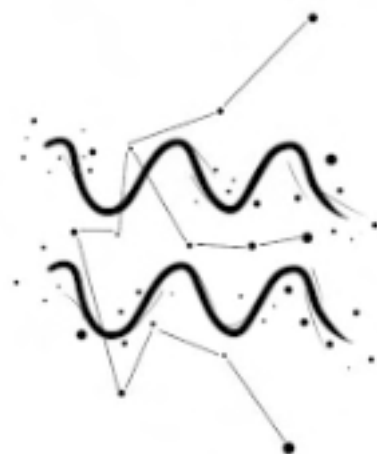
OROSCOPO

ACQUARIO:

Vita: non fatevi prendere dalla tristezza degli ultimi giorni, questo potrebbe essere il momento perfetto per portare una svolta nella vostra vita. Aspettate la primavera che porterà delle novità nella vostra quotidianità.

Scuola: godetevi la marea di verifiche che stanno per arrivare senza abbattervi, che tanto sicuramente vi andranno bene!

Amore: quel Capricorno che ti ha pestato le scarpe bianche ti sta antipatico vero? Eppure potreste trovarvi bene assieme...



Simbolo zodiacale dell'acquario

PESCI:

Vita: in questo periodo vorreste bruciare tutto ciò che vi circonda! Fate grossi respiri... ora potete farlo. Anche se tutto sembra andare male, fate attenzione che la felicità è proprio dietro l'angolo.



Scuola: non vedete l'ora che si concluda la scuola, appena finirà farete bel un falò con tutti i libri scolastici

Amore: ma è stato un Bilancia che vi ha fatto gli occhi dolci nel corridoio della scuola?! Caspita perchè non provarci...

ARIETE:

Simbolo zodiacale dell'ariete

Simbolo zodiacale dei pesci *Vita:* non fatevi annientare dal pessimismo! Avete proprio una brutta cera. Il dubbio esistenziale che ti perseguita dall'inizio dell'anno si risolverà.

Scuola: allerta interrogazioni importanti! Gli insegnanti ce l'hanno con voi, cercate di studiare; i vostri sforzi saranno ripagati al meglio.



OROSCOPO

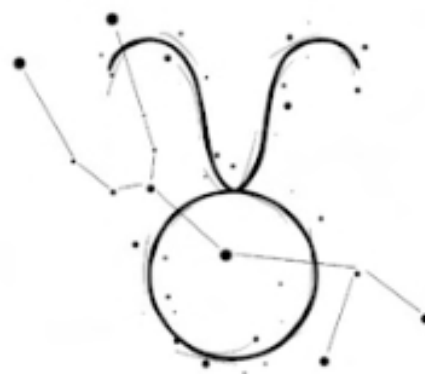
Amore: il tuo compagno ideale è Gemelli! Ma questo non è il vostro mese, provate ad aspettare ancora un po'.

TORO:

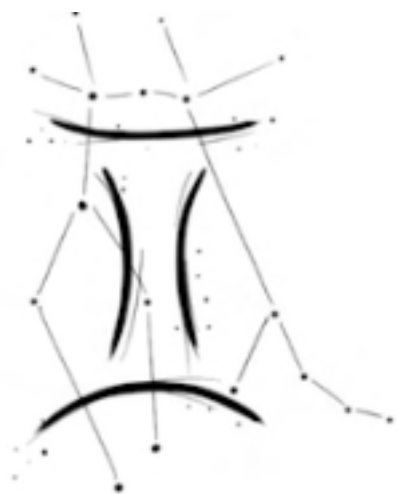
Vita: un mese fin troppo tranquillo vi aspetta! Mettetevi gli occhiali da sole e iniziate un bel viaggio, riposatevi finchè potete. Con molto dispiacere annunciamo che neanche questo mese il vostro sogno si realizzerà.

Scuola: siete troppo fortunati, le professoresses si sono dimenticate di voi, potete finalmente andare a dormire presto senza dover stare svegli per studiare.

Amore: il vostro compagno di vita è Sagittario, con cui succederà presto qualcosa di bello, no spoiler!



Simbolo zodiacale del toro



Simbolo zodiacale dei gemelli

GEMELLI:

Vita: state perdendo troppo tempo ultimamente, impegnatevi in qualcosa di produttivo. Aspettate l'estate per delle gioie, al momento sono congelate nel freezer.

Scuola: attenti ad alcuni professori a cui non state molto simpatici: cercate di evitarli il più possibile.

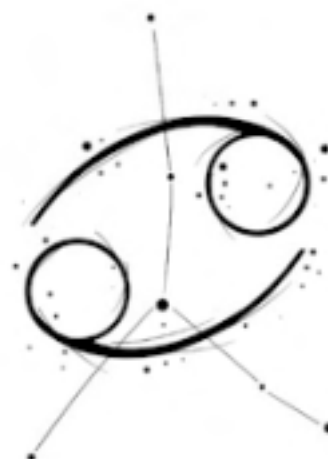
Amore: mi dispiace, ma questo mese per i Gemelli sarà forever alone, al massimo provateci con il vostro gemello ;)

Simbolo zodiacale del cancro

CANCRO:

Vita: vi tenete dentro un enorme segreto, che ne dite di rivelarlo ad un paio di persone? Non rimuginate sui vostri errori passati, quel che è fatto è fatto.

Scuola: evitate di lamentarvi, anche se prendete



OROSCOPO

un' insufficienza lo sanno tutti che poi recuperate in un batter d'occhio

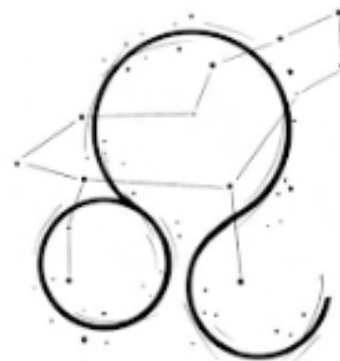
Amore: lasciate il partner con cui siete fidanzati, vi farà solo bene!
Provate qualcosa per uno Scorpione.

LEONE:

Vita: siete troppo agitati, cercate di rilassarvi. La luna non è dalla vostra parte questo mese. In questo mese ci sarà un imprevisto che la cambierà al meglio... o al peggio.

Scuola: anche voi i soliti fortunelli, però non vi adagiate sugli allori, insufficienze in arrivo.

Amore: niente va per il verso giusto; provateci con un Vergine, è di sicuro interessato, anche se vi sembra distaccato.



Simbolo zodiacale del leone



Simbolo zodiacale della vergine

VERGINE:

Vita: siete perennemente indecisi? Tirate una moneta in aria e avrete la risposta ai vostri dubbi.

Scuola: state collezionando voti rossi ultimamente, impegnatevi di più per non trovare i libri sotto l'ombrellone, sarete premiati!

Amore: tra poco non sarete più single... grazie a un Leone riuscirete finalmente ad aprirvi emotivamente.

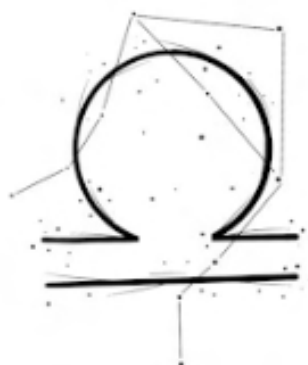
BILANCIA:

Vita: siate più positivi e smettetela di farvi paranoie inutili, cercate di credere di più in voi stessi. Non fate le cose a caso, soffermatevi anche sui piccoli dettagli, sono importanti.

Scuola: perdi il materiale? Guarda che il tuo compagno di banco non ti vuole prestare più niente, sii più responsabile!

Amore: siete convinti che a Pesci non importi nulla di voi? Vi sbagliate di grosso, farete conquiste.

Simbolo zodiacale della bilancia



SCORPIONE:



Simbolo zodiacale dello
scorpione

Vita: questa è la settimana adatta per debuttare nel mondo del successo. Marzo per voi sarà pieno di gioie, dimenticatevi di tutto il resto.

Scuola: smettetela di giocare a tris durante le ore perché proprio in queste materie i prof vi lanceranno tris di insufficienze.

Amore: non pensateci troppo, buttatevi mettendo da parte l'orgoglio, un Cancro vi sta aspettando.

SAGITTARIO:

Vita: questa settimana sarà tutto contro di voi. La luna non ti permette di avere una vita felice, spera per la prossima settimana.

Scuola: siete tristi perché non socializzate molto? Puntate di più sulla simpatia e i risultati arriveranno.

Amore: rivalutate quel Toro che credete sia solo un amico altrimenti passerete un periodo di solitudine.



Simbolo zodiacale del sagittario

CAPRICORNO:

Vita: prendetevi una pausa, cercate di sfogarvi grazie alle vostre passioni, vedrete che sarà un'ottima tecnica per concentrarvi meglio. Le gioie le potete cercare negli ovetti kinder, in giro non si trovano.

Simbolo zodiacale del ca-
pricorno



Scuola: troppi voti verdi... continuate così, ma se per una volta dovrete mollare state sicuri che riuscirete a rialzarvi.

Amore: quell'Acquario che ignori tanto non è del tutto indifferente, di sicuro sarà un dolce partner con cui trascorrere del tempo insieme.

A cura di ??

I GIOCHI

Risolvi i seguenti Sudoku:

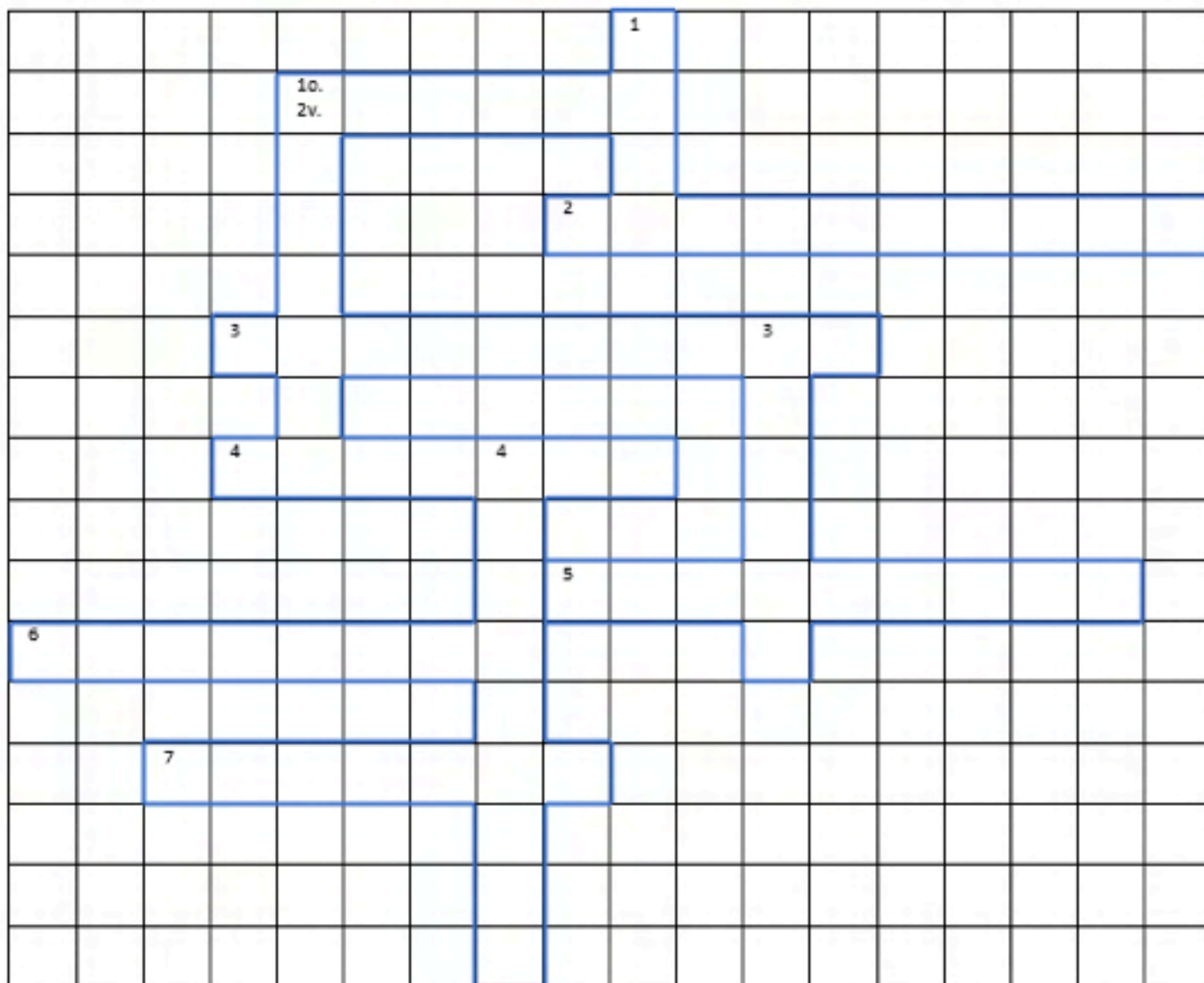
8	2		1	9			3	
3		9		2		6		1
	7			3			8	
6	8	3	5	1				
2	5	7		4	8		6	
				6				
4			9					5
7	6							
						8	1	

	1		4	8				
	9					6		
3				1		2	7	
		8		2		9		6
4					1	8	2	7
			6					
				3		7		
						3		9
9	7			5				8

2			8	6			5	9
		4		9	3			8
3								
	5		1					
						7	4	
8		9						
	3						1	7
			9		2			
			7	1				4

				7				
					5			
6								
								1

Risolvi il cruciverba su Don Bosco:



Orizzontali:

1. Il nome del cane di Don Bosco
2. Il secondo nome di Don Bosco
3. Il nome della madre di Giovanni Bosco
4. La Madonna nel sogno dice a Don Bosco: "rendite umile, forte e ..."
5. Il nome del padre di Giovanni Bosco
6. Il nome del fratello di Giovanni, al quale era molto affezionato, e che era soggetto principale di vari episodi raccontati nelle Memorie biografiche
7. Il nome del fratellastro di Giovanni

Verticali:

1. Anni che aveva Giovanni, quando ha fatto il sogno che gli ha cambiato la vita
2. Mese in cui muore Don Bosco
3. Luogo dove si trova il museo "Casa Don Bosco"
4. Una delle congregazioni fondate da Don Bosco



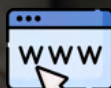
10 Aprile 2022

IL BUONGIORNO

Edizione 1



[ilbuongiornodb](#)



[il-buongiorno.vercel.app](#)