
Sommario

Felicità... a momenti o sempre?.....	1
Poliné	2
"E tu, éste content?"	2
Scattomatto	4
La felicità in uno scatto!	4
Radar	7
Come si misura la felicità?	7
Beyond the Wall	10
Spartii da n mur - te ogne temp e lech, stories che no fenesc	10
Laura Deflorian.....	13
Silvia Zorzi.....	13
Giulia Brigadoi.....	14
Angelica Antermite	14
Eppur si muove	
La chimica della felicità	15
Ne facciamo delle belle	16
Filosofia alle medie... perchè no?	16
Educhiamo alla cittadinanza digitale e contrastiamo il cyberbullismo.....	17
Visita alla redazione giornalistica Alto Adige	19
Dessegnes, poejjes e cianzons per la pèsc.....	21
Costituzione: per un futuro fondato sulla giustizia.....	22
Perchè non ci salutate?	23
Jon a descorig la energies renovaboles!.....	24
"Lasciate ogni speranza o voi che entrate"	25
La festa dei popoli.....	27
L circo di talenc: n spettacol de maravea e de ardiment!	28
Tre, due, uno... in scena!	32
Diritto di amare	34
Sportivamente	35
La felicità tel sport: anter suor e fadia	35
Cogito ergo sum	36
La felicità fatta e finita	36
La felicitàdietro le spalle	37
Dialogo (filosofico e di spirito) Sulla felicità.....	38
Cucalonch	39
Inside out	39
Esercizi di felicità	40
La ricerca della felicità.....	40

Felicità... a momenti o sempre?

Sei felice? Quante volte ci hanno fatto questa domanda? Quante volte l'abbiamo posta noi a chi ci sta attorno? Sono due semplici parole che però risuonano con prepotenza nella testa quando ci vengono poste, e si contrappongono con forza alle molte lagnanze, alle aspettative deluse, a ciò che sentiamo mancarci.

E poi... che cos'è la felicità? Felicità può essere la libertà di viaggiare, lo sport, il vivere la natura. Mille sono le cose che possono renderci felici: lo stare insieme agli altri, l'arte, il teatro. Ma altrettante sono quelle che diamo invece per scontate, ma di cui sentiamo la mancanza quando vengono meno: i diritti civili, la libertà di varcare il confine tra due stati, l'essere chi veramente siamo senza paure, senza nasconderci dietro una maschera.

Infatti, nonostante la felicità possa avere mille volti, come il sorriso di un bambino, un cane che ti corre incontro o un paesaggio incantato, è l'unico dono che ci permette di essere noi stessi.

Ma l'ultima domanda del nostro radar rimane la stessa: sei felice?

Un quesito all'apparenza semplice, al quale molto spesso non diamo peso.

Non dare una risposta subito. Pensaci bene, rifletti a lungo sul vero significato di queste due parole e poi prova a rispondere. Forse allora ti accorgerai che non è così facile trovare una risposta, che non è così scontata e che non è una domanda da prendere con sufficienza.

Sii te stesso, sii vero, ma soprattutto: sii felice.

Aurora Iellici e Silvia Vinante



POLINÉ

“E tu, éste content?”

Domanete se ties felize, e vif de conseguenza

Duc amancol na outa te la vita se aon domanà “che él la felizità?”.

E ben segur tropes no e é stac bogn de responder.

L secret de la felizità? Senester l dir, soraldut perché per vigni un la felizità pel esser zeche de desferent. Purampò canche i dis sluzia via monotons e beleche senza n sens l'é bon se metter endodanef su la strèda per ruèr a na realizazion personèla, al conzet de felizità de vigni un. Chest apontin l'é stat domanà ai bec de la Scola Ladina de Fascia e a la jent d'età de la Cèsa de Pausa. Ben segur n lurier per nia sorì, ma che à fat pissèr en cont de un conzet sotvalutà e vedù da spes desche banal.

Alison Prinoth

Amici
Amore
Musica
Libri
Leggere
Sciare
Musica e la mia chitarra
Libertà
Indipendenza
Tranquillità
Avere una persona al mio fianco che mi dia serenità
Vivere con spensieratezza
Sentimento positivo verso qualcosa
Divertimento
La mia famiglia
Stare bene
Salute
Stare bene con me stessa
Fare ciò che si vuole senza badare agli altri
Passare tempo con la mia famiglia
Qualcosa che mi rende tranquillo
Il piano di Danny Boodman T.D. Lemon Novecento
Andare a cavallo
Fare le cose che amo

Sport

Può essere descritta con vari aggettivi e intesa in tanti modi diversi

Quel momento in cui stai bene e ti senti a tuo agio

Viaggiare

Essere

Libertà

Quando finisce la scuola

Essere sereni, senza preoccupazioni, è fare ciò che ti piace per il gusto di farlo, che sia leggere un libro o viaggiare

Festa

Cibo

La montagna

Prendere un buon voto a scuola o guardare serie tv su Netflix

Sorriso che sale alle labbra senza il nostro consenso

Soldi

Ciò che ti rende felice

Riuscire a trovare il proprio posto all'interno della società. Essere coscienti che siamo amati e noi stessi possiamo amare

Tempo libero

La strada di un viaggio utopico

Emozione che provi quando accade quello che speravi succedesse

Sincerità

Quando tutto intorno è positivo e colorato

Avere qualcuno che ti vuole bene

Capacità di apprezzare la vita nelle piccole cose. È veramente felice colui che riesce ad accantonare qualsiasi problema riuscendo a focalizzarsi sugli aspetti positivi, anche se sono pochi o banali

Suonare

Passare del tempo in mezzo alla natura

Pomeriggio di sole

Ciò che sento dentro

Divertimento

Sorriso sincero

Lacrime di gioia

Poter andare a scuola

Poter mangiare

Essere contenti di tutto anche se non si ha niente

Fare ciò che si vuole senza sentirsi oppressi

Essere liberi di scegliere

Essere sempre positivi e sorridere spesso

Raggiungere i miei obiettivi

Essere in sintonia con se stessi

L'arte nelle piccole cose

Vedere le persone felici

Stare bene e senza pensieri

Leggere un libro al sole in tranquillità

Piccoli gesti

Avere sempre un obiettivo o un'ambizione e lottare per raggiungerla

Svegliarsi sorridendo

Sentirsi accettati

Fare un passo avanti nella realizzazione dei miei sogni

Libertà di scelta

Un momento di pace

Passare il tempo con la mia ragazza

Infinito di un movimento immortale nella danza

Solidarietà

Nutella



SCATTOMATTO

La felicità in uno scatto!

Anche per questo numero la redazione di Filoreflex ha deciso di proporre un contest fotografico, avente come tema la Felicità. Al concorso ha partecipato una decina di concorrenti, studenti e non, di Fassa e Fiemme.

Gli scatti sono stati valutati in base ad alcuni criteri (attinenza al tema, progettualità, tecnica e originalità) da una giuria composta per la parte umanistica e scientifica dai professori Marianna Cadorna e Michele Scala, per la parte tecnica e progettuale dall'appassionato fotografo Carlo Trolese, mentre gli studenti Lorenzo Dezulian, Nicolò Dorich, Mattia Valentini e Caterina Zulian hanno valutato l'originalità e l'attinenza.

Dopo attente valutazioni la giuria ha deciso di assegnare il primo posto a pari merito per *Un sorriso che esprime tutto* (Denisa Titisian) e *My Dog My Happiness* (Luana Tomasi). Entrambe le foto, infatti, sono state ritenute originali e ampiamente attinenti alla traccia; non è mancata la progettualità, come pure la tecnica. I soggetti esprimono felicità e armonia. All'ultimo gradino del podio troviamo *Che bello il mondo da quassù* (Stefano Rasom): la fotografia dello studente della SSPG di Campitello ha riscontrato molte valutazioni positive, e grazie all'originalità e alla buona tecnica è arrivata sul podio. Ecco dunque alcuni degli scatti più significativi che hanno partecipato al concorso.

Si è deciso di menzionare inoltre alcune fotografie inviateci dalla Cèsa de paussa, le quali colgono perfettamente dei momenti felici

Mattia Valentini



In alto:

Un sorriso che esprime tutto di Denisa Titisian

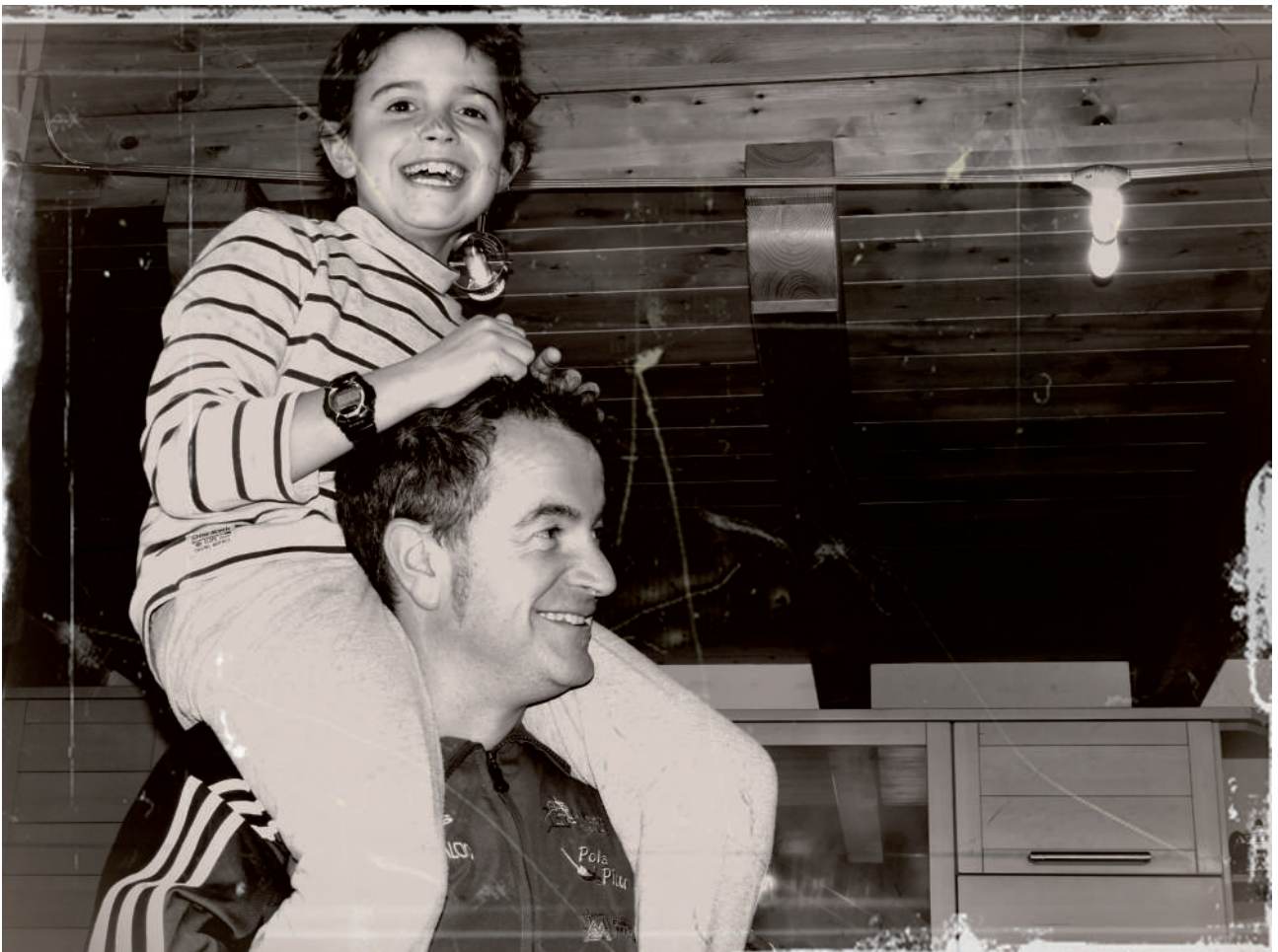
A fianco:

My Dog My Happiness di Luana Tomasi

Che bello il mondo da quassù di Stefano Rasom

Nella pagina seguente:

fotografie dalla Cèsa de paussa





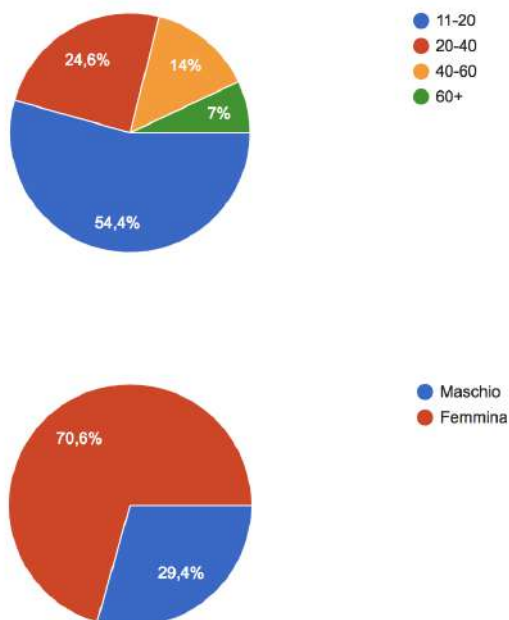


R A D A R

Come si misura la felicità?

La FIL è la Felicità Interna Lorda, ed è il PIL della felicità, ovvero misura quanto la popolazione di uno stato sia felice. Il Bhutan ha introdotto questo criterio di valutazione già da anni: basandosi su fattori come la qualità dell'aria, la salute dei cittadini e i rapporti sociali, calcola la felicità della sua popolazione (e si ritrova in ottava posizione tra i paesi più felici al mondo).

La felicità è un valore soggettivo: per ognuno, infatti, rappresenta qualcosa di diverso. Con la nostra piccola indagine abbiamo voluto sondare (sebbene su scala ridotta), la FIL del nostro territorio, con un breve questionario di 6 domande, somministrato casualmente a 228 soggetti di varia età e sesso. I partecipanti al sondaggio sono distinti esclusivamente per età (11-20/ 20-40/ 40-60/ 60+) e per sesso, poiché non ritenevamo necessari altri filtri: la felicità infatti appartiene a tutti.

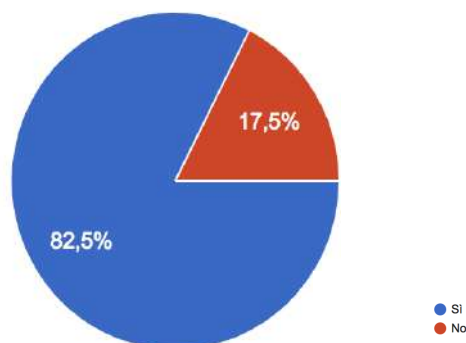
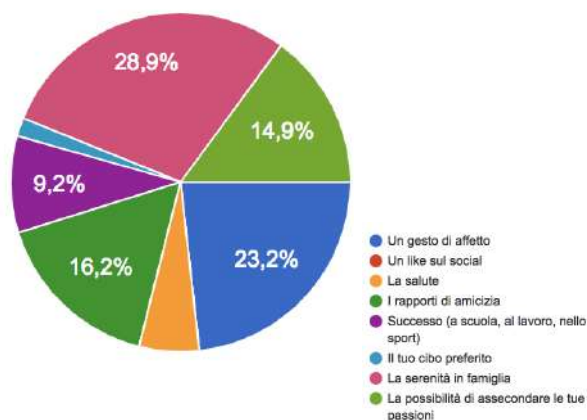




1. Quale di queste cose ti rende più felice?

A questa domanda abbiamo fornito un elenco di motivazioni: un gesto di affetto, un like sul social, la salute, i rapporti di amicizia, successo (a scuola, al lavoro, nello sport), il tuo cibo preferito, la serenità in famiglia, la possibilità di assecondare le tue passioni.

La risposta più quotata è stata la serenità in famiglia, con quasi il 29% di preferenze. Al secondo posto un gesto di affetto (23%); in fondo alla classifica si posiziona un like sul social (0%). La famiglia è dunque vista come la fonte primaria di felicità, mentre i social non sono ancora così inseriti nella nostra vita da essere identificati come tali.



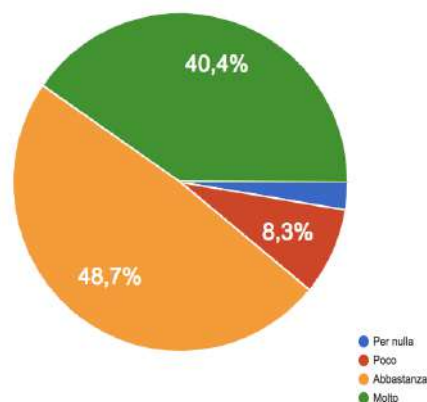
2. Hai mai finto di essere felice per far felice qualcun'altro?

Una semplice domanda disgiuntiva, i cui risultati sono 82% di sì, e 18% di no. Questa domanda ci fa riflettere su quante volte fingiamo la felicità, per accontentare, rendere felice o soddisfare chi abbiamo accanto. Un esempio banalissimo, inserito nell'ambito scolastico, è quando ci fingiamo contenti se un nostro compagno ha ricevuto un bel voto, mentre sulla nostra prova spicca un'insufficienza. Ma se la situazione è più seria, è il caso di fingere o di esprimere i nostri veri sentimenti?

3. L'amore fa la felicità. Quanto sei d'accordo con questa affermazione?

Entriamo nell'ambito dell'amore, che molto spesso è associato alla felicità e, significativamente, altrettante volte alla sofferenza. Quasi il 50% degli intervistati, nella graduatoria tra molto, abbastanza, poco, per niente, ha scelto la risposta "abbastanza"; "molto" è al secondo posto con il 40%.

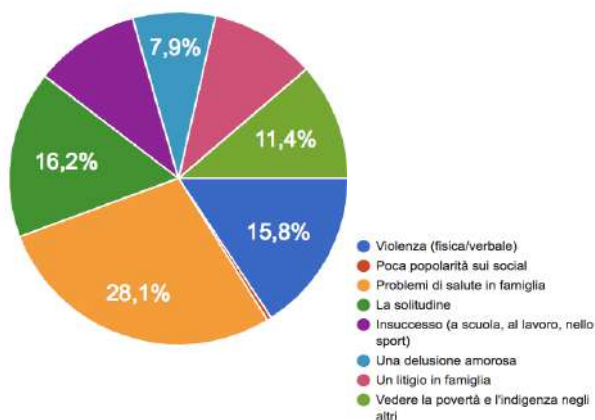
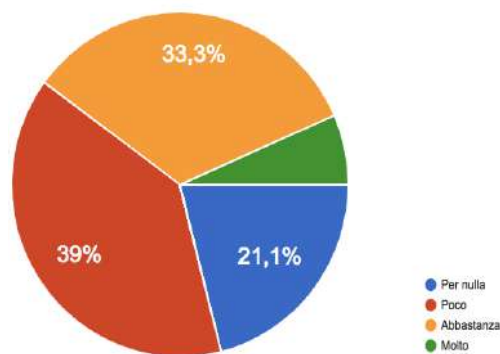
Abbiamo analizzato in dettaglio questa domanda, distinguendo tra maschi e femmine dagli 11 ai 20 anni e tra maschi e femmine di tutte le età superiori, perché spesso l'amore è sentito particolarmente dai giovani. Nella fascia 11-20 anni, l'89% dei maschi ha scelto "molto" o "abbastanza", e tra le femmine l'88%. Passando alle età superiori, sempre per quanto riguarda le due risposte più selezionate, spiccano l'85% tra gli uomini e il 90% tra le donne. Vediamo come, indipendentemente dal sesso e dall'età, le percentuali rimangono comunque molto alte, e rimandano al quasi 90% complessivo delle due risposte.



4. Il denaro fa la felicità. Quanto sei d'accordo con questa affermazione?

Una frase conosciuta, di cui volevamo sapere la risposta. Sempre con la stessa graduatoria ("molto", "abbastanza", "poco", "per niente"), scopriamo che il 39% degli intervistati ha scelto "poco", il 33% "abbastanza", e percentuali minori le altre due risposte.

In questo caso, tra i giovanissimi (11-20 anni) il 45% ha risposto "abbastanza" o "molto", pari al 33%, tra le età superiori. Sembra dunque che i giovani diano più valore al denaro rispetto agli adulti che, forse più maturi, capiscono che la felicità è data da cose diverse dal mero benessere economico. Curiosamente, abbiamo osservato che nessuno tra gli over 60 ha risposto "molto".



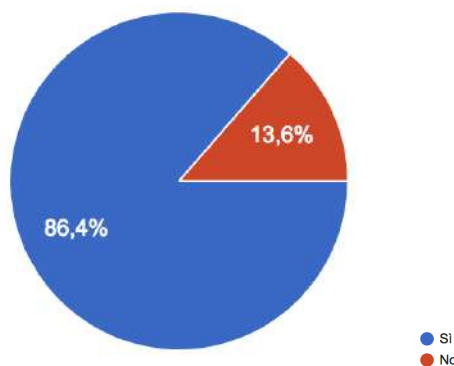
5. Quale di queste cose ti rende più triste?

Nella quinta domanda, riprendiamo la prima ma in negativo, con le possibili risposte: violenza (fisica/verbale), poca popolarità sui social, problemi di salute in famiglia, solitudine, insuccesso (a scuola, al lavoro, nello sport), una delusione amorosa, un litigio in famiglia, vedere la povertà e l'indigenza negli altri.

Al primo posto troviamo i problemi di salute in famiglia (28%); vediamo che nuovamente la famiglia sta al centro della felicità di molte persone. In particolare abbiamo osservato che l'opzione "una delusione amorosa" è stata scelta dal 77% di giovani tra gli 11 e i 20 anni. Anche la solitudine è preponderante tra i giovani, con il 70% del totale che ha scelto questa risposta. Solo una persona ha selezionato l'opzione "poca popolarità sui social".

6. In generale, sei felice?

Domanda facile, e al contempo difficile. Abbiamo scelto di porla alla fine del questionario in modo che, nel corso del sondaggio, si avesse la possibilità di riflettere sulla sua portata. Si afferma la risposta sì, con l'86% dei votanti. Un dato rassicurante, ma che fa riflettere su quel 14% di persone che hanno detto che no, non sono felici, nemmeno "in generale".



Luana Tomasi



BEYOND THE WALL

Spartii da n mur - te ogne temp e lech, stories che no fenesc

Felizità l'é tanta robes e l'é senester troèr na definizion comuna a vigniun. Felizità l'é aer zeche che te fèsc content, jà a partir da la picola robes. Pisson demò a aer na cèsa, aer n let, aer n inom e da magnèr e beiver. Ajache aboncont vivon te n post olache i deric fundamentèi é respeté, no se n'adajon vèlch outa che ence duta chesta picolezes l'é picoi motives de legreza. Pisson demò per n moment se no podassane jir a scola, emparèr neva robes, viajèr e cognoscer noscia tera. De segur, nosc sentiment no fossa chel de felizità. E proprio te chest ambit, sion jic a descorig l'empordanza de la libertà de moviment e, più tel spezfich, jiron a esaminèr valguna de la situasions che l'é stat e che l'é a cajon di mures che l'om à fat sù e seghita a fèr. Mures che limitea l moviment de la persones e no ge dèsc l'oportunità de esser contentes.

"Mie Christoph, mie pere Christoph. Voe esser curta te mia paroles per no te fèr cruzièr massa. Vegne de retorn ades da l'ofize competent e son n muie endespiajuda. Me é stat dit che i dèsc fora la autorizacions demò ai parenc de prum livel. Ence da Nadèl, nesciugn document e de segur no ai moroji. De chel che aon da rejonèr, endèna, podon ence l fèr tras la letres. Chest l'è stat chel che me à dit la sciora. La me à ence conseà de te domanèr che che te ves fèr da ades inant, ja che te chest moment, de traslochèr, no se n pèrla nience e, se proprio volon se maridèr, cognon l fèr da la fiera. [...] E no ge é nience dit che volee me trasferir a ovest, che, anter l'auter, no fossa nience la verità, ma de contra, ge é spiegà che tu te aesses intenzion de vegnir a troèr lurier chiò da nos. Ades aboncont no podon tor dezijions. Caro Cristoph, sé ben che te chest moment t'es n muie empacionà, ma te sbraciolee fort, te mane n bos e n maraut de aices, poje mie sleeves su tie eies. No esser empacionà, tegn dur e son spervaja che nosc amor sie più fort che chel che ades ne spartesc. Ades sere chiò, percheche é outra letres da scriver. Per semper tia, Dorothea".

L'amor de Dorothea e Cristoph, n amor contà, ja che no i po-dea se scontrèr, da la paroles e da la letres che, endèna l temp del Mur de Berlin, i se manèa vigni setemèna. Dorothea l'era na tousa che stajea te Berlin Est e, de contra, Cristoph l'era da la zità ovest [aldidanché chisc scric é tegnuì sù tel Traenen Museum, a Friedrichstraße]. Na felizità spartida da na costru-



Ai 9 de november del 1989 vegnìa destrut l Mur de Berlin

zion fata de cadrie, n ostacol fat sù da l'om. Na felizità che no pel esser arjonta a cajon de chel che l'é demò n mur. L'amor reèl, aboncont, l passa via vigni bastia e segur chel anter Dorothea e Cristoph no l'é mai sturtà, amò de più no a causa de n mur.

Chest l'é demò n ejempe de chel che l'é sozedù enlouta te la Germania, ma ence per duc i mures che amò anchecondi seghita a esser fac sù vigni dì te vigni post del mond. Se peissa che chela dal 1961 al 1989 sie demò n'ecezion, n picol cianton scur te la storia, ma ades, dò beleche trent'egn, no l'é tant da festejèr: l numer de chesta barieres l'é cresciù e da traversc per tegnir ite l'é doventà vides per no fèr arvejinèr.



La linea de demarcazion militèra Hyujeonseon che spartesc la doi Corees

Hyujeonseon

Dò l prum mur, chel che nos cognoscion de più, jon te la Corea del Nord, olache del 1953 l'é stat fat sù na linea de demarcacion militèra. Chesta l'é la famosa linea che spartesc la Corea del Nord da chela del Sud. Sia costruzion la podon loghèr dò la fin di conflic militères anter i doi pajes te la Vera de Corea. La é longia 248 kilometres enlongia l 38° paralel e la é segnèda con 1929 scartabie. Tel lengaz corean ge vegn dat inom Hyujeonseon, che vel dir "linea del cessate il fuoco" o Gunsu Bungye-seon, che vel dir "linea de demarcacion militèra".

Chesta linea spartesc doi nazions n muie desvalives. Defati la Corea del Sud l'é na nazione n muie svilupèda, tant che la fèsc pèrt de cheles che vegnia chiamèdes "Tigri de l'Asia"; enveze la Corea del Nord l'é n Paisc sot na ditatura, olache dut l'é controlà e i deric più scempies che aon nos no i vegn respeté (basta pissèr a la libertà de stampa e de parola).

La persones, tant da una che da l'otra, no les podarà mai jir da l'otra man. Nesciugn corean del sud podarà mai doventèr n corean del nord. Te chest ambient de tristeza, aboncont, anter i esperc l'é stat troà na picola e scempia felizità, che revèrda la natura. Ajache beleche nesciugn se arvejina a chesta linea de demarcacion, la natura à podù se svilupèr incontaminèda: tanta sorts de besties e piantes à podù troèr cèsa.

Kashmir: no l drapament

Da la Corea, sgolon tel zenter de l'Asia, olache jon a descorig n auter mur. Chesta linea de control la é sul confin anter Pakistan e India e la spartesc la region del Kashmir. No la é recognosciuda ofizialmenter desche n confin anter i doi Pajjes, ence se sia funzion l'é apontin chesta.



L mur l'è stat trat sù da pèrt de l'India del 1990, co na lungheza de 550 km su 740, fata de zones co telecameres termiches, sieves e ogne sort de èrma. Enveze, te la "tera de nesciugn", l'è stat poja jù n muion de mines anti-om. La costion la é partida a la fin de la vera indo-pakistana, che à portà a l'indipendenza del Bangladesh dal Pakistan. Te chest temp vegn segnà na riga del desmeter l fech, ma, per l tratat de Simla, l'è ciapà l'inom de Linia de control. Fin del 2003 la linia no la corìa dut l

confin, ma demò na pèrt. Defati, sul giacé de Siachen, olache no l'era nesciugn confin, l'è stat desvalives momenc de tenjion e de combatiment anter pakistans e indians, che i à porta a la cordanza del 2003.



L "Mur de la vergogna" a Lima (foto CEN dal sit dagospia.com)

Vergogna perfin tel Perù

Mudon continent e ve meton dant l "mur de la vergogna", n mur che l se troa a Lima, tel Perù. L'inom che i ge à dat l lo descrif dalbon delvers. Defati chest mur l spartesc i peres dai riches, chi che no à nia dai riches, l viver mèl dal viver ben. Esteban Arimana l vif a de la pèrt pera e l laora te na cèsa da la pèrt di riches che la fossa vejina, ma a cajon de chest mur l met ores a ruèr passan fora dut l trafich de Lima. L conta che ic no i à scioldi nience per l'èga e, cò se fèsc doi metres da l'otra man, se veit che ogne cèsa à perfin la nodadoa. L prum toch é stat fat sù del 1985 dai gesuic, per stravardèr sia Colege dai assauc, dapò l'è stat na gran speculazion de frabica e l mur é stat portà inant fin a doventèr na parèda de passa 10 chilometri auta 3 metres. L spartesc la baracopoli, olache vif zirca 96.000 persones, e la cèses de La Molina, che les pel ruèr a costèr milions de euro. Chi che à volù fèr sù l mur disc che l serf per vardèr che la cèses fora de regola no les invade l quartier rich. Aboncont, l serf per spartir i riches e i peres e chest crea n gran dejèje sozièl.

Amò tenc de etres l'è i mures che spartesc jent e tradizions. Bèsta demò pissèr a la bariera anter Israel e Palestina, olache vera e tenjion va inant da sacotenc de egn, o l mur anter Messico e Stac Unii per tegnir fora i migranc, o la Peacelines de Belfast te l'Irlanda del Nord che la spartesc la comunanzes de religion catolica e protestanta, o amò la Linea Verda te Cipro. Più vejìn da nos, podon pissèr a ogni nosc limit personèl o a ogne pregiudizie sozièl che condiziona noscia vita. Cognon tegnir a l'eie e mai desmentièr che su noscia tera l'è stat gregn mures che à fat la storia e che amò i la farà, ma l'è ence n grum de barieres te noscia vita da ogne dì che roina noscia felicità.

Nicoletta e Matteo Riz

Anno all'estero

Laura Deflorian

Franklin (Tennessee)

È da quattro mesi che vivo a Franklin, Tennessee. Fortunatamente posso permettermi di dire di avere una famiglia grandiosa e di essere circondata da persone che mi fanno completamente dimenticare la nostalgia di casa... ma devo ammettere che i primi giorni sono stati piuttosto duri: spesso dovevo ripetermi i motivi che mi hanno spinto a partire, per ricordarmi cosa mi fosse venuto in mente a voler lasciare casa. Qui negli USA ho avuto la possibilità di fare esperienze che difficilmente avrei provato a casa: mi sono per la prima volta appassionata veramente a uno sport, ho iniziato ad andare in palestra, ho imparato a gestire i soldi (circa), pratico yoga, sto frequentando materie che in Italia non ci sono, inizierò un corso per imparare la lingua dei segni e, dopo aver lavato i vestiti colorati con la candeggina la prima volta, ho imparato a fare le lavatrici.

Ad ogni modo, a prescindere dal lasciare la propria famiglia,

gli amici o il ragazzo, credo sia un'esperienza importante, perché i vantaggi e le conoscenze che se ne ricavano valgono tutto il tempo passato a desiderare una pizza fatta bene.

Credo che molte persone debbano realizzare che c'è un mondo da vedere fuori dalla Val di Fassa e Fiemme, e questa è l'opportunità perfetta per uscire dalla propria comfort zone e capirlo.

Laura Deflorian



Silvia Zorzi

Wher-Brennet (Germania)



UNA VALIGIA STRACOLMA

Sono passati tre mesi dall'inizio di questa nuova esperienza in Germania... ho già visto, imparato e vissuto tanto e da qui in avanti mi aspettano altri otto mesi in cui scoprirò la futura me.

Ovviamente non è tutto rose e fiori: la lingua è impegnativa e la scuola ancora di più; inoltre non ho trovato ancora "vere e proprie" amicizie e di conseguenza continuo a pensare alle persone a cui tengo particolarmente in Italia, e la mancanza si fa sentire. Nonostante questo sono felice di essere qui.

Ho conosciuto tantissime persone, tedesche e non, dalle quali ho ricevuto tanto e a cui ho dato tanto. Mi sono accorta che il mondo non è solo la Val di Fiemme e la Val di Fassa: ho finalmente aperto gli occhi e mi sono trovata davanti un'immensa e diversa realtà di cui avevo solo sentito parlare.

Sono molto curiosa di quello che accadrà da qui in poi... sono pronta a metterci il cuore e riportare in Italia una valigia stracolma di vita.

Silvia Zorzi



Giulia Brigadoi

Mansfield (Inghilterra)

Ciao a tutti, mi chiamo Giulia e sto frequentando l'anno all'estero in Inghilterra, più precisamente a Mansfield, una cittadina nella contea del Nottinghamshire.

La mia famiglia ospitante è composta dalla mia host mum e un'altra ragazza exchange olandese, con la quale ho un bellissimo rapporto: ci sosteniamo a vicenda nei momenti di "crisi" e trascorriamo moltissimo tempo assieme.

Il primo periodo è stato difficile ma entusiasmante allo stesso tempo. Da un lato ho sentito molto la lontananza da casa e inoltre ci è voluto un po' di tempo per ambientarmi date le novità, le diverse abitudini, gli orari, la lingua e il fatto di vivere in città. Dall'altro ero felice perché aspettavo l'arrivo di questo momento da molto ed ero consapevole della fantastica opportunità che avevo davanti.

La scuola in Inghilterra funziona in modo completamente diverso rispetto all'Italia. Qui ognuno ha la possibilità di programmare il proprio percorso scolastico scegliendo dalle tre alle quattro materie e lo studio è in gran parte autonomo. Trovo che gli studenti imparino fin da subito a gestire il proprio lavoro e che siano molto stimolati, potendo studiare ciò che interessa loro e per cui sono più portati.

Quella dell'anno all'estero è un'esperienza che consiglierai a chiunque, perché fa maturare e diventare indipendenti. Di certo non si può chiamare a casa ogni volta che si deve af-

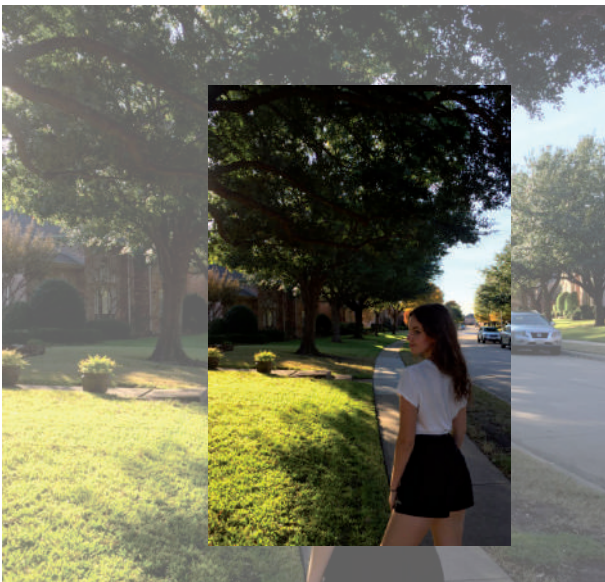


frontare un problema. Ciò che inizialmente mi sembrava totalmente fuori dal normale ora sta diventando parte della mia quotidianità; l'importante è non farsi spaventare dalle diversità ma vederle come un arricchimento personale.

Giulia Brigadoi

Angelica Antermite

Plano (Texas)



Il mio anno all'estero si sta rivelando sempre più una delle esperienze fondamentali della mia vita. Ho avuto la fortuna di inserirmi in una famiglia meravigliosa, che mi ha accolto come una figlia dal primo istante.

Sto frequentando la Plano West Senior High School in Plano, Texas. Qui ho incontrato altre tre studentesse exchange con le quali ho legato tantissimo, in particolare con Ariana dalla Spagna. Stare dall'altra parte del mondo mi ha cambiato veramente la vita, facendomi imparare e sperimentare esperienze nuove ogni giorno.

Angelica Antermite



E P P U R S I M U O V E

La chimica della felicità

Probabilmente chiunque nel corso della propria vita ha avuto momenti più felici e altri più tristi. Proprio in queste occasioni ha pensato al perché non si è sempre felici e se esiste un'anestesia alla tristezza. Cercando di dare risposta a questa problematica negli anni sono state prodotte le così dette "happy pills", le pillole della felicità, prescritte dai medici come anti-depressivo. Dopo accurati studi è stato appurato che questi medicinali non solo non apportano nel tempo dei risultati positivi ma, se presi in grandi quantità, affaticano il nostro corpo rubando l'energia per vivere.

Attraverso molte sperimentazioni e progetti di ricerca svolti negli ultimi anni, i neuroscienziati stanno cercando di studiare a livello biochimico alcune molecole collegate all'umore dell'uomo, quindi anche al suo stare bene, alla sua "felicità". La molecola più indagata che per alcuni studiosi sembrerebbe essere la causa di questo stato d'animo è un neurotrasmettitore: la serotonina.

La serotonina, nota al di fuori del mondo scientifico anche come "l'ormone del buonumore", secondo alcune fonti, difficilmente verificabili, avrebbe varie funzioni legate al sonno, l'appetito, l'apprendimento e anche, da quanto ipotizzato da alcune pubblicazioni, la felicità. Esperimenti dimostrerebbero che una persona che si definisce follemente innamorata ha una percentuale di serotonina maggiore di un ragazzo depresso. In questo caso i dati potrebbero essere ingannevoli e non generalizzabili, ad esempio non vengono presi in considerazione altri parametri molecolari, che potrebbero essere anch'essi influenti con lo stato d'animo e queste persone non sono state monitorate nel tempo. Inoltre in questo caso la produzione di serotonina potrebbe essere sia l'effetto che la causa del buon umore.

Allora, come districarsi in questa giungla di informazioni, talvolta fuorvianti?

Possiamo continuare anche con altre informazioni. Durante uno sforzo fisico sembra che venga secreta una grande quantità di serotonina nel nostro sistema circolatorio, magari è per questo che fare sport rende felici?

Sembrirebbe che addirittura qualche cibo stimoli la produzione di questo neurotrasmettitore: le persone in uno stato depressivo avvertono il bisogno di un dolce e il cioccolato può renderci tutti un po' più felici!

In sostanza però che cosa fa al nostro organismo la serotonina?

Secondo qualcuno, ma molti criticano i risultati, interagirebbe con dei ricettori stimolando la produzione di melatonina, l'ormone regolatore del sonno, regolerebbe la secrezione e la contrazione delle arterie e indurrebbe euforia, un'elevata socialità e autostima. Essa ci renderebbe più sensibili emotivamente veicolando in noi un diverso grado di coinvolgimento emotivo verso tutto ciò che ci capita e verso ciò che ci circonda.

Questa teoria è quella che la maggior parte dei siti riporta trovando probabilmente in essa una causa semplice e abbastanza immediata da capire. È molto più accattivante navigando nel web leggere un articolo col titolo "Trovata la zona del cervello in cui ha casa la felicità!" rispetto al testo scientifico caratterizzato da un linguaggio difficile. Non si è ancora sicuri che la serotonina abbia un legame con la felicità, legame che i media e i giornalisti danno per certo. Probabilmente è semplicistico pensare che la felicità dipenda da una sola molecola, considerando la complessità del nostro corpo; sarebbe come pensare che la salute dell'uomo dipenda solo dal buon funzionamento del cuore. Una prova potrebbe essere che somministrando del triptofano, l'amminoacido precursore della serotonina, a delle persone depresse, i cambiamenti sono stati scarsi, in alcuni casi quasi nulli.

Siamo quindi sicuri, al giorno d'oggi, che la felicità è questione di chimica? Che il buon umore possa dipendere solamente dalla presenza di una molecola nel nostro corpo? In mancanza di dati certi, consigliereerei di curare le relazioni interpersonali con chi ci sta più vicino, fonte certa di felicità!

Lorenzo Riz, Michele Scala, Tommaso Delladio





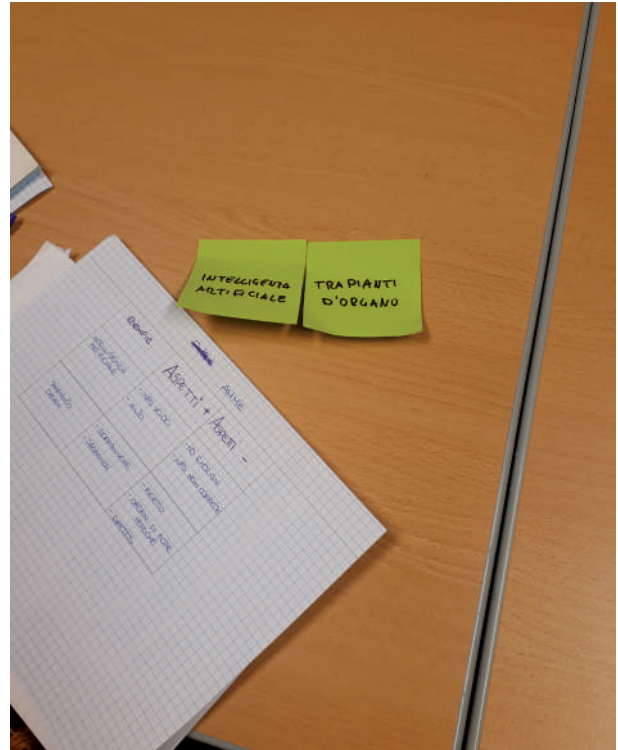
NE FACCIAMO DELLE BELLE

Filosofia alle medie... perchè no?

Che cos'è la philosophy for children

Fare filosofia è una cosa da grandi? Forse è solo una credenza comune che la filosofia sia un'attività per adulti; in realtà da diversi decenni esiste un filone di studi relativo alla cosiddetta *Philosophy for children*, che propone un approccio di filosofico alla conoscenza.

Quest'anno la 3F della scuola media di Campitello ha avviato una sperimentazione di *Philosophy for children* portata avanti dalle professoresse Vinante e Comini. Le attività partono dalla lettura di testi letterari ma ne propongono un'analisi dal punto di vista filosofico, per poi lasciare spazio al dibattito, sul modello dei cosiddetti debate. Il primo modulo è stato già sperimentato: la lezione è partita dalla lettura di *Frankenstein* e poi si è aperta una discussione sui limiti della scienza. L'uomo può fare tutto ciò che è in grado di fare?



Cosa abbiamo fatto

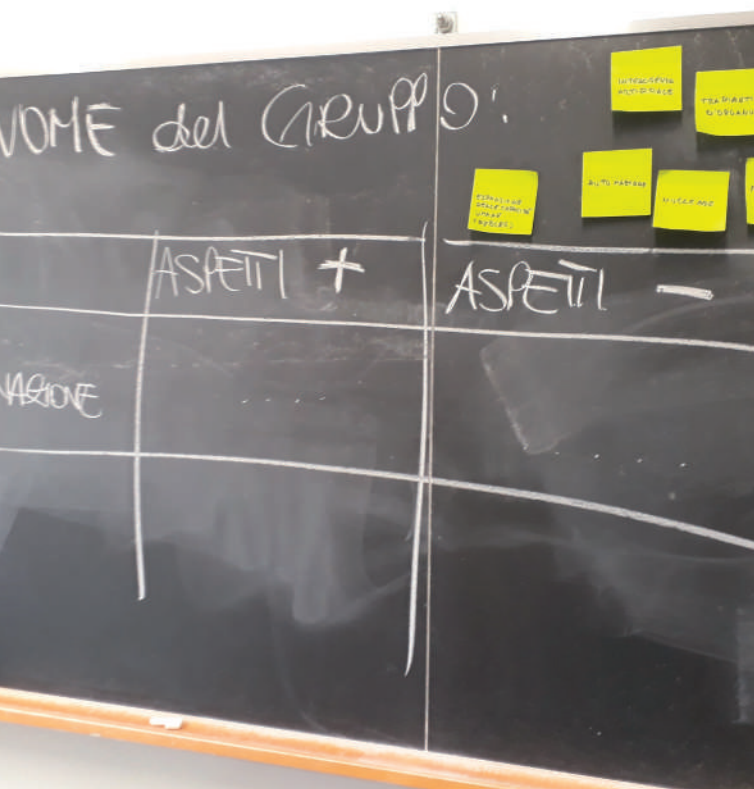
Ci hanno divisi in diversi gruppi e le insegnanti ci hanno dato dei post-it con scritte varie scoperte scientifiche che sono avvenute o che avverranno in futuro per l'uomo. Dovevamo ragionare su aspetti positivi e negativi delle varie invenzioni, per esempio clonazione, cyborgizzazione, sfruttamento ambientale.

Successivamente ci hanno divisi in due gruppi e ci hanno dato degli argomenti su cui discutere: un gruppo doveva argomentare a favore di questa affermazione e altri in dovevano sostenere l'idea opposta. Anche in questo caso gli argomenti erano relativi alle conoscenze scientifiche dell'uomo: manipolazioni genetiche, clonazione, trapianti d'organi sono alcuni esempi degli argomenti trattati nei nostri dibattiti.

La cosa che ci è piaciuta di più è stato il dibattito che abbiamo fatto.

Noi consigliamo questo percorso a tutte le terze medie perché è un modo di avere un'idea della filosofia; dopo i primi due incontri si diventa anche un po' curiosi di andare avanti a capire qualcosa in più di questa nuova disciplina.

**Prof. Vinante e Lorenzo, Lucia, Jacopo
e Francesca della 3F**



Educhiamo alla cittadinanza digitale e contrastiamo il cyberbullismo

Essere genitori di un preadolescente: vedere i propri figli crescere, affacciarsi a un mondo ricco di input ma complesso, coglierne aspettative e delusioni, comprenderli, sostenerli, guidarli. Il ruolo di un genitore è fondamentale per garantire uno sviluppo equilibrato e consapevole dell'individuo, soprattutto nel contesto attuale in cui il web è veicolo accessibile, immediato nella diffusione di contenuti e delle tendenze.

La Scuola Ladina di Fassa da alcuni anni sta rivolgendo la sua attenzione verso queste problematiche e in questo contesto si inserisce l'appuntamento del 29 maggio con i genitori dei ragazzi della Scuola Secondaria di Primo Grado, all'interno del progetto finalizzato alla realizzazione di percorsi di ricerca-azione, laboratori di consapevolezza 2.0 e percorsi formazione "E-ducare alla rete per la cittadinanza digitale e per contrastare il cyberbullismo", promosso dall'Agenzia della Famiglia e dalla PAT. Il progetto, coordinato per la Scuola Ladina di Fassa dalla professoressa Alessia Bimbi, ha coinvolto numerosi docenti ed è stato rivolto in particolare alle classi prime in parallelo alle azioni storiche delle Commissioni "Generazioni Connesse" e VIF- Vivere, Informare, Formare-, che da anni si occupano della prevenzione delle dipendenze.

Questo appuntamento ha voluto essere il punto di collegamento tra le iniziative che la scuola ha promosso e quelle che intende proporre nel nuovo anno scolastico, perché un Istituto che aspira ad essere al passo coi giovani, come vuol essere il nostro, non può affrontare saltuariamente le tematiche di attualità. Il tema del bullismo e del *cyberbullismo* deve essere affrontato in un modo sinergico, coinvolgendo scuola, famiglia, ragazzi e territorio e agendo sul lungo periodo; solo così si può realmente creare consapevolezza verso il fenomeno e dotare i ragazzi degli strumenti per affrontarlo senza diventarne vittime.

Alla presenza di un pubblico numeroso e interessato, la Sorastant ha ringraziato i genitori per la partecipazione e ha introdotto gli ospiti/esperti: il Maggiore Enzo Molinari, Comandante della Stazione dei Carabinieri di Cavalese, e la dottoressa Elisa Vanzetta, psicologa che da anni si occupa dei fenomeni legati alla rete e specializzata sui fenomeni legati al cyberbullismo.

Prima di lasciare la parola agli esperti, la docente referente del progetto ne ha spiegato le finalità: costruire, in sinergia con i genitori, ma assieme ai ragazzi, la consapevolezza che la rete è una risorsa a patto che ne si conoscano e riconoscano poten-

zialità e rischi, per formare cittadini digitali in un mondo che sempre più utilizza il web anche per lavoro. Il coinvolgimento delle classi prime della Scuola Primaria ha permesso di completare la filiera di azioni didattiche sul tema dell'educazione digitale nello stesso grado scolastico, azione che prosegue nella Scuola Secondaria del Secondo Grado; inoltre ha gettato le basi per realizzare, in continuità, interventi alla Scuola Primaria. A conclusione di ciò, l'Istituto sta iniziando a pensare alla policy e ad un curriculum digitale.

Entrando nel vivo dell'incontro, il Maggiore Molinari, in modo accattivante, ha presentato una carrellata generale sui pericoli generali in cui si imbattono o possono cadere in rete i ragazzi: in particolare traffico di droga e immagini pedopornografiche. Oggi i ragazzi possono, attraverso il web, acquistare droghe o imparare a prepararle; il problema è che spesso i principi attivi utilizzati possono essere deleteri se non mortali, come la cronaca tristemente informa. Molinari ha spiegato che anche la Valle di Fassa non è esente da tali problematiche e che gli arresti degli ultimi tempi ne sono una conferma, e che anche le fasce d'età più piccole sono spesso preda della criminalità.

Solo la prevenzione può essere quindi un deterrente a ciò; azioni quali l'incontro di piccoli gruppi di studenti, come avvenuto nella mattinata, durante la quale il Maggiore ha incontrato nei tre plessi i ragazzi delle classi prime della SSPG di Campitello, di Sèn Jan e di Moena, risultano essere spazi importanti perché permettono di creare una relazione di fiducia con l'adulto autorevole, dando risposte corrette alle loro curiosità.

Il Maggiore ha poi fornito alcuni riferimenti di legge per l'utilizzo dei social da parte dei minori: i responsabili, per la legislazione italiana, sono sempre i genitori. Quindi usare i social non è vietato ma bisogna essere vigili su quanto fanno i figli. La parola è stata quindi data alla dottoressa Elisa Vanzetta che ha esordito sottolineando che non è utile fare terrorismo verso il web, ma che per prevenire i rischi bisogna conoscerlo. Utile strumento, del quale poi ha mostrato dei video, è il sito di Generazioni Connesse, dove si possono trovare molteplici materiali su vari temi legati alla rete, materiali pensati da chi su ciò fa educazione con la finalità di stimolare alla riflessione (i video si trovano sia nella versione per ragazzi più grandi, sia nella versione cartoon per i preadolescenti). La dottoressa ha evidenziato che le indagini statistiche hanno fatto emergere che dal 2000 al 2014 sono aumentati i rischi nell'uso della Rete: oggi ci sono maggiori contatti sessualmente espliciti o non graditi. È per questo che l'adulto non può non occuparsi di temi quali il bullismo e il *cyberbullismo*, imprescindibili per una corretta educazione digitale.

Vi è una differenza tra i comportamenti del passato e quelli attuali dei ragazzi: lo schermo tende ad azzerare l'empatia verso l'altro. Ecco perché bisogna partire dalla domanda chiave "Se succedesse a te?". Il cervello funziona infatti diversamente in un contesto di realtà mediata piuttosto che di persona. È qui la sfida: far capire che dietro lo schermo c'è qualcuno. A questo punto la psicologa ha mostrato il video "Se mi posti ti cancello", realizzate da Generazioni Connesse con MTV, canale che segue le tendenze dei giovani, per evidenziare le dinamiche di gruppo che si innescano attraverso il *cyberbullismo*.

Bullismo e *cyberbullismo* hanno caratteristiche specifiche e in Italia interessano, oggi come ieri, il 10% dei ragazzi e varia- no a seconda del contesto:



- sono intenzionali
- avvengono per un certo periodo in Italia.
Il gruppo, attraverso tali fenomeni, acquista potere; la loro natura sociale funziona bene sui social. Oggi si è abbassato il livello di violenza fisica, ma è aumentata quella inflitta attraverso i social. E le conseguenze per la vittima sono pesanti: vi è un impatto sociale e vi è un'assenza di confini temporali. La dottoressa ha poi sottolineato che si agisce con violenza anche con la condivisione, con un "like". Ecco perché ai ragazzi va insegnato anche lo strumento, affinché ne sia fatto un uso corretto.

Ma cosa avviene a chi è bullizzato? Scatta il pensiero paranoico "Sanno tutti?", con le relative conseguenze.

Il *cyberbullismo* non è però l'unico pericolo della rete: il *sexting*, ossia il messaggio teso a finalità sessuali, diventa spesso motivo di ricatto.

Questi strumenti tolgono i freni inibitori e portano le persone a dire cose che a voce non si avrebbe il coraggio di esplicitare. È quindi solo l'aiuto dell'adulto che può portare il ragazzo a capire che dietro uno schermo vi sono delle persone. Infatti durante la preadolescenza e l'adolescenza i ragazzi hanno una parte emotiva che spinge, che è più istintiva, mentre la parte razionale è meno sviluppata. Ecco perché è importante per la scuola dotarsi di un curriculum, di una policy condivisa che fornisca ai ragazzi quei limiti che da soli non sono ancora in grado di darsi. Altrimenti il rischio è che siano guidati dagli *influencer*.

Oggi è difficile per i ragazzi gestire i vissuti emotivi e vi è una distanza dal modo in cui venivano percepiti nel passato; i ragazzi intessono relazioni a partire dai social e solo in seguito avviene la conoscenza reale. Vi sono conseguenze legate a tale comportamento, conseguenze anche patologiche: ritiro sociale e dipendenza dallo strumento. Non avendo poi la

persona davanti, non vedendone comportamenti e reazioni, il ragazzo non riesce a capire le conseguenze delle sue azioni. Ecco perché bisogna (ri)partire dall'empatia per restituire un volto ai nostri ragazzi. Ecco perché l'adulto, e la società, devono farsi carico dell'educazione dei giovani.

La parola è poi passata al pubblico, che, evidentemente soddisfatto dalla chiarezza dei relatori, ha ringraziato calorosamente. Una serata ricca di spunti di riflessione che non può non trovare ulteriori occasioni di scambio.

Alessia Bimbi

Visita alla redazione giornalistica Alto Adige

Quest'anno Filoreflex ha deciso di visitare la redazione bolzanina del noto quotidiano regionale "L'Alto Adige", per scoprire il lavoro del giornalista professionista. I ragazzi, partiti la mattina del 18 ottobre, hanno visitato la redazione di Bolzano guidati da Valentino Beccari, inviato e caposervizio della cronaca sportiva.



Dal punto di vista logistico, la redazione negli ultimi tempi ha adottato un nuovo stile di organizzazione, passando dalla divisione in uffici separati all'open-space, prima tappa della visita: esso permette di non incasellare le persone nel proprio posto di lavoro, ma farle interagire tra loro per sviluppare idee. Fra le possibili criticità di questa disposizione vi sono le maggiori occasioni di distrazione e il calo dell'attenzione sul proprio argomento.

Ai ragazzi è stata quindi mostrata la sala delle riunioni, nella quale si discute sugli argomenti che il giornale dovrà trattare; in seguito è stato proposto un video al riguardo. Nella sala delle riunioni sono appese alle pareti alcune prime pagine di articoli molto importanti nella storia: l'assassinio del presidente Kennedy, o Neil Armstrong e il viaggio sulla Luna. A partire da esse Valentino Beccari ha iniziato a spiegare la storia del giornale: per esempio il fatto che i primi giornali esistevano già 500 anni fa; l'Alto Adige venne fondato nel 1945 dal CLN, ma non ebbe subito sede a Bolzano.

Dopo questa introduzione, i ragazzi hanno visto le macchine, usate fino agli anni '70, per creare le matrici in piombo che servivano poi per stampare le pagine dei giornali. Queste mac-



chine sono esposte come oggetti da mostra insieme all'ultima storica pagina composta in piombo.

Dopo questa introduzione al giornale, Valentino Beccari ha fornito agli studenti alcune interessanti informazioni riguardo ai rischi di superficialità nel riportare le notizie e alle fake news sul web; ha inoltre spiegato che la mente umana apprende quattro volte di più leggendo su supporto cartaceo che su schermo.

In seguito i ragazzi hanno guardato il video riassuntivo sulla giornata di un giornalista. Il video mostra in primis come si svolge la riunione mattutina, in cui vengono proposte le idee e le notizie trovate e si decide quali si possono sviluppare e quali no. La seconda riunione nel corso della giornata lavorativa, quella pomeridiana, serve per parlare con il direttore su come organizzare il giornale, quali immagini scegliere, quali notizie proporre. In questa fase alcune notizie vengono usate come nicchia, poiché alla fine si tratta solo di un trafiletto e non di un articolo molto lungo, come invece ci si aspettava la mattina.

Raccogliere materiale per i propri articoli e cercare notizie nella vita reale è la parte più impegnativa del lavoro di un reporter. Nel resoconto del video viene mostrata una giornalista di cronaca nera la quale racconta che oltre a internet, come fon-



te d'informazione, deve chiedere ai carabinieri, informarsi se sente un'ambulanza o aspettare ore davanti a una scena del crimine, come una rapina, per venire talvolta a conoscenza di poco o niente.



Andare a intervistare giocatori delle squadre locali, venire a conoscenza di dettagli su notizie di punta, e decidere quali sono per l'appunto rilevanti e quali no, far parte della comunità: questo è il vero lavoro del giornalista, che va ben oltre al solo scrivere articoli davanti a una tastiera o impaginare il testo.

Nel turno serale si chiudono gli articoli; spesso gli ultimi ad essere completati sono quelli dello sport, in quanto si devono attendere i risultati sportivi. La giornata della redazione di un quotidiano non finisce con la chiusura degli articoli; gli articoli di punta e nicchia vanno controllati dai capiredattori di tutte le cronache, bisogna occuparsi dell'inserimento delle immagini e infine inviare il tutto alla parte grafica che provvede all'impaginazione del giornale che va infine stampato e poi distribuito il giorno dopo.

Alla fine dell'incontro, il direttore ha dedicato il suo tempo ai ragazzi per domande e curiosità. Per esempio è stato chiesto se scrive o se si occupa solo della gestione e del coordinamento dei vari servizi. Faustini risponde a molte delle lettere che vengono inviate al giornale; la risposta alle lettere dei lettori è per lui un impegno quotidiano a cui tiene molto, così come l'editoriale della domenica che scrive in qualsiasi situazione, anche se in vacanza.

Faustini ha anche approfondito un aspetto importante del giornalismo d'oggi: negli ultimi anni alla versione cartacea del giornale, si è affiancata quella web che viene costantemente aggiornata, ma che riporta le notizie in maniera più sintetica ed essenziale rispetto alla carta stampata che attualmente accoglie soprattutto approfondimenti: il web ha infatti cam-

biato il modo di fare informazione.

Ai ragazzi di Filoreflex è parsa subito evidente una difficoltà a cui Faustini deve far fronte e che il direttore ha confermato: essendo direttore anche del Trentino, spesso deve correre da redazione a redazione per essere presente alle varie riunioni. Altre le curiosità dei ragazzi fra le quali:

Siete di parte nello sport? "Non siamo di parte, ovviamente va valorizzata la squadra di casa, poiché i lettori tifano la propria squadra. Ma noi tifiamo in generale per lo sport in sé."

Che differenza c'è tra direttore e capo redattore? "Cambia che il caporedattore controlla e gestisce la propria cronaca, invece il direttore è responsabile legislativo e guida autonomamente la redazione."

Scrivere articoli su argomenti delicati o pericolosi comporta qualche pericolo? "Non c'è nessun pericolo nello scrivere articoli, giacché abbiamo il diritto di informare i lettori su ciò che accade. Ci siamo dati la regola, a meno che non si tratti di un fatto eclatante avvenuto in un luogo pubblico, di non scendere nei particolari quando una morte avviene per suicidio"

Infine il direttore ha consigliato ai futuri giornalisti di scrivere a loro modo, per mettere una parte di sé negli articoli, pur esprimendosi in modo oggettivo e in terza persona.

Giulia Stoffie



Dessegnes, poejies e cianzons per la pèsc

En domenia ai 18 de november a Poza l Comun de Sèn Jan l'à endrezà na zerimonia spezièla dedichèda a la pèsc. I componc del Consei i à tout pèrt a la messa e dò, entorn les unesc, i é jic duc te Comun per n Consei comunèl dedicà a la pèsc.

L'é stat n moment emportant e de reflescion con i entervenc del president del Consei de Comun de Sèn Jan Cesare Bernard, l conseier più veie Leopoldo Rizzi, l conseier più joen Francesco Detomas e l vize ombolt Germano Pedrotti.

A ge dèr amò maor segnificat a la scomenzadiva l'é stat più che duc la partezipazion di picioi e di fenc de la scola populères e mesènes del Comun de Sèn Jan.

Avisé de la scomenzadiva pissèda e endrezèda dal president Cesare Bernard, te la setemènes dant del Consei su la pèsc i picioi de la populères i à fat reflescions, dessegnes, lurieres de grop su la pèsc e i tousc de la mesènes i se à enjgnà con poejies, aprofondiments e sonèdes.



Endèna l Consei l'era n muie de scolées e studenc compagné da si genitores: i à spiegà si lurieres, i à dit sù poejies e i à scutà la paroles del president Bernard che l'à envià duc i prejenc a no sotvalutèr mai la pèsc che se vif di per di, soraldut ai picioi e ai tousc l ge à spiegà che la pèsc se la fèsc duc i dis, a cèsa e a scola, se comportan ben e respetan semper la familia, i amisc e i compagne.

A la fin se é jic amò dut tedant gejia olache la Musega da Vich l'à sonà de bela cianzons e l'ombolt Giulio Florian e il president Cesare Bernard i à metù jù n èlber apede ju l monument ai morc de vera tedant gejia de Poza.





Costituzione: per un futuro fondato su eguaglianza e giustizia

Il giorno 29 novembre 2018 le classi III e IV dei licei linguistico e scientifico hanno partecipato all'evento "Costituzione a Colazione", una parte del Progetto Legalità che viene proposto ogni anno agli studenti della nostra scuola.

Allo spettacolo, tenutosi a Milano, erano collegati via satellite scuole, teatri e cinema da tutta la Penisola, per un totale di circa 21.500 spettatori; le nostre classi hanno assistito all'evento dal Teatro Rainerum di Bolzano. Protagonista dell'evento, e relatore per tutt'Italia, è stato Gherardo Colombo, ex magistrato che prese parte alla serie di inchieste di "Mani Pulite", ovvero l'operazione che rivelò gli scandali di corruzione e frode che colpirono la politica e l'imprenditoria italiana nel corso degli anni '90.

Dal 2007, dopo aver lasciato la magistratura, lo scopo di Colombo è diventato quello di insegnare la politica perché, come ha sottolineato più volte in mattinata, "Solo conoscendo questo grande diritto in nostro possesso potremmo garantirci un futuro fondato sull'eguaglianza e la giustizia".

Lo spettacolo è cominciato con un filmato che riportava la situazione storica dalla quale era appena uscito il mondo al momento in cui fu scritta la nostra Costituzione, ovvero l'immediato dopoguerra alla fine degli anni '40 del Novecento. Le fotografie e i filmati mostravano le città tedesche, come Norimberga, rase al suolo, l'esplosione della bomba atomica a Hiroshima e le sue conseguenze. Alla fine del documentario ci è stato chiesto "Cosa c'entra tutto questo con il nostro incontro?". La risposta non è tardata a mancare: la Costituzione della Repubblica Italiana fu scritta da chi questi eventi li aveva vissuti, ripromettendosi che una situazione del genere non sarebbe più dovuta esistere. Più volte è stato detto che un contesto storico differente avrebbe potuto portare a leggi, diritti e doveri altrettanto diversi, infatti lo statuto comincia con la definizione di Italia, che si contrappone fortemente al regime precedente: "L'Italia è una Repubblica democratica, fondata sul lavoro. La sovranità appartiene al popolo [...]" Art. 1.

Nel corso della discussione è emersa l'importanza dell'eguaglianza e della conoscenza tra le persone, infatti ognuno ha, e merita, pari dignità, diritti e doveri; ci è stato dimostrato come questa condizione garantisca la buona convivenza dei cittadini sul suolo italiano e alla Repubblica di mantenere il suo status, e come allo stesso modo tutta la costituzione si basi sul principio per il quale "Tutti i cittadini hanno pari dignità sociale e sono eguali davanti alla legge, senza distinzioni di sesso, di razza, di lingua, di religione, di opinioni politiche, di condizioni personali e sociali [...]" Art. 3. Successivamente si è parlato dei doveri di ogni cittadino, che vengono spesso visti come l'aspetto "pesante e negativo" della nostra legge. Come ha affermato Gherardo Colombo però il dovere occupa nella

Costituzione la stessa posizione che hanno il regolamento e le funzioni di gioco in un videogioco: permettono il Gameplay, così come una ricetta porta al compimento di una torta. Inoltre ha fatto l'esempio dell'obbligo scolastico, il quale, attraverso la formazione e legandosi poi al diritto di espressione e libertà, ci permette di sviluppare un pensiero critico, possibile solo attraverso la conoscenza, e tutto questo percorso significa avere una, dieci, cento, migliaia di persone che potranno cambiare il futuro con la loro voce e decisioni, in quanto, come afferma lo stesso Colombo: "Il futuro dipende dalle scelte prese giorno per giorno: assumendomi le mie responsabilità, garantisco la mia libertà, se non mi impongo e lascio deliberare agli altri, cedo anche la mia indipendenza".

La possibilità di essere connessi da tutt'Italia ha permesso di ricevere nella sede centrale di Milano domande da tutti gli spettatori, e ciò ha permesso, nella parte conclusiva dello spettacolo, un momento di confronto su alcuni argomenti non trattati o discussi in modo non approfondito durante l'incontro, per esempio il diritto e la libertà di espressione, che mai come oggi è presente grazie ai mezzi in nostro possesso. Altro tema trattato grazie alle domande è stato la disparità di genere, problema che è legato alla cultura popolare, esempio nel quale la tradizione va al di sopra della legge, infatti si oppone all'Art. 3; è stato inoltre portato il dato che in 18 legislature non è mai stata una donna ad acquisire la carica di Presidente del Consiglio, e sono state solo 3 le Presidenti della Camera. Si è parlato anche della sempre minor affluenza alle urne, che è stata giustificata come una poca informazione e mancanza di interesse del popolo verso la politica, cosa che si deve affrontare solo tramite la conoscenza. Colombo ha anche parlato del trattamento dei carcerati, "I colpevoli di atti gravi non dovrebbero avere un trattamento diverso rispetto a chi ha commesso delitti minori?"; Colombo, che per anni ha seguito indagini e situazioni di carcere, è contrario a questo principio, in quanto in primo luogo va contro a tre Articoli della Costituzione, gli Art. 2, 3 e 13, che garantiscono i diritti inviolabili dell'uomo, l'uguaglianza e la libertà personale.

L'incontro si è concluso con l'esempio di Rosa Parks, la quale negli anni della divisione razziale negli USA, si è opposta alle regole di una legge che oggi vedremmo come immorale, dover concedere il posto sul bus ad una persona "Bianca" se non ci sono altri posti a sedere liberi, e per questo fu incarcerata.

Il commento da parte dall'ex ministro su questo episodio resta come monito nelle nostre menti al termine di questo incontro: "Un compito per l'uomo, trasgredire alle leggi non giuste, quelle che limitano la libertà e i diritti di qualcun altro: questo più volte ha permesso all'umanità di crescere e imparare dai propri errori".

Tommaso Defrancesco



Perché non ci salutate?

“Lo straniero, al quale sia impedito nel suo paese l'effettivo esercizio delle libertà democratiche garantite dalla Costituzione italiana, ha diritto d'asilo nel territorio della Repubblica, secondo le condizioni stabilite dalla legge”

All'interno del progetto *Costituzione a colazione*, sono stati organizzati degli incontri con i richiedenti asilo accolti nelle nostre valli. Mercoledì 21 novembre, insieme alle professoresse Lidia Rasom e Barbara Bonu, è arrivato in 4LLLA Ibrahimia, assieme al referente dell'accoglienza Mirko Bonelli e alle volontarie Armanda, Lucia e Raquel.

Ibrahimia è arrivato in Trentino nel 2015 e, dopo aver vissuto per un po' di tempo a Predazzo, ha trovato sia lavoro che casa a Sèn Jan. Proviene dal Gambia, da cui è fuggito per motivi politici: nel suo paese nativo c'era una rigida dittatura, nella quale il dittatore decideva tutto per tutti. Per esempio il sabato, anziché fare il proprio lavoro, tutti dovevano pulire le strade del proprio paese. Circa un anno fa la situazione è un po' migliorata: ora c'è una dittatura un po' più leggera. Ibrahimia racconta che comunque il suo desiderio non è quello di fare ritorno: qui ha trovato un posto sicuro, lontano da ingiustizie e dove la libertà è veramente rispettata.

Non ha mai perso i contatti con la sua famiglia in Gambia e si sentono spesso. Lui abitava in un villaggio, la sua vita era molto semplice e la sua alimentazione era costituita soprattutto da riso e pesce. Quando ve n'era l'occasione, anche carne, ma non quella di maiale, visto che è musulmano.

A questo punto, sorge spontanea una domanda: cosa pensa Ibrahimia delle altre religioni? Nel suo paese - racconta - quella

islamica è quasi l'unica religione professata, ma per Ibrahimia tutte le religioni sono uguali: Dio è uno solo, i vari culti sono solamente modi differenti per vederlo. Se una persona è stata cattiva in vita, compie gesti cattivi indipendentemente dalla religione professata. Anche qui in Italia, Ibrahimia non ha perso la sua fede: prega cinque volte al giorno e, appena ne ha l'occasione, va a Trento per pregare in moschea.

Nel suo paese Ibrahimia aveva frequentato la scuola: le materie che studiano lì sono più o meno uguali alle nostre, a partire da quelle più scientifiche a quelle più umanistiche. Ha iniziato l'Università di Giurisprudenza, ma dopo un anno l'ha lasciata per dedicarsi alle riprese video. È diventato cameraman e ha lavorato per le televisioni. Quando seguiva il presidente doveva lavorare settimane intere senza riposare: ogni azione del dittatore doveva andare in onda a livello nazionale, ma sempre come voleva lui. Chi manifestava idee diverse era condannato. Per questo ha deciso di andarsene. Non sapeva dove recarsi, la sua idea era solamente quella di andare via, ed era convinto che Allah lo avrebbe guidato. Ha viaggiato molto, fino a quando è arrivato in Libia e, da qui, su un barcone, è arrivato a Lampedusa. Su quest'isola ha il suo ricordo più bello dell'Italia: ha incontrato una donna, la prima persona che è stata gentile con lui, da quando aveva lasciato il suo paese.

A questo punto ha parlato Armanda, che ha evidenziato l'importanza dell'impegno di un gruppo di volontari, per fargli un po' da famiglia. C'è la necessità di fare sentire gradualmente questi giovani parte della nostra comunità; anche con piccoli gesti si riesce a fare tanto.

Ibrahimia ha poi rivolto alcune domande, davvero interessanti, agli studenti. “Perché i giovani fumano?” Nel suo paese, nessuno osa fumare. Si sa che è un'azione che fa male al nostro corpo, dunque perché consapevolmente si fa qualcosa che è nocivo per la nostra salute? La seconda domanda: “Perché non ci si saluta per strada?” Nella sua comunità, anche se non ci si conosce, questo è un gesto di rispetto e tutti i ragazzi che vengono dall'Africa notano con un po' di tristezza che loro qui salutano le persone senza ottenere risposta.

Nicoletta Riz





Jon a descorig la energias renovaboles!

Chest an la scola l'ha endrezà per nos bec de la classes terzes de la Scola Mesèna de Ciampedel na raida co la roda per descorig la energias renovaboles che se pel troèr te noscia valèdes. L zil l'era chel de proèr a se mever tras le val de la Veisc, e apontin poder vijitèr desvalives lesc, con n sistem de trasport alternativ e con n impat per l'ambient mender. L'argoment de chesta raida l'era chel de esser ecososteniboi te l'energia e ence tel trasport.

Ai 23 de Otober, dassema ai professores Silvia Vinante, Michael Zanon e Simone Zulian, se aon troà a Ciampedel duc ensema e sion ponté demez co la roda envers Molina. Da doman vigni bez l'é vegnù da cèsa a scola co la roda. Aló se aon binà duc ensema, sion jic jun Ischia e dapò co la rodes ju per la ciclabile. Sion rué ja Sorèga olache aon fat la pruma vijita per veder la zentrèla idroelettrica del Consorzio Eletrich de Poza col diretor Dino Detomas. L ne à rejonà de coche i rua a menèr l'eletrico ti pajes de Sorèga, Vich, Poza e Pera. L ne à ence moscià na turbina che à inom Francis che la pel dèr n muie de elettricità con n moviment mesan fat da l'èga. Chesta turbina la pel ruèr a costèr 100.000,00 euro. Dapodò sion jic al parco di jeghes de Sorèga a fèr marendel, sion rué jal Forn e aon seghità a jir en jù enscin ja Pardac olache aon vedù la zentrèla

de telesciaudament. L diretor Andrea Giacomelli l ne à contà de coche funzia la caldaia a scedoles de legn che mena fora èga ciauda per duta Pardac. Dapò l ne à moscià ence n impiant de cogenerazion a pellets che l fèsc elettrico. Duc doi chisc impiant i va de gra a vanzumes del bosch e de la sies. Da Pardac, fora per la campagna, sion rué enscin aló dal piazzal del Cermis olache na coriera col caret ne spetèa. Aon ciarià la rodes tedò e duc ensema sion vegnui de return sa Ciampedel.

Dò chesta raida nos aon capì che l'é piú sfadious jir co la roda ma l'é piú economich e ecosostenibol. Aon vedù che l'é de bona soluzions ence te noscia valèdes per durèr chel che ne dèsc noscia natura per fèr energia neta. Per nos studenc la raida la é stata n muie enteressanta. Aon vedù e emparà n muie de robes neves. L'è stat n muie bel veder coche funzia l'energia te noscia val, ades saon da olache vegn l'energia che duron vigni dè. Amò se pisson "bon che sion jic en chel dè e no la setemèna dò!". Ades se pel dir che la natura à fat veder de chel che la è bona, l'è n segn che chesta Tera la somea semper piú vejina al moment n cui cogaron jir stroz co la facera antigas.

Volassane ge sporjer amò n gran devalpai ai diretores Dino Detomas dal CEP de Sèn Jan e Andrea Giacomelli de Eneco Energia Ecologica da Pardac che i ne à dat l met de poder vijitèr la zentrèles e ge fèr i compliment ajache duta la spiegazions les era scempies e sorides da entener.

La clas 3E



“Lasciate ogni speranza o voi che entrate”

Il 4° Simposio Toni Gross, organizzato dalla Scuola di Fassa, è stato vinto da Paolo Costazza con un'opera che fa riflettere sul rapporto dei giovani con l'agonismo. Premiati anche gli studenti del laboratorio didattico

Paolo Costazza, con la sua opera «Lasciate ogni speranza, o voi che entrate», si è aggiudicato la quarta edizione del Simposio Internazionale di scultura lignea Toni Gross, intitolato allo scultore e alpinista fassano stato anche insegnante e preside dell'Istituto d'Arte di Fassa, che si è svolta a Pozza dal 10 al 15 settembre. Per una intera settimana 11 artisti hanno realizzato la propria opera partendo da un tronco o pannello di cirmolo nelle postazioni dislocate dalla Piazza de Comun di Sèn Jan di Fassa e lungo tutta la Strada de Meida fino allo Ski Stadium Aloch.

Costazza, artista di Pozza e ex studente dell'Istituto G. Soraperra, ha interpretato in maniera incisiva e significativa il tema di quest'anno, ovvero «Grandi eventi e montagna: scolpire i Mondiali Junior Sci Alpino 2019», scelto dagli organizzatori per lanciare la manifestazione internazionale che animerà la valle dal 18 al 27 febbraio prossimi. La giuria, presieduta dall'architetto Gianni Pettena, ha poi assegnato un ex aequo per la seconda posizione alle due scultrici Stefania Pe-

deriva (anche lei ex studente dell'Istituto d'Arte di Pozza) con «Arise» e alla lombarda Marta Zucchinali con «Liberi tutti». Nei giorni del simposio è stato attivato anche il laboratorio didattico, al quale hanno partecipato 9 ragazzi sotto la guida degli insegnanti Davide Deflorian e Tiziano Deflorian.

Gli studenti hanno lavorato a coppie o gruppi: Ismaele Soraperra e Davide Petrone hanno realizzato l'opera «Chiodo fisso»; Alice Stroppa e Mariachiara Contrini «Mani d'oro»; Laura Ganz e Patrick Zorzi «La forza dello sport», Leonardo Iellici, Rebecca Dondio e Francesca Ferrari «Scie sul legno».

La giuria, tra gli studenti, ha premiato il lavoro di Ismaele Soraperra e Davide Petrone.

Anche il pubblico ha potuto esprimere le sue preferenze, confermando tra gli artisti il consenso a Paolo Costazza, mentre fra gli studenti della Scuola Ladina di Fassa è piaciuta di più, su tutte, la scultura di Maria Chiara Contini e Alice Stroppa dal titolo «Mani d'oro». Alice, fra l'altro, aveva pure realizzato il disegno vincitore del concorso per la mascotte dei mondiali: Neif.

Profondo e ricco di argomenti di approfondimento il significato che ha voluto esprimere Paolo Costazza nella sua opera: il tema sportivo gli sta a cuore, visto il suo passato di giovane sciatore agonista, maestro di sci e allenatore dello Ski Team Fassa. Emerge anche dalla motivazione della giuria nella scelta dell'opera: «Per l'efficacia comunicativa con cui affronta il tema assegnato, proponendo una lettura critica e problema-





tica del mondo dell'agonismo, lasciando una interpretazione aperta dell'opera. Per l'equilibrio di una descrizione di un linguaggio figurativo anche tradizionale rivisitato attraverso la lezione concettuale di questi anni e riproposto con altre valenze di pensiero».

Il dettaglio dell'opera vincitrice lo ha descritto l'autore Paolo Costazza con entusiasmo e soddisfazione assieme a Teresa, moglie di Toni Gross, e alla Sorastant de la Scola Ladina de Fascia professoressa Mirella Florian: «Questa scultura rappresenta, nella parte superiore, un ragazzino, emblema della semplicità, del divertimento e della libertà il quale conosce lo sport solo come un piacere; questo ragazzo però è attratto dalla tutina da gara, nella parte inferiore, che in apparenza sembra intrigante, colorata, allettante, ma che se indossata porterà con se tutto ciò che l'agonismo comporta: forse successo e premi, ma anche rinunce e sacrifici; il risultato diventa l'unico fine che talvolta, per raggiungere, si ricorre a compromessi e scorrettezze. L'atleta diventa quasi una marionetta in mano ad allenatori, dirigenti, genitori, giornalisti, sponsor. Le motivazioni che spingevano il ragazzino all'inizio si sono cancellate; solo una grande personalità, grinta, carattere e passione possono fare la differenza. Ma tutto potrebbe essere più semplice se restituissimo allo sport la sua vera identità». Appreziate dalla giuria e dal pubblico anche le altre opere degli artisti che hanno partecipato al Simposio: il vicentino Marco Martalar con «Agitato attendere», il trevigiano Giacomo Scandolo con «Lo sforzo finale», il primierotto Gianluigi Zeni con «Passione», Giovanni Capelletti con «Slalom», ed ancora la spagnola Marta Fresneda con «The way of living»,

il calabrese Ferdinando Gatto con «L'anima delle Dolomiti», il vicentino Toni Venzo con «La grande emozione» e il trentino Francesco Rizzardi con «Believe it».

L'evento è stato organizzato dalla Scuola Ladina di Fassa - Liceo artistico/Scola d'èrt G. Soraperra, con l'Union di Ladins de Fascia, il Comune di Sèn Jan di Fassa e l'Istitut Cultural Ladin ed è sostenuto dalla Regione Trentino Alto Adige, dall'Azienda di Promozione Turistica di Fassa, dal Consorzio Elettrico di Pozza, dalle ASUC di Pozza e Pera di Fassa, dal Comitato Organizzatore dei Campionati Mondiali Junior 2019 e da altri sponsor privati.



La festa dei popoli

All'inizio dell'anno scolastico la nostra Scuola Ladina di Fassa ha partecipato al Progetto "Festa dei popoli" proposto dal Comune di Pozza di Fassa. Tale progetto prevedeva una mostra tenutasi il 13 ottobre 2017 presso il tendone di Pozza. Noi bambini delle classi VA e VB della scuola primaria di Canazei abbiamo aderito con entusiasmo alla proposta, collaborando positivamente con le nostre insegnanti di religione e di tedesco.

Questo ha permesso a noi alunni di affrontare il tema della diversità e del suo valore. Abbiamo realizzato due cartelloni che illustravano e mettevano in luce questa tematica.

Noi alunni della VA abbiamo la fortuna di vivere questa esperienza tutti i giorni, poiché all'interno della nostra classe ci sono due bambini che provengono dalla Romania. Loro contribuiscono ad arricchire la nostra cultura, attraverso la conoscenza delle loro tradizioni e del loro modo di vivere.

Questo progetto è stato per noi alunni un momento molto importante e ci ha offerto interessanti spunti di riflessione sulle tematiche legate alla migrazione in un contesto territoriale locale.

**Gli alunni
delle classi VA e VB (A.S. 2017-2018) di Canazei**





SOCIALMENTE

L Circo di Talenc: n spetacol de marevea e de ardiment!

L Circo di Talenc l'é stat l'ultim spetacol realisà da nesc joegn de Fascia e de Fiem che i à portà sun paladina più che n'ora de legreza te duc i spetadores, che no i à sparagnà batimans. Più che sessanta joegn de noscia valèdes i à metù en pe n spetacol dal fon significat te manco che doi meis! Dolfo e Catina, doi frèdes che seghitèa a se begnèr, canche l'é ora de jir inant col mestier del pèr, n impresarie del Circo, i se separa. Catina l'à cognarà jir inant demò col didamènt de Marietto, n jocolier che aea lurà tel circo di talenc jà canche l'era amò sie pèr, Tone dal Talent, e de Gina, na ciantarina ladina che balbona. I jirà stroz per l mond seghitan a chierir jent, no perfeta e studièda, ma che abie n gran talent. Tel nef Circo di talenc ruarà jent ence che balbona, vercia, o che stenta a jir, ma duc arà zeche da bel da descrir.

L'é stat dassen sfadious meter en pe chest gran spetacol, ajache eraane de n muie e aane pech temp. Aboncont, endèna



la proes, l'é semper stat l temp per se fèr doi grignèdes per zachei che canèa la batuda o outra madètes, e chest à didà a tegnir adum l grop, e doentèr na gran familia.

Jà dal scomenz sion partii co l'idea de meter en pe n spetacol che aesse n significat, e, parto noscia, ge l'aon fata.

"Vigniun de voi à n talent che paa la speisa de esser moscià a duc", coscita ge disc Catina a sie artis, e l'é ence chel che volon che duc sapie. De gra a chest spetacol, i joegn de noscia valèdes à podù moscèr si talenc, e ensema, didèr fora la jent de età co la bonamans che é vegnudes toutes sù te duc i spetàcoi de la rassegna de teater endrezèda dal Comun general de Fascia.

Chesta per nos l'é stat dalbon na bela endesfida, olache sion stac bogn de fèr vegnir fora nesc talenc e soraldut chel che ne à colpì maormenter l'é stat la legreza e felizità de duta la jent che é vegnuda a ne veder!

Luana Tomasi, Mattia Valentini



Desvalives momenc del spectacol "L Circo di Talenc"









Tre, due, uno... in scena!

Signori e signori, oggi si parla di teatro! Recitare è per alcuni una vera e propria passione, un modo per sfuggire dalla routine della vita quotidiana. Altre volte, invece, il teatro può essere utilizzato come mezzo di comunicazione; per altri, è un modo per passare le serate in compagnia e nel divertimento. È dunque per certi aspetti sinonimo di felicità, per chi recita e per chi assiste allo spettacolo.

Quante emozioni trasmette il teatro? Tante. È altresì un mezzo per viaggiare attraverso qualcun altro e per riuscire a conoscere nuove prospettive. Felicità nel diventare partecipe di situazioni ed avventure nuove e sconosciute e nel trovare l'orgoglio di divertire il pubblico e gli spettatori.

Siamo dunque andati a conoscere due diverse realtà teatrali valligiane, nelle esperienze di Ismael Pellegrin e Matteo Iori.



Ismael Pellegrin in scena nel ruolo della matrigna in *Cendrejina*, spettacolo nato nel progetto VIF della Scuola Ladina di Fassa

Ismael Pellegrin

Nome: Ismael

Cognome: Pellegrin

Età: 19

Compagnia teatrale: I Batadoes de Bron (ex VIF Scuola Ladina de Fascia)

Professione: studente, cameriere, docente, in futuro impiantista

Come sei entrato a far parte del mondo del teatro?

Sono entrato a far parte del teatro in prima superiore. Avevo sempre amato recitare nelle poche occasioni prima presentatemi. Mi ricordo che, alle elementari, avevo interpretato la Renna Genoveffa in uno spettacolo natalizio... e poi, all' "Istà Algegra" di Moena, collaboravo con gli animatori e recitavo nello spettacolo di fine estate. Era sempre un momento emozionante, commovente, anche se molto triste. Non volevo tornare a scuola, anche se poi, quando ci andavo, la apprezzavo. Mi è sempre piaciuto studiare.

Che cos'è il teatro per te?

Teatro significa anche felicità? Il teatro è indescrivibile. Devi esserne partecipe per comprendere davvero cosa può essere. È una magia interminabile... trasforma le persone, le lega e le accomuna. Se potesse essere la mia vita, direi sì al teatro subito e per sempre. Trovi sempre una famiglia nelle compagnie, per quanto sconosciuti e diversi si possa essere in un primo momento.

Sicuramente la soddisfazione dello spettatore è un traguardo personale. L'applauso ed il calore di un buon pubblico sono pressoché indispensabili. Per alcuni conta la rappresentazione, anche se il pubblico è molto ridotto. Io penso invece che, affinché uno spettacolo sia esplosivo, debba esserci un buon pubblico. E grandi numeri comunicano energia, nonostante i riflettori quasi impediscano di vedere la platea.

Le prove teatrali possono risultare faticose, a volte in modo impressionante. Specialmente se esse vanno conciliare con numerosi altri impegni, o con la prospettiva dell'esame di Stato.

Ma quello che succede durante la prima dello spettacolo, o nei momenti che la precedono, è il centro del bersaglio raggiunto dalla freccia del cuore.

Specialmente se si è consapevoli che questo impegno e divertimento ha uno scopo ben preciso: aiutare altre persone con i fondi raccolti. Non si diventa ricchi a fare gli attori per beneficenza, non sul conto corrente, almeno. Dentro, si viene trasformati. Cosa c'è di meglio del divertimento che aiuta?

Anche se, nel caso del teatro alla Scuola Ladina di Fassa, è stata sempre incoraggiata la fondazione di un ente per il quale avremmo potuto avere dei vantaggi e magari un tesoretto per pagare le cene pre-spettacolo. Questo è un obiettivo che non è stato raggiunto. In compenso, ne abbiamo raggiunti altri: decine di migliaia di euro donati al Perù e alle associazioni di Betlemme.

Vorrei aggiungere che... Purtroppo la promozione del teatro come elemento sociale, di interazione e comunicazione, a volte singhiozza. In primis, coloro che amano la recitazione dovrebbero continuare le attività teatrali e diffonderle, ma non

sempre c'è la giusta partecipazione.

A volte le persone non sanno nemmeno chi sono, quindi risulta difficile elaborare nuovi ruoli e creare flessibilità nella propria personalità.

A volte, invece, accade l'opposto. Chi non trova se stesso, può essere chiunque altro... chissà se io stesso sono uno di questi.

Matteo Iori

Nome: Matteo

Cognome: Iori

Età: 26

Compagnia teatrale: Grop de la Mèscre de Dèlba e Penia

Professione: assessore del Comun General de Fascia

Come sei entrato a far parte del mondo del teatro?

Sono entrato a far parte del gruppo grazie a mio padre. Dato che lui ne faceva parte, prima ho iniziato come "marascon" e poi mi sono lanciato sul palco... un po' anche per provare una nuova esperienza.

Che cos'è il teatro per te?

Teatro significa anche felicità? Noi, a differenza di altre realtà, lo prendiamo molto più alla leggera. Infatti, le nostre non sono vere e proprie commedie, ma bensì "mascherèdes", il

cui obiettivo è quello di far ridere il pubblico. Dunque, anche se c'è un errore nella rappresentazione, non ne facciamo un dramma. Diciamo, facciamo del nostro meglio, ma non siamo proprio un gruppo di teatro. Oltre a far ridere la gente, il nostro obiettivo è anche quello di divertirci fra di noi. Adesso abbiamo anche provato a scrivere qualche commedia... non sai quante risate a prove! E poi, sì, certo: per me, teatro è anche sinonimo di felicità. Le risate ce le facciamo in primis noi attori, ma poi cerchiamo di far passare anche agli spettatori momenti di spensieratezza e felicità.

Vorrei aggiungere che... se qualcuno volesse venire a recitare con noi, è il benvenuto!

Interviste di Nicoletta Riz



Il Grop de la Mèscre de Dèlba e Penia: Matteo Iori è il primo in alto a sinistra.



Diritto ad amare

Sono ben 75 nel mondo i paesi dove amare è illegale. Il 4% della popolazione mondiale, risiedente in questi paesi, è punita per amare persone del proprio sesso. Infatti le persone appartenenti alla comunità LGBTQ+ nella maggior parte degli stati dell'Africa e dell'Asia subiscono ogni tipo di pena, dal carcere per qualche anno, fino all'ergastolo; sono inoltre previste pesanti sanzioni fiscali fino alla ben più grave pena di morte. In Arabia Saudita, inoltre, prima di essere condannati a morte si subisce il carcere, l'amputazione di parti anatomiche, la lapidazione e l'internamento in cliniche psichiatriche.

Tuttavia le persone sono protette dai diritti umanitari, indipendentemente dai loro orientamenti sessuali: le legislazioni europee prevedono la condanna per la discriminazione contro gli omosessuali, anche sul posto di lavoro, la parità di tutti i diritti, il riconoscimento della convivenza e del matrimonio tra persone dello stesso sesso e dello status giuridico delle coppie. A livello mondiale si stanno facendo tantissimi passi avanti in questo senso: per esempio il 6 settembre 2018 in India è stato cancellato l'articolo 337 della Costituzione, che era in vigore dal 1860 e che prevedeva la denuncia delle persone omosessuali 'contro natura', obbligandole a dieci anni di carcere e persecuzioni, discriminazioni e violenze soprattutto da parte degli organi statali. Il 6 settembre il Paese, che conta 1,3 miliardi di abitanti, ha dunque aperto le porte all'amore di ogni genere.

Festeggiando sotto un sole soffocante sui prati fuori dall'aula di tribunale, gli attivisti LGBTQ+ hanno dichiarato di essere finalmente liberi da una legge che, sebbene raramente applli-



cata, è stata la base per la discriminazione e le molestie degli indiani gay, felici di poter annunciare a genitori, familiari, amici la loro sessualità senza avere paura di un sistema e una cultura arretrati.

Nonostante segnali di speranza come quelli dati dall'India, purtroppo vi sono anche regressioni importanti come il caso della Tanzania, che ha da poco istituito una vera caccia alle streghe emanata il primo novembre: una settimana in cui una task force ha setacciato i social network in cerca di persone dichiarate gay. La conseguenza? 30 anni di prigionia, anche solo per essere sospettati gay, per gli uomini, 5 anni per le donne. La stessa pena è imposta a genitori e mariti di spose bambine. Sono quindi messi sullo stesso piano l'amore omosessuale e il commercio di bambine inermi ed incoscienti della propria situazione.

È assurdo come l'uomo sia arrivato a giustificare e accettare tacitamente guerre, genocidi, violenze, bullismo e molte altre situazioni di abuso, ma non riesca assolutamente ad accettare che esista l'amore tra generi diversi e uguali. Qualunque cultura e religione è basata sull'amore e ad un certo punto viene da chiedersi: ha veramente così tanta importanza a chi o a cosa sia rivolto?

"L'amore sboccia tra persone, non tra sessi. Perché porci dei limiti?" (David Leavitt).

Caterina Zulian



SPORTIVA - MENTE

La felicità tel sport: anter suor e fadìa

L sport sessaben ne fèsc arjonjer traverç e otegnir da spes de gran sodesfazions, da l'esser bogh de ruèr sul piz de na mont al ruèr junsom n portoi.

Rejonon de felicità donca, n zil da tropes bramà.

Te la vita apontin, desche tel sport, esser contenc ne dèsc l met de viver en armonia con i evenc che vegn un dò l auter e donca de arjonjer con maor fazilità i traverç fissé dantfora.

N studie à desmostrà che l sport no à desche unich benefizie chel de arjonjer na condizion de forma fisica miora, ma ence chel de esser contenc. De fat, l'è stat desmostrà che pratighèr atività fisica ge dèsc l met a la jent de esser contenta ajache con fadìa e suor nosc cervel lascia fora la serotonina, n neurotransmetitor cognosciù ence desche ormon de la felicità, che miora nosc umor e smaora nosc stat de felicità e de sodesfazion.

Na rezeta per la felicità donca, olache ge vel integrèr doi vijions deferentes: aer obietives a lonch termen l'è ben segur emportant, ma saer se goder i piageres de vigni dì che la vita la ne dèsc, ben segur l'è un di ingredienc che no pel mencèr.

Essenzièl timpruma l'è che l'atlet l sie soraldut content de chel che l fèsc. Aldelà del resultat te la desvalives performance, l'è ben segur emportant emparèr duta chela strategies che deida

a smaorèr la ressorses personèles per aer chela "carica" e che la serenità nezzessères a costruir n percors de sforç, sacrificies, auc e basc, descheche apontin l'è normal che sie te la vita de n atlet.

A beleche duc chenc ge sarà capità de proèr la sensazion de jir a se fèr na raida su per nesc monc, tel bosch, te la neif... che liberazion!

E soraldut che sodesfazion ruèr sul piz de na mont e mirèr l paesaje, per proèr la legreza de esser stac bogh de arjonjer n bel travert.

La mont doenta donca simbol del viac envers noscia realisazion personèla, la metafora de n projet ambizios che se conquista con determinazion, snait e gaissa. L resultat de sforç e fadies, de baticher co la mans che sua e de la giames che no à molà.

La mont l'è n'ocajion per se meter a la proa, per recongoscer nesc limic e proèr a i passèr via. Canche l troi l scomenza a doentèr più ert e la fadìa la scomenza a pesèr su la giames, te sès che no se pel se fermèr: te pes demò vardèr inant o jir de return; te sès che a jir de return te perdarès na picola batalia, aló cet con tie limic. Se enveze te peisses a ruèr sunsom, a la emozion che te proarès a arjonjer l piz, te te n'adès che se te ge crees, te pes. La consapevoleza che te fèsc jir inant, ence canche te pissèes de no ge la fèr. E canche te rues sunsom, la sensazion che te proes l'è chela de aer troà n auter picol toch de te, perchè tia volontà l'è passà fora la fadìa, vidan duta tia cernudes.

Noscia vita l'è demò na mont da rampeèr, e la mont l'è na maestra de vita, olache no podon auter che emparèr.

Dapodò ruon, na veièda al ciel envers n orizont che no l'è chel che per solit sion usé a veder, desche se volon tocèr la nigoles. Arjonjer l piz donca no vel dir demò arjonjer n resultat, ma percorer la strèda de na enrescida spirituèla, na enrescida envers la felicità.

Alison Prionth





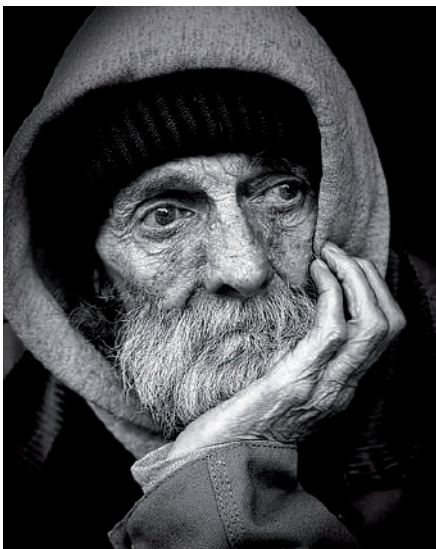
Felicità fatta e finita

La felicità non è illusione, è realtà

Molti cercano la felicità come se fosse una cura che permette di prendersi una pausa dagli aspetti negativi della vita, aspetti colmi di pensieri che impediscono la libertà e la felicità libere da ogni vincolo. Le droghe spesso risultano il mezzo più rapido per raggiungere ciò, anche se permettono di dimenticare i problemi che appesantiscono l'anima solo per poco tempo: danno unicamente la sensazione di vivere una felicità illusoria e temporanea, non di risolvere la situazione.

Si deve inoltre ricordare che i loro esiti sono indelebili. Quando entrano nel corpo lasciano sempre la loro traccia, sia fisicamente, quando il loro principio attivo rimane nel sangue, sia sul piano psicologico, quando la necessità della sostanza persiste: il corpo riesce a cancellarne le tracce nel giro di un certo lasso di tempo, ma la mente non dimentica. Sperimentata una volta la sensazione, perché non fare il bis?! Ma non è sempre detto che la soluzione più rapida sia quella più duratura, tutt'altro!

Quando introduciamo le droghe nel corpo, sono loro ad assumere il controllo dei freni inibitori dei nostri pensieri, del nostro buon senso, delle nostre azioni... e cosa fanno? Li accantonano in un posto irraggiungibile, facendoli dimenticare, accendendo un semaforo verde luminoso per il cervello, il quale, logicamente, non può farsi scappare questo ventata di coraggio e ottimismo. E dunque carpe diem. Ci si butta di pan-



cia, non avendo crucci a cui badare; i freni e la ragione sono persi... via le zavorre, tutto è più leggero, meno importante, si è al riparo dalla depressione e dalle ostilità, liberi di divertirsi in pace e rilassarsi in compagnia o da soli, in quel nuovo mondo precario delle meraviglie, da assaporare fino in fondo, perché non si sa quando si avrà l'occasione di rientrarci.

Di conseguenza viene naturale chiedersi o convincersi che l'unica felicità sia quella raggiunta svuotandosi la testa, vivendo in un mondo surreale migliore di quello reale, in cui non si è bombardati da doveri, costrizioni, complessi, problemi.

Ma la capacità di pensare e ponderare è ciò che ci distingue dagli animali, che ci rende persone vere e presenti a noi stessi, non semplici seguaci dell'istinto; dunque non possiamo immaginare di essere veramente felici, sentirci completi e appagati se non accettiamo di convivere con la nostra identità. Chi non riesce a vivere senza stupefacenti è costantemente turbato finché non assume ciò che lo aiuta ad alienarsi; non è lui a procurarsi la gioia, ma è qualcosa che si sostituisce a lui. La pericolosità della droga, infatti, non sta esclusivamente nell'effetto che ha sul fisico, ma nelle conseguenze che il suo consumo ha sul modo di vivere il mondo. La droga porta alla dipendenza soprattutto se si identifica nel suo consumo la felicità.

Benedetta Longo, Miriam Pellegrin, Alessia Riganti

La felicità dietro le spalle

La ricerca della felicità: uno spreco di tempo o un valore aggiunto?

Troppo comunemente ormai si parla di felicità e troppo di frequente questa semplice e unica parola è data per scontata: basti pensare a quanto spesso la si utilizza in modo ironico o superficiale.

C'è chi la considera irraggiungibile, un sogno che mai si avvererà, e di conseguenza trascorre l'intera vita cercando di afferrarla e trattenerla tra mani.

E poi c'è chi la felicità la cerca.

Coloro che guardandosi intorno con attenzione la riconoscono in tante piccole cose, che la sentono parte di sé in momenti inaspettati, con altre persone, in luoghi sempre diversi.

Coloro che, voltandosi di scatto, provano a coglierla di sorpresa e chi invece scava a fondo nel proprio passato per impossessarsene attraverso i ricordi.

Che avvenga in un modo o nell'altro il fine è sempre lo stesso: possedere la felicità.

Poi dove conservarla non ha importanza: c'è chi si riempie le tasche, chi la testa, chi la bocca e chi la felicità la conserva nel cuore.



Si trovano i migliori nascondigli in cui custodirla, perché si pensa di poterla utilizzare in futuro, nel momento più opportuno o semplicemente perché non la si vuole sprecare subito; tuttavia non è così che funziona.

Della felicità bisogna beneficiare subito, senza perdere tempo, perché potrebbe scappare e non tornare... quindi tanto vale godersi il momento, senza rimpianti, semplicemente essendo felici.

Penso che di per sé la felicità, o almeno una grande parte di essa, risieda nella sua ricerca.

Chi si è arreso, chi ha mollato, chi ormai nemmeno più ci crede nella felicità e chi di conseguenza nemmeno la cerca, non credo la potrà mai possedere.

Al contrario coloro che non hanno perso la speranza di trovarla e soprattutto non hanno mai smesso di cercarla, probabilmente e magari inconsapevolmente sono già felici, e questo secondo me è già un traguardo raggiunto.

Aurora Iellici



Dialogo (filosofico e di spirito) sulla felicità

PERSONAGGI:

Epicuro, filosofo del Giardino vissuto a cavallo tra il quarto ed il terzo secolo AC

Arthur Schopenhauer, filosofo del XIX secolo, tedesco, autore de *Il mondo come Volontà e Rappresentazione*

Aristotele, il Filosofo, vissuto nel quarto secolo AC, fondatore del Liceo ad Atene, maestro di Alessandro Magno

Schopenhauer: Mi chiedete di parlare della felicità? Di quella felicità che tanto gli uomini rincorrono nelle loro vite? Credete a me: la ricerca della felicità è uno dei più grandi paradossi visuti da noi piccoli, inutili esseri umani: vogliamo tanto la felicità, ma più ci prodighiamo per raggiungerla, più siamo destinati a soffrire... credetemi, ragazzi: questa è la realtà delle cose...

Epicuro: Arthur, sei solo un vecchio brontolone! Non è mai troppo tardi per diventare un vero filosofo e comprendere che la felicità è proprio alla portata di ogni uomo!

Aristotele: Fermi, fermi... non avete capito nulla: né tu barbaro tedesco e nemmeno tu filosofo giardiniero! La felicità non è alla portata di tutti! Figuriamoci! La felicità la raggiunge solo il vero filosofo, colui che abbraccia e si dedica solamente alla vita contemplativa, e voi proprio non lo siete...

Schopenhauer: Vita che? Contemplativa? Ma cosa dovrei contemplare secondo te? Il mondo che mi circonda? Perché sappi che se indago con occhio critico il mondo che mi sta attorno non posso che vedere sofferenza: la vera realtà delle cose illude tutti noi di vivere per uno scopo che è nostro, è l'inganno della natura che ci mostra la bellezza ingannatoria di luoghi meravigliosi... foreste sconfinite, verdi praterie, quiete distese d'acqua che chiamiamo mari, ecco: questi non sono che miseri luoghi di morte dove il lupo caccia il cervo, dove una madre pennuta vede cadere miseramente dal nido i suoi pulcini, dove le onde nascondono alle placide foche le zanne sanguinarie di un'orca. Noi stessi siamo cimiteri viaggianti. Viviamo e ci teniamo in piedi mangiando cose morte...

Epicuro: Caro Schopenhauer, tu esageri, come sempre: vedi grandi tragedie nelle cose più semplici e naturali del mondo! All'uomo basta davvero poco per poter essere felice. Basta non desiderare quello che è ovvio che non potremmo mai ottenere (non potrai mai fare il modello nella tua vita); accontentarsi sempre di quello che abbiamo a disposizione; non lasciarsi tentare dalle esagerazioni anche quando queste sembrano nascondere il più grandi dei piaceri (ti ricordi quella volta che ti sei ingozzato di spaghetti all'amatriciana, ti ricordi quanto sei stato male poi?).



Schopenhauer: Desiderare... è questo il grande male che condanna tutti gli esseri viventi ad un'esistenza di sofferenze: il desiderio, il desiderio che sorge direttamente dalla volontà di vivere. È proprio questa a costituire la sostanza di cui tutto l'esistente è composto. Ogni nostro desiderio proviene dalla volontà di vivere: mangiamo per sopravvivere, amiamo per mettere al mondo individui che a loro volta continueranno a voler vivere e soffrire. Per liberarci dal dolore dovremmo riuscire a smettere di desiderare, solo così potremmo raggiungere la pace ed il Nirvana, questa l'unica via efficace indicata anche dalla sapienza indiana.

Aristotele (ridendo sguaiatamente): chi parla di smettere di desiderare? Proprio tu che non perdi occasione di tracannare vino... e poi devi saperlo: ti hanno visto tutti uscire dal lupanare l'altra sera... smettere di desiderare! Almeno riuscisci ad essere coerente e mettere in pratica quello che predichi nei tuoi scritti...

Schopenhauer: Qui ti sbagli, caro Aristotele: il compito del filosofo è indicare la strada da seguire, non fungere da esempio.

Aristotele: eh no! Ricorda invece quale insegnamento lasciò a tutti noi la buonanima di Socrate: colui che conosce il bene non può che agire bene, con la massima coerenza. Chi compie il male lo fa per ignoranza, poiché non conosce. Infatti io sostengo da sempre che la vita beata e felice è la vita del sapiente, del filosofo che dedica la propria esistenza alla conoscenza; alla conoscenza vera e che quindi conduce una vita di contemplazione senza perseguire secondi fini.

Epicuro: Caro Arthur, non riuscirai mai ad essere felice fino a quando non accetterai i mali che la vita ti riserva: possiamo sopportarli poiché sappiamo che prima o poi avranno fine, e se essi non avranno fine, beh, allora sarà la nostra vita ad avere fine. Morire è non esistere e se non esistiamo non soffriamo e quindi non abbiamo nulla da temere...

Schopenhauer: Epicuro, credo che a proposito di questa tua affermazione possiamo continuare a parlare davanti ad un buon bicchiere di vino... chiama pure quello spocchioso di Aristotele, anche se dall'alto della sua esistenza teoretica si sente migliore di tutti noi... non rinuncerà certo ad un brindisi in compagnia!

Marzia Comini



CU CALONCH

INSIDE OUT



Direzion: Pete Docter, Ronnie del Carmen
Mùseghe: Michael Giacchino
Cèsa de produzion: Pixar Animation Studios
An: 2015
Regnèda: 94 menuc
Sort: animazion, comedia, aventura

N viac anter la emozions. Inside Out conta de la aventuras de Legreza, Tristeza, Ira, Uria e Cutia, cinch emozions che dèsc vita a Riley, na beza del Minnesota. La cinch figures les vif tel cef de Riley, olache, tras machines e tecnologies, les imagasinea si record te fontesc spezifics, les rec sia giornèdes. Sia vita da beza, aboncont, la fenesc canche con sia familia la se trasferesc te n'otra zità. Tantes l'è la endesfides che se pèra tedant a la cinch emozions, ma, de gra a la colaborazion, les é bones de se la fèr cà.

N film de animazion dassen senester: se dai eies de n bez se veit demò na aventura n muie scempia, olache n problem troa sobito soluzion, da l'otra man l'è na analisa del crescer, da picui e chederdègoi, a gregn e consapèvoi. Riley, canche la vivea tel Minnesota, la era semper grignolenta e piena de vita ma, a spostèr sia cèsa, la rua a cognoscenza de n mond nef, olache no l'è demò legreza, ma ence tanta pascion. E proprio chesta tristeza, chela che dant no aea nesciun ruol, percheche da picui no se à encresciujum, la taca a ge soscedèr neves pensieres. E dut chest biteboi porta Riley a aer na confujion te sie cef. Dapodò, cò se pert tel magasin de la memoria lengia Felicità e Tristeza, sia Personalità e Carater i muda e la resta en balia de Ira, Uria e Cutia. Canche dò sia aventuras, Legreza e Tristeza les rua de return, les é bones, colaboran, de meter "da nef a jir" Riley.

E proprio te chest moment si é bogn de entener l film: Riley la é cresciuda e l'ha mudà sia Isoles de Personalità, ajache, a esser doventèda grana, l'ha autres e desvalives cruzies, più madures, te ela; Tristeza l'ha arjont ence ela na pèrt fundamentèla tel goernament de Riley, chel de se fèr didèr dai etres; l'ultim, demò con l temp Riley la é stata bona de se adatèr a neva emozions, cheles del crescer, e a se fèr recorc più madures, tant contenc che tris .

N film dalbon curious, che l met al luster un di viages che ogneun fèsc te sia vita: doventèr gran.

Nicoletta Riz



ESERCIZI DI FELICITÀ

ALLENARE IL CUORE E LA MENTE A ESSERE FELICI



Autore: Alessandro Cozzolino

Editore: Centauria

Anno edizione: 2016

Che cos'è la felicità? Esiste? Il dibattito si apre davanti a queste domande, ma Cozzolino assicura che la felicità è possibile, se la nostra mente è allenata a esercitarla. La felicità è come un muscolo allenabile attraverso il coaching, cioè un allenamento costituito da veri e propri esercizi che allenano la nostra mente ad essere felice. La felicità secondo Cozzolino è una responsabilità che ci prendiamo con noi stessi, ed è quindi colpa/merito nostro se siamo felici o infelici. Coltivare l'“egomostro” e coltivare l'autostima diventano nel percorso di allenamento alla felicità due capisaldi che, se perseguiti, contribuiscono ad accompagnarci verso l'obiettivo ultimo: la felicità.

Esercizi per praticare l'allenamento alla felicità completano il libro, un manuale che, assicura l'autore, ci renderà più felici.

Silvia Vinante

LA RICERCA DELLA FELICITÀ



Regista: Gabriele Muccino

Interpreti: Will Smith, Jaden Smith, Thandie Newton, Dan Castellaneta, Kurt Fuller

Casa di produzione: Columbia Pictures, Escape Artist, Relativity Media

Anno: 2006

Genere: drammatico

Durata: 117 min

Musiche: Andrea Guerra

Il film racconta la storia di Chris Gardner, lacerato da così tanti debiti da mettere in gravi difficoltà la propria famiglia. Dopo un breve periodo di prosperità si ritrova letteralmente “per strada”. Chris vive, con la moglie Linda e il figlioletto Christopher, in un appartamento alla periferia di San Francisco. Nel 1981 tenta la fortuna vendendo, a cliniche e ospedali della città, scanner per rilevare la densità ossea. In un primo momento porta a casa tanti soldi. Poi, però, non vende più: i medici trovano il suo apparecchio costoso e inutile. Ormai è solamente Linda a mantenere i tre e, anche facendo i doppi turni, la famiglia fa sempre più fatica a mantenersi. Dopo tanti sforzi e false verità da parte di Chris, Linda si trasferisce a New York, abbandonano marito e figlio. I due affrontano momenti molto duri e, proprio quando Chris pensa di affondare, l'incontro con un broker gli salva la vita.

Il film affronta il tema del “diritto alla felicità”, sancito dalla costituzione americana, facendo riflettere sul fatto che non è poi così scontato avere un tetto sopra la testa e il minimo indispensabile per vivere con dignità, soprattutto al giorno d'oggi.

Consiglio a tutti il film, che pone la questione di cosa sia davvero la felicità, che passa per la realizzazione personale e la salute dei propri cari, e fa tornare di attualità pure il detto “i soldi non fanno la felicità”: sarà poi così vero?

Mattia Valentini