TERZA PAUSA

FEBBRAIO 2024

E TANTO
ALTRO!

UNISCITI A NOI! SCRIVICI SU INSTAGRAM A @TERZAPAUSA

SPIRITO LIB(E)RO

Giorgia Borghesi

TERZA PAUSA

L'AMORE AI TEMPI DI SAN VALENTINO

Ciao a tutti miei cari Spiriti Lib(e)ri. Oggi per celebrare San Valentino parliamo de "L'amore ai tempi del colera", un libro di Gabriel García Márquez. Si tratta di una straordinaria celebrazione dell'amore in tutte le sue sfaccettature, un inno alla forza travolgente di questo sentimento che sfida il tempo e le convenzioni sociali. L'autore si addentra profondamente nei cuori dei suoi personaggi, offrendoci uno sguardo intimo sulle loro passioni, le loro speranze e i loro desideri.
La storia d'amore tra Florentino Ariza e Fermina Daza è il filo conduttore del romanzo, un legame che attraversa decenni di separazione e cambiamenti. Márquez dipinge l'amore come un'esperienza complessa e talvolta dolorosa, ma anche come una forza che può trasformare le vite e offrire un senso profondo all'esistenza.
La scrittura di Márquez trasforma il concetto di "amore" in un'entità quasi corporea e reale. I suoi personaggi sono avvolti da un'atmosfera surreale e magica, in cui le emozioni si fondono con la natura tropicale che li circonda. L'autore cattura l'essenza dell'amore attraverso metafore poetiche e immagini potenti, rendendo ogni pagina una celebrazione di questo sentimento universale.
Tuttavia è un libro che si sposa anche con i gusti degli Spiriti Lib(e)ri che stravedono per le storie d'amore. Infatti ciò che rende unico questo romanzo è la sua capacità di esplorare l'amore in tutte le sue dimensioni, mostrando come possa manifestarsi in forme diverse e inaspettate.

Dall'amore romantico tra Florentino e Fermina all'amore filiale e all'amore per la vita stessa, Márquez tesse una trama ricca di emozioni che risuona con il lettore.
È più di una semplice storia d'amore. È un viaggio emozionante attraverso la complessità delle relazioni umane, una riflessione sulla pazienza e sulla perseveranza richieste dall'amore nel corso del tempo. Márquez ci invita a esplorare le profondità dei nostri cuori e a riflettere sulla natura eterna dell'amore, che continua a sfidare e a ispirare ogni generazione.

OROSCOPO

Annachiara Cavagna

TERZA PAUSA

CUPIDO QUEST'ANNO È DALLA TUA PARTE?

***VERGINE** (23 AGOSTO - 22 SETTEMBRE)*

Voi che siete nati sotto il segno della Vergine in questo anno troverete finalmente l'amore. Per coloro che si trovano già implicati in una relazione, non preoccupatevi, procederà a gonfie vele!

***SAGITTARIO** (23 NOVEMBRE - 21 DCEMBRE)*

La freccia dell'amore non ha risparmiato voi del segno dello Sagittario, ma il lancio di Cupido è un po' incerto. Infatti riuscirete a trovare la vostra anima gemella solo se riuscirete a farvi scoprire e ad aprire il cuore a nuove persone.

***BILANCIA** (23 SETTEMBRE - 22 OTTOBRE)*

Coloro che appartengono al segno della Bilancia dovranno aspettare ancora un po' prima di trovare l'anima gemella: Febbraio non è il mese giusto. Potreste però passare San Valentino con i vostri amici: in fondo anche l'amicizia è una forma di amore.

***CAPRICORNO** (22 DICEMBRE - 20 GENNAIO)*

Voi che appartenete al segno del Capricorno durante quest'anno potrete incontrare la vostra anima gemella, che vi ruberà il cuore, ma solo se riuscirete ad aprirvi a nuove avventure e conoscenze.

***SCORPIONE** (23 OTTOBRE - 22 NOVEMBRE)*

Anche voi nati sotto il segno dello Scorpione, sempre molto scettici nei confronti dell'amore, sarete colpiti dalla freccia di Cupido, da cui nessuno può fuggire. L'importante è lasciarsi andare ed accettare ciò che si prova senza vergogna!

***ACQUARIO** (21 GENNAIO - 19 FEBBRAIO)*

Per voi che siete nati sotto il segno dell'Acquario questo non è l'anno giusto per quanto riguarda l'amore. Conoscerete nuove persone, ma nessuna conquisterà il vostro cuore, ma non scoraggiatevi: sarete comunque pieni di amici!

OROSCOPO

Annachiara Cavagna

TERZA PAUSA

♓ *PESCI (20 FEBBRAIO - 20 MARZO)*

Voi che siete nati sotto il segno dei Pesci dovete prestare molta attenzione. Infatti avrete molte difficoltà nel superare eventuali delusioni sentimentali a causa della vostra sensibilità. Per questo, attenzione nello scegliere a chi legarvi sentimentalmente!

♈ *ARIETE (21 MARZO - 20 APRILE)*

L'amore arriverà da voi che appartenete al segno dell'Ariete per scombussolare tutti i vostri piani. Questa volta non riuscirete a sfuggire alla freccia di Cupido. Tutta la vostra razionalità sarà spazzata via dall'amore.

♉ *TORO (21 APRILE - 20 MAGGIO)*

Per voi che appartenete al segno del Toro questo sarà il vostro anno! Sarete circondati dall'amore, in tutte le sue forme, ma soprattutto inizierete a provare un po' più di amore verso voi stessi.

♊ *GEMELLI (21 MAGGIO - 21 GIUGNO)*

La spensieratezza che voi appartenenti al segno del Capricorno riuscite a diffondere ovunque riuscirà a conquistare anche i cuori più gelidi. Questa volta non c'entra nulla la freccia di Cupido, l'amore arriverà da solo quando meno ve lo aspettate.

♋ *CANCRO (22 GIUGNO - 22 LUGLIO)*

Voi che siete nati sotto il segno del Cancro vivrete un anno particolare per quanto riguarda l'amore. Cupido ha deciso di divertirsi con voi: vi sembrerà di stare sulle montagne russe. Vivrete un anno molto altalenante: ci saranno molti momenti in cui l'amore sarà dalla vostra parte, ma anche momenti di completo spaesamento.

♌ *LEONE (23 LUGLIO - 22 AGOSTO)*

Per voi che siete nati sotto il segno del Leone sarà un anno difficile per quanto riguarda l'amore, tra delusioni e incomprensioni. Ma non preoccupatevi, alla fine riuscirete a trovare la vostra serenità.

MORE about PHOTO

Asia Racheli

TERZA PAUSA

Scatti d'amore

Per questo articolo abbiamo fatto delle foto a delle coppie presenti all'interno della nostra scuola e abbiamo aiutato alcuni single tra di voi a trovare la loro anima gemella. Ecco i nostri scatti!

VERO SALE & PEPE

Veronica Saleri

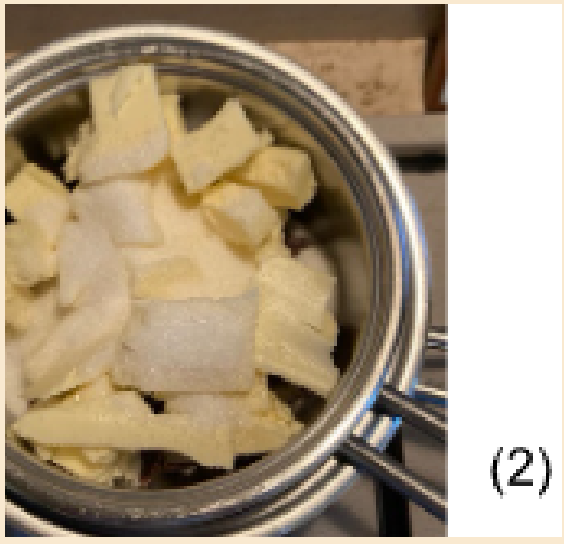
TERZA PAUSA

CUORE MORBIDO DI CIOCCOLATO

INGREDIENTI

- 150 g di cioccolato fondente
- 100 g di zucchero
- 150 g di burro
- 3 uova
- 40 g di farina bianca
- 1 pizzico di sale

(1)


(2)

PREPARAZIONE

Tritare grossolanamente il cioccolato (1). Trasferirlo in un pentolino, aggiungere il burro e lo zucchero e fare sciogliere il tutto a bagnomaria (2).
Lasciare raffreddare il composto (3), incorporare le uova, la farina e il sale e amalgamare il tutto. Suddividere il composto in 6 stampini precedentemente imburrati e infarinati (4). Ricoprirli con la carta stagnola e riporli in freezer per almeno 90 minuti.
Cuocere in forno preriscaldato a 220° per 15 minuti. Servire subito.

(3)

(4)

PENSIERI SPARSI

Anonimo

TERZA PAUSA

Abbiamo deciso di inserire questa rubrica per permettere a voi lettori di mandarci tutti i messaggi che volete. Qualsiasi cosa è ben accetta: opinioni, commenti, racconti divertenti, canzoni, poesie, messaggi per altre persone, lettere... Potrete pubblicare in modo anonimo e sarete voi i protagonisti!

22 dicembre 2023

Sono una ragazza di 18 anni, studio in un Liceo come tanti, durante la mia vita non ho mai avuto problemi particolari, ma a un certo punto, mi sono ritrovata ad affrontare un problema più grande di quello che pensavo all'inizio.
Devo partire dal presupposto che sono sempre stata una ragazza molto sportiva, ho sempre fatto circa 4/5 allenamenti a settimana solo per piacere personale.
Durante la prima quarantena ho iniziato ad allenarmi a casa tanto per tenermi in forma, cucinavo cibi salutari ed equilibrati con molto piacere perché mi è sempre piaciuto stare in cucina a creare nuovi piatti.
A fine quarantena avevo perso 5kg ma ancora era in perfetto peso forma.
Andando avanti questa mia passione è diventata per lo più una fissazione. Gli allenamenti erano sempre più intensi e la quantità di cibo che ingerivo era sempre minore. Questo però mi portò a dover affrontare vari episodi di abbuffate perché si sa dopo un po' che rifiuti di mangiare i cibi che più ti piacciono ci sarà un momento che avrai voglia di mangiarli e non riesci a controllarti, e dopo queste i miei sensi di colpa erano alle stelle.
Iniziai a pensare di poter compensare queste con il vomito auto indotto. Quando iniziai a vomitare ancora non sapevo che questa si considerava una malattia e più esattamente "bulimia". I miei genitori non si sono mai accorti di nulla, lo facevo di nascosto impedendo così alle altre persone di aiutarmi.
La situazione mi stava sfuggendo di mano, vomitavo circa tre volte al giorno e anche a livello mentale ero a terra.
Ma non sono riuscita a guarire, semplicemente sono passata da un disturbo ad un altro, l'anoressia nervosa. Questa è un mostro, ti risucchia via tutto ciò che hai, ti convince di essere tua alleata, la tua migliore amica, ti isola dal mondo, ti riempie di pensieri negativi. non sarà mai soddisfatta di come sei e ti chiederà sempre di più. Mi ha portata a sentire Voci che mi urlavano di non mangiare, lo stomaco vuoto che mi bruciava, ma che nonostante questo, il nodo in gola non mi permetteva di mangiare.
Ho iniziato ad eliminare qualsiasi cibo che la mia malattia mi faceva vedere come un nemico.
La perdita di peso mi portò all' amenorrea, di cui soffro tuttora, ma all'epoca non mi spaventava, era solo un modo in più per far notare agli altri la mia sofferenza.
A ottobre dell'anno scorso ho capito, grazie alla mia psicologa, che da sola non potevo farcela e con molta fatica ho chiesto aiuto. All'inizio del percorso ambulatoriale al centro Richiedei mi sono dovuta scontrare con me stessa, non volevo guarire e mi sono pentita di aver chiesto aiuto, a tratti non mi sentivo neanche malata, anzi mi sentivo solamente viziata, in fin dei conti avevo tutto, dovevo solamente mangiare.

PENSIERI SPARSI

Anonimo

TERZA PAUSA

Sono andata avanti mesi perdendo peso senza mai accontentarmi del risultato, cercavo su Internet la tabella nutrizionale di ogni cosa che dovevo ingerire, compreso il dentifricio, così facendo arrivai a toccare il fondo eppure la mia dispercezione corporea mi faceva vedere ancora grassa.
La mia terapeuta mi consigliò il ricovero in degenza, lo rifiutai. Avevo la scuola a cui pensare, il ragazzo, la famiglia e non avevo tempo per dar spazio a una cosa, ritenuta da me stessa, poco importante. Ma mi spinse ad accettare di mettermi in lista per il ricovero day hospital, nel quale solamente il 3 agosto sì libero un posto per me. Dopo due settimane ero pronta a dimettermi. Chi me lo faceva fare di seguire un piano alimentare corretto? Perché avrei dovuto combattere contro me stessa? Bastava una mia firma e sarei tornata alla mia vita accompagnata ancora dalla malattia. I miei genitori riuscirono a farmi ragionare e a farmi capire quale sarebbe stata la strada più giusta da percorre, così sono arrivata fino alla fine anche se con molta difficoltà. Questo percorso non mi ha guarita, non bastano quattro mesi per uscire da un disturbo alimentare, ma mi ha dato gli strumenti per gestirlo. Ho riflettuto sull'importanza di amarsi e così ogni volta che vorrei mollare mi do la forza di andare avanti. A volte ripenso con nostalgia alla me di 15 anni, ero un quadro pieno di colori, adesso sono solo un piccolo quadretto in bianco e nero. Faccio fatica a vedere i colori, sono stati cancellati brutalmente dall'anoressia, non ha avuto nessuna pietà e ora ritrovarli non è facile.
A gennaio potrò finalmente tornare a scuola, questo implica che sarò nuovamente responsabile della mia vita, starà a me prendermi cura della mia persona, non ci sarà più la dietista che ogni giorno controlla se ho seguito il piano alimentare e non ci sarà più l'infermiera che controlla se i miei parametri sono corretti. Sarò sola, di nuovo. Ma questa volta con l'obiettivo di iniziarmi ad amare e se per riuscirci avrò bisogno ancora di chiedere aiuto lo farò perché voglio iniziare a scrivere la mia vita, una vita degna di essere vissuta.

Grazie.

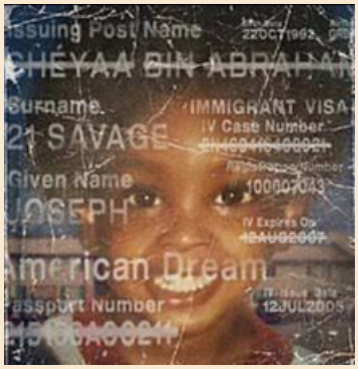
Potete mandarci i vostri messaggi inserendoli nella scatola che troverete all'ingresso di liceo, itis e ipsia.

Oggi prenderemo in esame un grande evento musicale:
il Festival di Sanremo.

Quest'anno il Festival ha ospitato numerosi artisti emergenti, ma anche qualche artista della vecchia scuola. Tra tutti si sono differenziati Geolier e la vincitrice del festival Angelina Mango.
Geolier, date le sue origini, canta prettamente in dialetto napoletano e proprio per questo si è dovuto fare uno strappo alla regola della competizione, ovvero il dovere di cantare solo in lingua italiana. Nonostante tutto il cantante ha attirato parecchio l'attenzione del pubblico e si è piazzato secondo alle premiazioni del Festival con circa il 60% del televoto a suo favore.
A favorire però la vincitrice Angelina Mango sono state sala stampa e radio che hanno permesso alla canzone La Noia di vincere.

A proposito di Sanremo, la lega del nostro giornalino ha visto come vincitori le seguenti squadre:

Inoltre vi invitiamo a vedere i reel sul nostro profilo a tema Sanremo.



Ora invece vi propongo album usciti di recente:
American Dream di 21 Savage, album che descrive la vita del rapper, nato a Londra poi, a seguito del divorzio dei genitori, trasferito ad Atlanta. Attraverso anche le parole della madre mira a criticare il sogni e gli ideali dei cittadini americani, ma anche allo stato di degenerazione dei ghetti dove lui è cresciuto.

Vultures 1 di Kanye West e Ty Dolla Sign, prima versione delle tre dell'album che conferma il ritorno della persona che più ha influito sull'Hip hop mondiale. Ye decide di portare idee innovative come lasciare un brano in mano a sua figlia (Talking), o quella di campionare i cori degli ultras interisti per il brano Carnival. Insomma tante nuove idee che hanno permesso a Kanye di superare Taylor Swift come artista migliore del momento.

L'OROLOGIO DEL CAMBIAMENTO

Giulia Mossoni

TERZA PAUSA

LE CONTRADDIZIONI DELLA LOTTA CONTRO IL CAMBIAMENTO CLIMATICO

Il mese scorso si è conclusa la COP 28, la conferenza sul clima delle Nazioni Unite che si è tenuta negli Emirati Arabi Uniti. Qui è stato firmato un "accordo storico": i Paesi si sono impegnati a ridurre i combustibili fossili per raggiungere le emissioni nette zero entro il 2050. Per la prima volta in assoluto, come sottolineato dal sultano degli UAE e presidente della COP 28 Ahmed Al Jaber, il testo sottoscritto dagli Stati partecipanti menziona i combustibili fossili, li riconosce come causa della crisi climatica ed evidenzia il danno che hanno creato all'ambiente. Si è, però, preferito utilizzare una formula meno incisiva: anziché di "eliminare in modo graduale i combustibili fossili" si parla di "allontanarsi dai combustibili fossili in modo giusto, ordinato ed equo, accelerando l'azione in questo decennio critico". L'accordo non ha, inoltre, valore vincolante: i governi sono stati invitati e non obbligati a compiere questo cambiamento, da soli o insieme.

Un'altra notizia che ha fatto molto scalpore è stata l'istituzione di un fondo per le perdite e i danni per i Paesi in via di sviluppo più colpiti dai disastri climatici, ma non sono state inserite nuove imposizioni finanziarie esplicite per i responsabili delle emissioni. Si è deciso di rimandare tutto al prossimo anno, anche dal punto di vista dei finanziamenti necessari per avviare l'abbandono delle fonti fossili.

Quella appena trascorsa è stata definita la COP più controversa di sempre: gli Emirati Arabi Uniti sono il settimo Paese al mondo per produzione di petrolio e il settimo per emissioni di gas serra pro capite e sono state numerose le accuse nei confronti del Paese ospitante per aver cercato di usare il proprio ruolo per concludere accordi su petrolio e gas.

D'altronde il 2023 è stato l'anno del greenwashing, nonostante sia stato superato ogni record per le temperature massime raggiunte.
Per "greenwashing" si intende una strategia di comunicazione o di marketing perseguita da aziende, istituzioni o enti che presentano come ecosostenibili le proprie attività, cercando di occultarne l'impatto ambientale negativo. Ho selezionato gli esempi a mio parere più rilevanti del 2023, che coinvolgono diversi settori economici e che probabilmente ci sono passati sotto gli occhi senza che ce ne accorgessimo o sono stati addirittura lodati. Il greenwashing è particolarmente dannoso proprio perché crea una falsa sensazione di sicurezza tra i consumatori che credono di fare la scelta giusta per l'ambiente.

L'OROLOGIO DEL CAMBIAMENTO

Giulia Mossoni

TERZA PAUSA

Ovviamente esistono altre migliaia di esempi che possiamo notare ogni giorno e in cui pare chiaro che per molti l'ambiente rimane una questione pubblicitaria e di immagine aziendale e non uno dei problemi più gravi della nostra epoca.
Conoscere questi fatti senza agire non serve a molto, se non a aumentare l'ecoansia o il senso di impotenza. E' invece importante ricordarci che possiamo scegliere quotidianamente prodotti o aziende che si impegnano realmente a raggiungere le zero emissioni e che propongono alternative realmente green.

La compagnia aerea tedesca **Lufthansa** ha rilasciato una falsa dichiarazione affermando di stare "connettendo il mondo e proteggendo il futuro", suggerendo che le sue attività siano environmentally friendly. Questa pubblicità è stata vietata nel Regno Unito per essere fuorviante.

Nel 2023 **Shell** ha realizzato spot pubblicitari su progetti realizzati riguardanti le energie rinnovabili e le macchine elettriche. Sono però stati tutti bloccati perché fuorvianti, dato che non menzionavano la produzione di combustibili fossili che consiste nella maggioranza delle sue attività.

L'azienda petrolifera francese **Total Energies** si sta pubblicizzando come investitore nelle rinnovabili, ma allo stesso tempo sta provando a sviluppare l'EACOP (East Africa Crude Oil Pipeline), che diventerebbe l'oleodotto più grande del mondo e raggiungerebbe migliaia di persone.

Il gigante irlandese del fast fashion **Primark** ha fatto false dichiarazioni sul suo impegno nella sostenibilità durante spot pubblicitari e ha perso un processo per greenwashing nei Paesi Bassi. Una ricerca autonoma ha, inoltre, dimostrato che la maggior parte dei vestiti donati all'azienda viene distrutta o mandata in paesi africani, dove "montagne" di rifiuti provenienti dal mondo della moda vengono abbandonate sulle spiagge o in altri territori.

Equinor, un'azienda petrolifera norvegese, ha mostrato i suoi progressi nell'ambito della diversificazione delle fonti energetiche, anche se meno dell'1% della sua energia è rinnovabile. Ha, inoltre, investito 28 volte in più nei combustibili fossili rispetto al rinnovabile e sta programmando di costruire Rosebank, il più grande sito di estrazione petrolifera del Regno Unito.

Nonostante abbia promesso di raggiungere zero emissioni entro il 2030 (firmando il Glasgow Financial Alliance for Net Zero nel 2021), un'indagine di "Reclaim Future" ha scoperto che la banca **HSBC** ha approvato 58 transazioni da 12 miliardi di sterline per aziende che sviluppano combustibili fossili.

La **FIFA** ha falsamente dichiarato che il mondiale del 2022 in Qatar sarebbe stato carbon neutral (zero emissioni). Non è però riuscita a dimostrarlo e la World Cup è risultata essere la più inquinante di sempre.

100 ANNI FA ACCADEVA...

Stefano Medda

TERZA PAUSA

IL VIAGGIO DEL POLO

In un umido gennaio veneziano di 700 anni fa spirava uno degli uomini più ricchi e rispettati della Serenissima, forse colui che tra i cittadini della laguna meno tempo vi aveva trascorso. Marco Polo non differisce di molto da altre figure di grandi viaggiatori per meraviglie viste o itinerario percorso. Furono infatti i suoi familiari ad aprirgli la via verso l'estremo Oriente dopo esserci già stati percorrendo come molti altri la leggendaria Via della Seta per commerciare il tessuto che ad essa dà il nome.
L'abissale differenza tra Polo e gli altri viaggiatori è che di lui sappiamo quasi tutto, degli altri quasi niente.
Marco Polo, infatti, ha scritto lasciando alla Storia un'eredità più grande e meravigliosa di quella in oro che accumulò durante il suo lungo viaggio di rappresentanza ed affari nella Terra del Dragone.
È però non tecnicamente corretto affermare che Marco Polo scrisse, in quanto nella realtà dei fatti dettò a Rustichello da Pisa, frizzante prosatore, le sue mirabolanti avventure mentre i due si trovavano insieme in una prigione genovese dopo la battaglia di Curzola (1298). Nacque così Il Milione, bestseller della sua epoca e dei due secoli successivi.

Marco partì giovincello con il padre e lo zio. Costoro erano tornati in Europa con una gerega, ovvero un salvacondotto con il marchio di Kublai Khan, signore della Mongolia e garante della pax mongolica, lungo periodo di pace e sicurezza che la dinastia Yuan stava garantendo alla quasi totalità dell'Eurasia. La notizia giunse alle orecchie del Papa che nominò i Polo legati pontifici e li rispedì con un'ampolla di olio della lampada del Santo Sepolcro oltre l'altopiano iranico per garantire la benevolenza dell'impero mongolo all'Europa occidentale.
Il viaggio durò 3 anni. Passando per l'Anatolia e l'Armenia i Polo raggiunsero Hormuz sperando d'imbarcarsi, ma il porto era in mano a nemici dei Mongoli e quindi continuarono attraverso l'Afghanistan, dove Marco si ammalò gravemente per poi riprendersi dopo qualche mese. Al di là del Pamir iniziava la Cina occidentale, landa desertica e pullulante di predoni, dove però i Polo ebbero la fortuna di incontrare una pattuglia della guardia imperiale che riconobbe il salvacondotto e li scortò fino a Cambaluc, l'odierna Pechino.
Kublai Khan, nipote del piu famoso Gengis, fu molto felice di accogliere nuovamente i veneziani. Talmente felice che per ben 17 anni li tenne al suo servizio in qualità di ambasciatori e funzionari affidando loro missioni diplomatiche in Corea ed Indocina. Il viaggio di ritorno durò altri 4 anni nonostante la possibilità di viaggiare per mare. Quando la nave dei Polo tornò a solcare le acque della laguna, la bella Venezia non li vedeva da quasi un quarto di secolo...

LO STILE NON VA A PILE

Martina Ottini

TERZA PAUSA

IL BOMBER È AMERICANO O ITALIANO?

Eccoci qui in uno dei mesi più freddi dell'anno e la cosa migliore è poter uscire dalle proprie case sentendosi sempre al caldo con un super giubbotto: IL BOMBER.

Il bomber è stato prodotto per la prima volta nel 1917 in America e veniva utilizzato dai militari che si trovavano sui caccia, velivoli militari. Questi giubbotti erano molto più pesanti di quelli che indossiamo noi al giorno d'oggi. Inoltre, la parte esterna del bomber era fatta di nylon di colore verde, mentre l'imbottitura era costituita da piume arancioni che avevano un importante ruolo: i piloti che cadevano dall'aereo in battaglia le rovesciavano a mo' di segnalazione.

In Italia il Bomber è stato introdotto negli anni '50 del Novecento. Inizialmente erano dei giubbini usati e malconci, che venivano lavati raramente e riparati solo in caso di necessità. Ora sono un vero e proprio MUST HAVE! Raffinati, sportivi, ma anche più eleganti grazie alle diverse cuciture e al design!

Col tempo questi giubbotti sono entrati a far parte del mondo della moda con alcune leggere variazioni: le spalle sono più morbide e le maniche più ampie per consentire rapidi movimenti!

UNO SGUARDO A CINQUE CERCHI

Gabriele Pelosi

TERZA PAUSA

CICLISMO

Come al solito ottimi risultati per la nazionale italiana agli Europei su pista che, nonostante le numerose assenze importanti (primo fra tutti Filippo Ganna), si aggiudica una discreta dose di medaglie. Due ori (Matteo Bianchi nel chilometro da fermo e il quartetto femminile nell'inseguimento) e 4 bronzi (Stefano Moro nel keirin, Elisa Balsamo e Vittoria Guazzini nella madison, Chiara Consonni nello scratch e il quartetto maschile nell'inseguimento) sono il bottino finale, che porta l'Italia al quinto posto del medagliere.

BIATHLON

Una squadra italiana in crescita si appresta ad affrontare i mondiali di Nove Mesto. Intanto Lisa Vittozzi torna vincente nell'inseguimento di Oberhof, tappa in cui l'Italia trova sul podio anche Tommaso Giacomel, secondo nella sprint. Nessun podio invece nel weekend casalingo ad Antholz-Anterselva, in cui l'unica nota positiva è il rientro della campionissima Dorothea Wierer, fuori condizione quest'anno, che comunque grazie ad un ottima precisione al tiro riesce a compensare l'attuale poca qualità sugli sci.

EUROPEI INVERNALI

Il 2024 è stato aperto subito da un'importante rassegna internazionale: si sono disputati gli Europei invernali, a cui l'Italia non è mancata!!
Partiamo con lo speed skating long track, in cui Davide Ghiotto conquista l'argento nei 5000m, la squadra di inseguimento si piazza terza e Francesca Lollobrigida stupisce con un terzo posto nella mass start (a soli 4 mesi dalla nascita del primo figlio Tommaso, che la ha anche accompagnata sul podio). Si prosegue poi con lo short track, in cui l'Italia trainata da Pietro Sighel chiude al secondo posto del medagliere. Il trentino vince sia i 500, che i 1000 che i 1500m, impresa mai riuscita a nessun europeo nella storia. Oro e argento anche nel 500m femminile con Elisa Confortola e Gloria Ioratti, che prendono argento anche nella staffetta femminile. Per concludere c'è il pattinaggio artistico, che chiude al primo posto nel medagliere con 2 ori (Beccari-Guarise nell'artistico, Guignard-Fabbri nella danza) e 2 bronzi (Ghilardi-Ambrosini nell'artistico, Matteo Rizzo nel singolare maschile).

UNO SGUARDO A CINQUE CERCHI

Gabriele Pelosi

TERZA PAUSA

SNOWBOARD PARALLELO

Un'Italia sempre più convincente conquista podi su podi in coppa del mondo! A Simonohe, Daniele Bagozza vince lo slalom, mentre arriva terza Elisa Caffont; a Pamporovo, Bagozza vince una strettissima finale davanti a Edwin Coratti; a Bad Gastein vince Maurizio Bormolini nel gigante, terza Jasmin Coratti; a Scuol vince Lucia Dalmasso di 1 centesimo davanti a Jasmin Coratti; a Carezza vince Bormolini davanti a Coratti con una strabiliante rimonta. La classifica generale vede Bagozza secondo, Coratti terzo e Bormolini quarto (solo una quarantina di punti tra i tre), con Bagozza che domina la specialità dello slalom davanti al coreano Lee Sang-ho. Nel femminile Lucia Dalmasso è quarta nella generale, ma nella classifica di gigante si trova a soli 40 punti dal primo posto, che le garantirebbe la prima sfera di cristallo della carriera.

SKELETON E SLITTINO

Arriva la prima vittoria in coppa del mondo nella storia dello skeleton italiano, con Amedeo Bagnis che vince la tappa di Sankt-Moritz. Prima vittoria seguita subito dalla seconda: nel circuito svizzero, Bagnis insieme a Valentina Margaglio dominano la staffetta mista, con quasi 1 decimo di vantaggio sulla coppia tedesca. Nello slittino numerosi i podi dell'Italia, che continua a portare atleti di ottimo livello nei doppi (misto, maschile e femminile). A livello individuale, invece, si segnala il terzo posto di Dominik Fischnaller a Sankt-Moritz, primo (e per ora unico) podio individuale della stagione della squadra azzurra.

PALLAVOLO

Durante due eccitanti campionati come quello maschile e femminile è tempo di coppa Italia. Nel femminile si giocheranno tra poco le semifinali, la prima tra Conegliano e Chieri, la seconda tra Scandicci e Milano (tutte nelle prime 5 in regular season). Nel maschile, invece, dopo due semifinali al cardiopalma (Trentino-Monza 2-3 e Perugia-Milano 3-2), la vittoria va a Perugia, che, nonostante perda il primo set a causa di qualche errore di troppo, domina nettamente contro Monza, che può solo arrendersi ad un 3-1. In campionato Trentino allunga sempre più sul resto del parterre, sarà la squadra da battere ai play off?

Tennis

Epoca d'oro per il tennis italiano. La vittoria di Sinner agli Australian Open porta il quarto titolo slam di sempre all'Italia. Approdato in finale con solamente un set perso in 6 partite (3-1 in semifinale contro Djokovic), l'altoatesino fatica a prendere il ritmo a Medvedev, che domina i primi due set. Ma Jannik non si arrende e con un gioco splendido torna a domare il campo, rimontando i set persi e chiudendo la partita sul 3-2. Grandissimi complimenti anche a Simone Bolelli e Andrea Vavassori, che nel doppio raggiungono la finale Slam, persa 2-0 contro Bopanna e Ebden (Numeri 1 al mondo nel doppio maschile). Nel femminile la migliore italiana è Jasmine Paolini, sconfitta agli ottavi di finale dall'emergente Anna Kalinskaya.

ANIMANIA

Chiara Guerini

TERZA PAUSA

NON CHIAMATECI PRIMITIVI

Per questo numero ho pensato di parlavi di alcuni animali particolari che Charles Darwin ha definito scherzosamente “fossili viventi”. Questi animali sembrano rimasti quasi gli stessi da milioni di anni.
Unici superstiti di gruppi antichi o così ben adattati nell’ambiente in cui vivono da non dover cambiare.
C’è da chiedersi come mai. Abbiamo imparato che l’evoluzione non si ferma; eppure ci sono forme di esseri viventi che, ad una prima occhiata, sembrano non essere cambiate da milioni di anni. Questi animali non sono semplici “eredi” delle creature che popolavano la terra migliaia di anni fa, ma hanno mantenuto integro e intatto il loro aspetto.
Per vari motivi questi esseri viventi non hanno avuto la necessità di evolversi o adattarsi ad un nuovo habitat e non si sono nemmeno estinti come i dinosauri. Alcuni studiosi ritengono che questi animali siano nati talmente avanzati e perfetti per l’ambiente in cui si sono sviluppati che non c’è stata necessita di cambiarli.
Ho scelto tre di questi “fossili viventi” da presentarvi in questo numero.
L’ornitorinco è un mammifero semi-acquatico, appartiene ai monotremi, ossia quei mammiferi che anziché partorire i propri cuccioli, come gli altri mammiferi, depongono le uova. L’ornitorinco vive nell’Australia orientale ed ha un fisico unico nel suo genere: ha piedi palmati, muso d’anatra con il becco privo di denti, corpo e coda coperti da pelliccia come un castoro. Il maschio ha uno sperone velenoso, cosa molto rara tra i mammiferi.
L’ornitorinco è dotato di due file di elettrorecettori che sono utilizzati per individuare le prede durante la caccia.
L’animale localizza la sua preda grazie al rilevamento dell’elettricità corporea che emette. Secondo un recente studio australiano i primi esemplari di monotremi sarebbero comparsi circa 130 milioni di anni fa nei pressi del Polo Sud.

La Lampreda è un animale acquatico che risale a più di 500 milioni di anni fa. Si tratta del vertebrato più antico del pianeta.
Vive in acqua sia dolce che salmastra e appartiene al gruppo di vertebrati più primitivo comparso sulla Terra.
Le lamprede anziché una mandibola e una mascella hanno un’apertura a forma di o, ricoperta di strutture simili a denti. La bocca è utilizzata per attaccarsi alle rocce o ai pesci di cui si nutrono. Può sembrare una struttura più primitiva rispetto alla nostra bocca, ma evidentemente non ha avuto bisogno di evolversi e funziona bene così com’è da milioni di anni.
Questi animali sono dotati di una saliva anestetica e anticoagulante. Sono etichettati come i “vampiri di mare” perché si nutrono quasi unicamente di sangue, di poco tessuto e carne prima di arrivare alla fonte primaria del loro ospite.
Le Lamprede, così orribili esteticamente, sembrerebbero però essere delle prelibatezze uniche. Già ai tempi dei Romani erano molto note e la loro fama di leccornie fu tramandata durante il Medioevo e fino ai giorni nostri. In Lettonia, Svezia e Finlandia fanno parte del patrimonio culinario.
La torta di Lampreda – Lamprey Pie, sin dal Medioevo è presente come piatto del banchetto reale nel giorno dell’incoronazione dei reali inglesi. La prelibata torta fu presente anche durante il banchetto di Elisabetta II.

ANIMANIA

Chiara Guerini

TERZA PAUSA

L’Hoatzin è un uccello tropicale che vive nelle paludi sudamericane, ha le dimensioni di un fagiano con una vistosa cresta piumata.
Questo animale ha una caratteristica unica tra gli uccelli: per digerire il cibo, lo trattiene nel gozzo dove viene fermentato da speciali batteri, in modo molto simile a quello dei ruminanti. La fermentazione del cibo nel suo sistema digestivo causa cattivo odore: per questo, l’hoatzin, è soprannominato “uccello puzzola”.
Nel 2015 una ricerca americana ha indicato che l'hoazin è l'ultimo membro sopravvissuto di una linea di uccelli che si è staccata da tutti gli altri circa 64 milioni di anni fa, poco dopo l'evento di estinzione di massa che fece sparire i dinosauri. Un tempo diffusi in tutto il mondo, oggi si trovano solo in Sud America, in Amazzonia e nel bacino dell’Orinoco.

Lampreda, Ornitorinco oggi sono a rischio di estinzione.
a causa dell’inquinamento, degli sbarramenti dei fiumi, della distruzione del loro habitat dagli incendi boschivi e della pesca illegale.
Questi animali sono rimasti in vita immutati e perfetti nonostante i cambiamenti climatici e le estinzioni di massa, ma oggi rischiano di scomparire perché non riescono a sopravvivere all’uomo.
È inevitabile riflettere: la salvezza del nostro pianeta passa principalmente da un’unica specie, la nostra. Gli esseri viventi di cui vi ho parlato sono un esempio di animali sopravvissuti immutati per migliaia di anni, ma che difficilmente continueranno a farlo senza il nostro aiuto. Per tutte queste specie la principale minaccia è l’uomo, l’essere che crediamo dotato dell’intelligenza più sviluppata.
Imparare a proteggere e difendere gli animali in via di estinzione è un dovere per tutti noi. Imparare a utilizzare senza distruggere è una necessità.

TERZO TEMPO

Muthomi Ferri

TERZA PAUSA

LAZIO DA SOGNO

La sera del 14/02/2024 rimarrà sempre nei cuori dei tifosi laziali, che hanno visto la loro squadra prevalere e vincere contro l'armata tedesca del Bayern Monaco. La squadra di Sarri gioca una partita di attesa poiché nella prima fazione di gioco il possesso palla è nettamente a favore dei bavaresi che però si lasciano scappare qualche sbavatura che la Lazio non riesce a concretizzare. Nel secondo tempo la squadra della capitale riesce ad emergere cercando combinazioni con Immobile, Felipe Anderson e Isaken ed è proprio quest'ultimo a procurarsi il rigore, trasformato poi da Immobile, e a causare l'espulsione di Upamecano. La partita, dunque, finisce uno a zero per la Lazio che adesso dovrà fare i conti al ritorno all'Allianz Stadium di Monaco contro Harry Kane e compagni che cercheranno in tutti modi di ribaltare il risultato dell'andata e riscattare una stagione che fino a qui non ha portato a nulla di buono.
Gioiscono invece i parigini del PSG che nella stessa serata vincono due a zero contro gli spagnoli della Real Sociedad: decisive le reti di Barcola e di Mbappé che ormai da diversi mesi è in stato di grazia. Mostruosa prestazione anche da parte di Ousmane Dembelè che attraverso numeri e passaggi filtranti semina il terrore nella trequarti spagnola.

ESPLORANDO IL MONDO

Javeria Batool

TERZA PAUSA

CAMINI DELLE FATE IN TURCHIA

Nel cuore della Turchia , nell'altopiano anatolico della Cappadocia, si ergono delle strutture così magiche che si credono opera di personaggi fiabeschi. Ma cosa sono?

Secondo una leggenda popolare i Camini delle Fate sono il risultato della casa delle fate, creature magiche che abitavano la regione secoli fa. Le fate, con la loro abilità magica, scolpivano le rocce per creare dimore sotterranee che servivano loro da rifugio. Tuttavia la gelosia degli dei avrebbe trasformato queste dimore in eleganti colonne di roccia, dando vita ai Camini delle Fate che vediamo oggi.
Altre leggende invece narrano che un profeta di passaggio in queste terre fosse rincorso dai soldati; l'uomo colto di sorpresa si diede ad un pianto dirotto, implorando Dio di trasformarlo in un uccello per salvarsi o in alternativa di trasformare in roccia i soldati. Il suo pianto commosse Dio che accolse la sua richiesta ed esaudì il suo secondo desiderio facendo nascere in questo modo i camini delle fate di Zelve.
Lontano dalla leggende sono le veri origini di queste rocce, che si ergono fino a 40m nel cielo. Sono il risultato di un processo geologico iniziato milioni di anni fa. Le eruzioni vulcaniche hanno coperto la regione di cenere, che in seguito si è solidificata in una roccia porosa e morbida chiamata tufo. L'erosione del vento, della pioggia e delle inondazioni ha scolpito queste distinte formazioni, lasciando indietro gli elementi più duri.
Le ciminiere delle fate erano e sono ancora abitate da cristiani perseguitati che cercavano rifugio in Cappadocia durante il periodo romano. Essi scavarono una rete di grotte, alloggi, chiese e stalle dalla roccia morbida, creando un'eredità storica e culturale unica.
Tra le più famose delle ciminiere c'è la Valle dei Camini delle Fate di Göreme, un vero paradiso per gli amanti della natura e degli appassionati di fotografia. I visitatori possono prendere parte a escursioni a piedi, in mongolfiera o persino a cavallo attraverso paesaggi surreali, ammirando da vicino le forme straordinarie delle rocce e lasciandosi incantare dalla magia del luogo.
Un altro posto in cui si possono osservare questi camini è il villaggio di Çavuşin,con il vicino Museo all'Aperto di Zelve che è sede di ciminiere delle fate e offre un ambiente pittoresco da esplorare, raggiungibile a piedi da Göreme.
I ristoranti e le locande nei dintorni dei Camini delle Fate offrono ai visitatori l'opportunità di gustare la deliziosa gastronomia turca. Piatti tradizionali come il kebab, il börek (una specie di pasta sfoglia ripiena) e il dolma (verdure ripiene) sono solo alcuni dei piatti che è possibile assaporare durante una visita ai Camini delle Fate.

CERCA LA PAROLA

Cerca all'interno di questo riquadro le parole a tema San Valentino. Possono essere in verticale, orizzontale o diagonale.

San Valentino

S	N	S	Z	U	L	P	W	Y	E	H	C	K	U
G	F	F	B	Z	X	C	Z	X	C	Z	L	R	Q
B	C	J	A	H	R	T	C	F	U	X	O	Q	I
G	I	L	C	U	B	O	Q	C	O	A	T	Q	J
N	O	E	I	K	U	H	S	K	R	O	S	S	O
T	C	T	O	K	W	F	E	E	E	L	X	F	Y
B	C	T	A	B	B	R	A	C	C	I	O	L	C
X	O	E	B	J	C	A	N	D	E	L	E	I	F
A	L	R	F	K	N	B	C	F	K	I	A	I	I
N	A	A	I	L	C	E	N	A	Q	I	T	S	O
E	T	W	L	V	C	O	P	P	I	A	Y	N	R
L	I	I	M	F	E	B	B	R	A	I	O	B	I
L	N	F	M	Y	U	A	M	O	R	E	X	T	T
O	I	R	E	G	A	L	O	X	L	Q	O	A	M

abbraccio
amore
anello
bacio
candele
cena
cioccolatini
coppia
cuore
febbraio
film
fiori
lettera
regalo
rose
rosso

PAUSA CAFFÈ

Francesca Bugatti

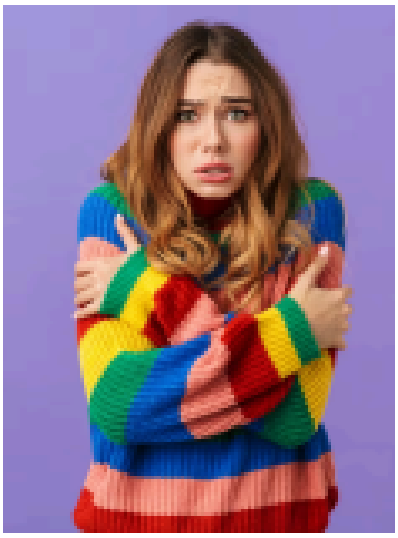
TERZA PAUSA

INDOVINA IL TITOLO DELLA CANZONE

Indovina il titolo delle canzoni d'amore osservando le immagini (se vuoi puoi provare ad indovinare anche l'autore). Sopra ad ogni immagine troverai una parentesi con dei numeri: quelli prima della virgola specificano il numero di lettere del titolo, quelle dopo l'autore. Le canzoni possono essere italiane e inglesi.

1. (1 4 6 4 3, 7 7)

2. (7, 7 e 6)



3. (5 3, 5 4)

PAROLIAMO

Riordina le lettere per trovare la parola nascosta

D	O	C	P	I	U

A	P	C	O	P	I

R	U	P	O	O	F	M