

N.10 FEBBRAIO 2020



Associazione Elda Mazzocchi Scazzella

Enza?

**Periodico
domusnovese**

AGENDA

16/11/1969
GIORGIO BONO
DOMUSNOVAS

SPELEO 1969/70
SPEL club
DOMUSNOVAS

COMPONENTI

- 1) MEDROS GIORGIO
- 2) STERI CARLETTO
- 3) PIBIRI VLADIMIRO
- 4) NASEDAI ANGELO
- 5) DE MARCHI MAURIZIO

ANNULLATA

GRAFICA: Manuele Mura

GIORNALISTI:

Maria Giovanna Dessì

Francesca Locci

Silvia Collu

Giuseppe Pintus

Claudia Cau

Prof.ssa Marta Putzulu

Maria Giovanna Carta

Erica Pintus

Elisa Pinna

Federica Conti

Veronica Porcu

Prof.sse P. Cacciarru e M.R.

Todde

Daniele Pintus

Federica Locci

Stefania Orrù

Eleonora Carta



In COPERTINA:

i primi 50 anni del gruppo speleo di Domusnovas. Speleo Club

Editoriale

Cari lettori, bentornati e benvenuti nel numero 10 del periodico Einza che ha l'obiettivo principale di festeggiare i primi 50 anni del gruppo speleo di Domusnovas. L'immagine dell'agenda in copertina, foto inserita all'interno della mostra per questo traguardo e gentilmente concessaci dallo Speleo Club, ci racconta questo importante pezzo di storia del nostro paese.

L'inaugurazione della loro mostra

protagoniste di questi 50 anni. Apprendere direttamente da loro, che le grotte le hanno vissute, i segreti e le magie del mondo sotterraneo.

Lo speleo club nasce da 5 giovani adolescenti nel lontano ottobre del '69 e ad oggi ha scoperto, esplorato e documentato ben 550 grotte. Angelo Naseddu, attuale presidente del club è stato per 20 anni presidente della Federazione Speleologica

L'immagine dell'agenda in copertina, foto inserita all'interno della mostra per questo traguardo e gentilmente concessaci dallo Speleo Club, ci racconta questo importante pezzo di storia del nostro paese.

"Cinquant'anni in immagini" allestita nei locali del vecchio mulino "Sa Ferraria" per dieci giorni e inaugurata il giorno 8 febbraio proponeva le foto più significative dell'attività associativa. La bellezza di quelle giornate era poter parlare con le persone

Regionale (lo Speleo Club Domusnovas è tra i fondatori) e anche vice di quella nazionale. Potevamo non dedicare loro la copertina?

In questo numero, veramente ricco, vi

proponiamo una sintesi fotografica dei principali eventi svolti a Domusnovas in questi mesi: Is Animeddas, La mostra fotografica della FIDAS e la raccolta del sangue del mese di dicembre, gli eventi organizzati dall'Associazione "Sorrìdi e Vivi" e dallo Speleo Club, con il patrocinio dell'amministrazione comunale, dedicati ai festeggiamenti dell'epifania; la fiera del libro sardo organizzata da Circhiola; la festa di inizio dei lavori nel giardino possibile di



Inaugurazione giardini, 12 febbraio 2020

Domusnovas.

Noi Elde, grazie soprattutto all'impegno di Emilia Cadoni e Silvia Collu, e alla collaborazione di Casa Emmaus, abbiamo portato avanti il progetto da tanto sognato della casa di babbo natale e, ad un anno dal gemellaggio con "Il villaggio della madre e del fanciullo", abbiamo inaugurato la targa dedicata alla signora Elda che è stata affissa fuori dalla biblioteca "G.Pellegrini", proprio dove sorgeva la "Casa del Bambino". Dopo l'esperienza di Laura Farris nel progetto FQTS (Formazione Quadri Terzo Settore), che lo scorso anno aveva portato avanti l'idea di "Domusnovas Paese Possibile" una nuova volontaria e collaboratrice Veronica Porcu prosegue il progetto formativo, portando il nostro paese e la nostra associazione in un contesto nazionale. Con grande orgoglio

ospitiamo poi un articolo della dirigente scolastica prof.ssa Marta Putzulu e della vice preside e nostra socia volontaria Maria Giovanna Carta, insieme a loro il racconto di tre scuole materne del paese: "La Scuola Statale F.Meloni", "Il Piccolo Mondo" e "La fiaba". Diamo anche il benvenuto all'Istituto IPIA Galileo Ferraris di Iglesias!

I Libri continuano ad essere protagonisti con un articolo che ci parla dell'importanza della lettura, due recensioni "Piccole Donne" e "Madre Ombra", la presentazione del libro "La vita e tutto il resto", l'imminente Fiera del Libro di Iglesias e lo spettacolo teatrale "Conchiattu" basato sull'omonimo libro di Salvatore Baldino. Lo spazio dedicato alla cultura generale ci parla delle "Giornate della prevenzione" organizzate da "DomusNostras", dell'associazione ABC Dislessia Onlus, della manifestazione "Mi illumino di meno", dell'inquinamento dei mari causato dalla plastica e di un prontuario su come conservare i cibi. Poteva mancare la ricetta del mese?



IS ANIMEDDAS, 31 ottobre



"Librorum", Fiera libro Sardo dal 13 al 15 dicembre 2019

Assolutamente no, ma per scoprirla dovrete prima leggere tutti gli altri articoli! E se gli ultimi sono veramente i primi tantissimi complimenti al nostro concittadino Nicola Fonnesu, pasticcere dell'anno!

Quando vi dicono che a Domusnovas non succede niente non credeteci, dite piuttosto a queste persone di partecipare maggiormente a ciò che con cura e dedizione viene organizzato da tutte queste associazioni di cui leggerete nelle prossime pagine. Buona lettura. **Maria Giovanna Dessì**

GIORNALISTI:

Sara Pintore
 Roberta Matta
 Silvia Maccioni e Susanna Casti
 Maria Grazie Solinas
 Elisa Manis
 Scuola dell'infanzia F.Meloni
 Scuola dell'infanzia Piccolo Mondo
 Scuola dell'infanzia La Flaba

IN QUESTO NUMERO

2
EDITORIALE

di Maria Giovanna Dessì

5
EVENTI6
UNA TARGA PER ELDA

di Francesca Locci

8
CASETTA DI BABBO NATALE

di Silvia Collu

10
#SUPERMARIO2020 IL CARRO

di Giuseppe Pintus e Claudia Cau

12
UN LOGO PER LA SCUOLA

di Pro.ssa Marta Putzulu

13
#IOLEGGOPERCHÈ

di Maria Giovanna Carta

14
M'ILLUMINO DI MENO

di Elisa Pinna

16
LEGGIAMO INSIEME

di Erica Pintusi

17
UN MONDO DI PLASTICA

di Federica Conti

18
FQTS 2020

di Veronica Porcu

19
ASS. ABC DISLESSIA ONLUS

di Veronica Porcu

20
BULLISMO E CYBERBULLISMO

di Prof.sse P. Cacciarru e M.R. Todde

22
COME CONSERVARE I NOSTRI CIBI

di Daniele Pintus

24
PICCOLE DONNE

di Federica Locci

25
GIORNATE DELLA PREVENZIONE

di Francesca Locci

26
MADRE OMBRA

di Stefania Orrù

26
MADRE OMBRA

di Stefania Orrù

27
FIERA DEL LIBRO DI IGLESIAS 2020

di Eleonora Carta

28
LA VITA E TUTTO IL RESTO

di Sara Pintore

29
IL PREMIO

di Maria Giovanna Dessì

30
LA PAROLA ALLE SCUOLE

cura di Scuola dell'Infanzia Statale F. Meloni, Scuola dell'Infanzia Piccolo Mondo, Scuola dell'Infanzia La Fiaba

34
LO SPETTACOLO TEATRALE CONCHIATTU

di Maria Giovanna Dessì

35
ZUPPA DI FARRO E LENTICCHIE

di Roberta Matta

EVENTI

Foto Notizie



FESTEGLIAMO LA BEFANA, 5 e 6 gennaio 2020 a cura di Associazione Sorridi e Vivi e Speleo Club Domusnovas con il patrocinio dell'amministrazione comunale



INAUGURAZIONE DELLA MOSTRA FOTOGRAFICA "LOVE LOSS AND LAUGHTER" a cura di Fidas Domusnovas, 5 E 6 DICEMBRE 2019





UNA TARGA PER ELDA

INAUGURATA IL 30 DICEMBRE 2019

Dal 30 dicembre 2019 sulla facciata della “Biblioteca comunale G.Pellegrini” è presente una targa commemorativa in memoria di Elda Mazzocchi Scarzella. Fortemente voluta dall’omonima associazione, nata nel 2016 dall’idea di cinque madri, la targa ha lo scopo di rendere omaggio alla figura di questa grande donna, arrivata a Domusnovas nel 1922 per seguire il marito, l’Ingegnere Enzo Scarzella; non è casuale il luogo in cui è stata affissa, ovvero dove un tempo

sorgeva “La Casa del Bambino”, l’asilo fondato nel 1933 dalla pedagoga. Tante le persone che hanno deciso di onorare Elda: l’Amministrazione Comunale, guidata dal Sindaco Massimiliano Ventura, che ha ricordato l’enorme contributo che la signora Scarzella ha dato a Domusnovas, le varie associazioni locali, la Banda Musicale Pietro Mascagni che ha accompagnato la cerimonia di commemorazione, cittadini comuni e asili del paese. “Elda è stata il cambiamento che

voleva vedere nel mondo”. Queste sono state le parole pronunciate dalla Prof.ssa Marta Putzulu, preside dell’Istituto comprensivo F.Meloni. Ha fondato un asilo per bambini che non erano i suoi, organizzando feste per racimolare il denaro sufficiente per la costruzione; ha continuato la sua opera di benefattrice a Milano dando supporto alle madri in difficoltà e istituendo il “Villaggio della Madre e del Fanciullo”. Elda ha fatto tutto ciò per un motivo: la voglia di fare del bene



e di aiutare il prossimo in modo disinteressato. Non sappiamo se avrebbe apprezzato la targa in sua memoria, ma sappiamo che tutti noi possiamo fare nostro il suo esempio di vita ed essere “il cambiamento che vogliamo vedere nel mondo”. Ma, in particolare modo, non potremmo mai finire di ringraziare Elda per essersi presa cura di un paese che non era suo, un paese che non ha mai dimenticato durante la sua lunga ed intensa vita. Grazie Elda.

Francesca Locci

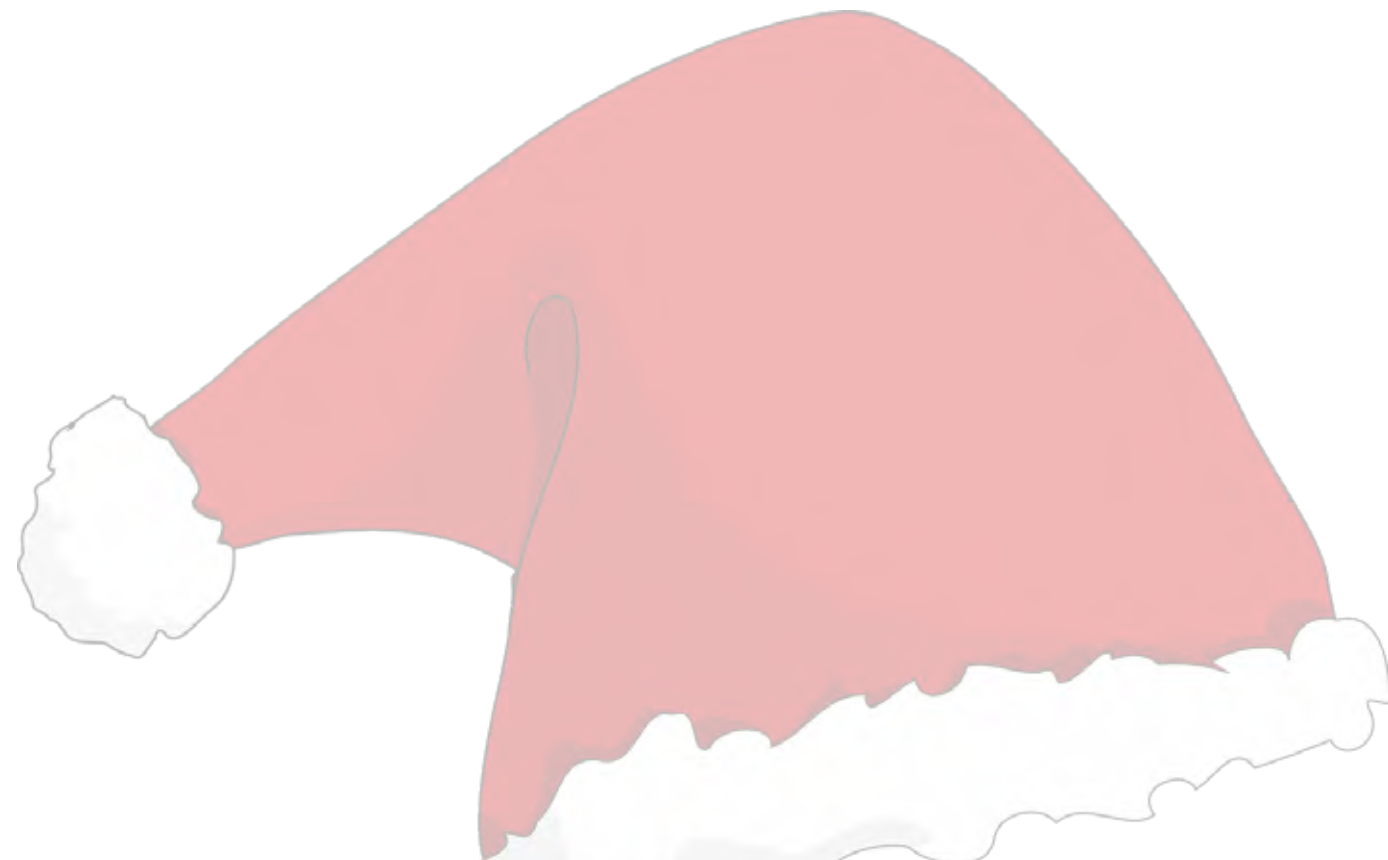
“Quando muore il corpo sopravvive quello che hai fatto, il messaggio che hai dato”.



Una targa per ricordare l'opera di
Elda Mazzocchi Scarzella

30 DICEMBRE 2019
ORE 10:30
BIBLIOTECA G.PELLEGRINI





CASSETTA DI BABBO NATALE

I LABORATORI DI CUCINA, RADIO, LETTURA IN ATTESA DI BABBO NATALE

Da poco più di un anno, l'amministrazione comunale ha realizzato un importante desiderio. Infatti, all'associazione Elda Mazzocchi Scarzella è stata assegnata una sede. Si tratta del locale che sovrasta il porticato, del parco Scarzella, il luogo che porta il nome di colei che ci ha ispirato tanto e continua a farlo. Dalle "pulizie di inaugurazione", ai piccoli progetti per rendere più accogliente un ambiente che per un lungo periodo era adibito ad attività diverse la sede è divenuta da subito

il punto di ritrovo per accogliere i bambini nei nostri laboratori. Le grandi vetrate, il tetto in legno e l'assenza di tramezzi la rendono somigliante ai magazzini che in America vengono trasformati in abitazioni, seppure di dimensioni molto ridotte. Ed è proprio la sua versatilità ad aver ispirato un romantico progetto natalizio: la casetta di babbo Natale. L'idea nasce al termine della stagione estiva 2019, ma prende forma solo a metà novembre. Con il locale libero da ingombri e le pareti fresche

di tinta grazie alla collaborazione della comunità uomini di "Casa Emmaus", sono gli stessi educatori e utenti a offrirci di costruire un finto camino con i mattoni rossi a vista regalando alla sala il tipico tepore accogliente che sa di casa. Così, correre ad acquistare l'albero di Natale, le nuove tende, i fili d'oro e d'argento, il tappeto rosso e un piccolo calendario dell'avvento, tra risate stanchezza emozioni e soddisfazioni si realizza in modo concreto il nostro progetto immaginario.

Tutto è pronto, possiamo accendere le luci. E' perfetto. Tra i primi laboratori protagonisti all'interno della casetta, contiamo ad ogni incontro circa 16/18 partecipanti, tra cui un cospicuo gruppo di preadolescenti. L'associazione culturale teatro impossibile inaugura il progetto, coinvolgendo i bambini nell'invenzione, costruzione e narrazione di una storia con l'ausilio delle tecnologie di podcasting. L'intero montaggio viene trasmesso a distanza di circa 3 settimane tramite canale radiofonico. A distanza di sette giorni ci troviamo in compagnia di Stefania Pinna, cuoca, gastronomo, nonché titolare del Biki Biki sisters di Iglesias, la quale collab-

disegni e letterine, e le mani appiccate di colla e brillantini. La macchina per i pop corn era sempre in funzione, si svolgevano partite di memory, e si giocava a uno. Si chiacchi-erava tanto.

Ripensarci scalda il cuore. Grazie.

"Silvia Collu



"Non importa cosa trovi sotto l'albero, ma chi trovi intorno."

Stephen Littleword

ora gestendo un impeccabile laboratorio di cucina a tema natalizio. L'associazione "mani in pasta" si unisce al nostro focolare deliziandoci con i suoi dolci mentre un gentile e accogliente babbo Natale custodisce desideri e letterine dei nostri bambini. Il 15 dicembre Nico Grillo occupa la poltrona di babbo Natale interpretando.... e incantando i piccolini che ascoltano le sue mille e una storia dal magico tappeto. La sera del 21 dicembre Le ragazze della redazione del nostro giornalino E Inzà? hanno organizzato un laboratorio sulle tradizioni del Natale passando dalla Germania dirette verso l'Argentina in compagnia dei Re Magi e delle renne. E' Il 23 dicembre quando la piccola comunità di ragazze siriane ci trasporta nella sua terra condividendo la cultura del Natale attraverso racconti e fotografie e offrendo dei cibi tipici. La casetta di babbo Natale è stata teatro di variegate attività. Il pavimento era costantemente cosparso di briciole di biscotti, le pareti tappezzate di





#SUPERMARIO 2020 IL CARRO

L'IDEA

Ciao a tutti, sono qua a raccontarvi come è nato il progetto del carro "Super Mario 2020". Assieme al mio "inseparabile socio" Fabrizio Littera abbiamo pensato che sarebbe stato bello creare una squadra con un unico scopo: "L'unione del paese". Così con un po' di coraggio ho chiamato tantissime associazioni, che hanno aderito in maniera positiva alla nostra proposta e abbiamo iniziato questa fantastica avventura. Avendo una bimba di 4 anni, che frequenta la scuola dell'infanzia,

ho avuto la fortuna di capire cosa potesse piacere ai bimbi quest'anno in corso e l'idraulico più famoso dei videogiochi ha catturato la nostra attenzione. La squadra che ha partecipato fisicamente alla costruzione del carro, oltre ai noi due, era composta da Roberto Corda, Gianni Congiu, Angelo Dessi, Luca Melis e Sandro Lai che non smetteremo mai di ringraziare per l'aiuto; mentre le associazioni che hanno finanziato il carro sono: la Domusnound, Il Piccolo Mondo, La Fiaba, le

scuole di ballo di Marco Ortu, Noemi Corda e Sara Desogus, l'Associazione Elda Mazzocchi Scarzella, l'Oratorio Sant'Ignazio da Laconi, l'Oratorio San Domenico Savio e Il Comitato Difesa Cultura e Tradizioni Locali. Più passavano i giorni e più l'atmosfera attorno a noi era fantastica. Tutto il gruppo aveva una elettricità addosso e trasmetteva felicità alle persone che ci circondavano, tanto da coinvolgere sempre più persone come Casti Creazioni per il legname, il Consorzio



Natura Viva per il ferrame e BioSarda per il locale; insomma ognuno nel suo piccolo ha contribuito alla felicità del paese. Nel pochissimo tempo a disposizione, abbiamo notato che la voglia di festeggiare insieme il carnevale era tanta e questo ci ha permesso di andare avanti. Terminato il carro l'ansia ha invaso i nostri pensieri ed è svanita proprio il giorno della sfilata quando tantissime persone, grandi e piccini, hanno partecipato al corteo che da Piazza Indipendenza è arrivato in Piazza Matteotti contribuendo alla realizzazione del progetto. Un ringraziamento a tutta Domusnovas per aver partecipato con noi a questa avventura, aver visto la felicità stampata nei volti dei bimbi ci ha ripagato di tutto il lavoro fatto.

Giuseppe Pintus

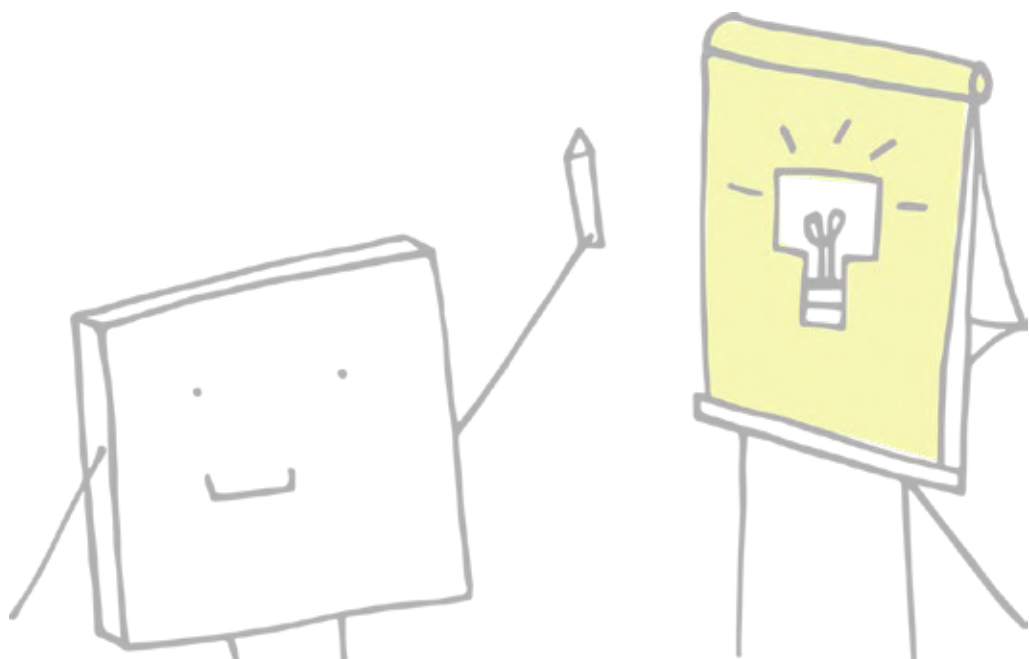
GLI EVENTI COLLATERALI

Anche quest'anno in previsione del Carnevale Domusnovese, noi dell'associazione Vaghi abbiamo deciso di partecipare attivamente all'organizzazione. In collaborazione con l'associazione hobbisti e il supporto di diversi sponsor, abbiamo pensato a come poter inventare un carnevale diverso e divertente. Divertente prima di tutto, perché per noi, il carnevale è il momento in cui lasciare alle spalle dispiaceri, delusione e tristezza e iniziare un nuovo anno ricco di gioia, divertimento, solidarietà, amicizia e condividere queste emozioni con il nostro paese e per il nostro paese, grandi e piccini. Gli eventi organizzati in occasione della sfilata svolta domenica 23 febbraio 2020 sono stati: la pentolaccia, i premi per la maschera più belle e più simpatica e la festa animata dai deejay. La pentolaccia è stata ricca di premi e un momento di

grande felicità per tutti, così come l'elezione della maschera più bella e di quella più simpatica. Ha concluso alla grande la serata, una bella festa in piazza animata dalla musica di diversi Deejay. L'organizzazione del carnevale Domusnovese è stata possibile grazie alla collaborazione di diverse persone e associazioni che si adoperano per il bene del paese e credono che Domusnovas possa essere un paese regni la Condivisione, la Felicità e la Serenità. L'associazione "I vaghi" sono sempre pronti a collaborare e condividere eventi con le altre associazioni e il patrocinio del Comune per il bene comune che per noi è Domusnovas. Ringraziamo tutti per la grande partecipazione e per la grande collaborazione. Grazie Domusnovas.

Claudia Cau per I Vaghi





UN LOGO PER LA SCUOLA

PICCOLE INIZIATIVE PER GRANDI ALUNNI

L'esito del Concorso più atteso dell'anno è finalmente arrivato: Giulia Meli, frequentante la classe 3B della Scuola Secondaria di I grado di Villamassargia, con il punteggio di 55/60, si è aggiudicata il primo premio di "Un logo per la Scuola" e ha donato al nostro Istituto un'immagine nella quale riconoscersi ed identificarsi. L'idea di Giulia è semplice ma efficace, sintetica ma ricca: un triangolo per ricordare i nostri tre Comuni (Domusnovas, Villamassargia e Musei) e tre iniziali, "D", "V" ed "M" che diventano elemento grafico all'interno del triangolo stesso. I tre colori utilizzati, giallo, rosso e verde sono, per la nostra alunna Giulia, sinonimi di luce (il bel sole della Sardegna), energia (l'entusiasmo dei nostri giovani alunni) e natura (il bel

verde dei nostri tre Comuni).

Al Concorso son stati presentati ben 120 elaborati che son stati poi giudicati dalla Commissione Esaminatrice composta dalla Dirigente Scolastica, Prof.ssa Marta Putzulu, l'esperta dell'ambito artistico, Dott.ssa Emiliana Sabiu, e la Vice-Preside, Dott.ssa Maria Giovanna Carta. Ad ogni elaborato è stato poi attribuito un punteggio in sessantesimi in base ai quattro criteri di valutazione: aderenza al tema, impatto visivo, originalità e uso delle tecniche espressive. Con il Concorso, l'idea era quella di donare al nostro Istituto un'immagine che fosse la rappresentazione grafica di coloro che lo vivono tutti i giorni, i nostri alunni, e si voleva comunicare

all'utenza, attraverso un logo, il fatto di essere una realtà complessa ma unica. Con l'idea di Giulia ci siamo riusciti. Grazie Giulia per questo bel regalo!

Prof.ssa Marta Putzulu



colpevole e il movente. In un clima di curiosa partecipazione, i bambini sono riusciti a porre domande interessanti, proporre ipotesi più o meno verosimili e, infine, a svelare il colpevole.

Nell'ambito dello stesso avvenimento iniziative analoghe sono state portate avanti anche nelle scuole di Villamassargia e nella Scuola dell'Infanzia di Domusnovas.

Purtroppo l'evento non ha vinto il premio finale di 1500 euro riservato ai 10 contest più partecipati e originali, ma ha riportato comunque una vittoria importante nella piacevolezza del pomeriggio e nell'incremento dei libri per la biblioteca di classe

Maria Giovanna Carta

#IOLEGGOPERCHÈ

invito alla lettura con delitto

#IOLEGGOPERCHÈ' è un avvenimento nazionale, partito nel 2015, volto a promuovere libri e lettura. La formula originale, che prevedeva le figure dei messaggeri, aventi il compito di distribuire libri tra le loro conoscenze, si è modificata con il tempo arrivando, giustamente, a coinvolgere sempre più gli studenti. Attualmente l'evento prevede che le scuole aderenti, appartenenti a tutti i gradi di istruzione, organizzino un evento per la promozione della lettura in collaborazione con una libreria, che lo pubblicizzino attraverso più canali e prevede la possibilità di incrementare le biblioteche scolastiche sia grazie ai libri acquistati durante gli eventi che con la vittoria al contest di dieci tra le scuole che scelgono di partecipare.

La classe 4A dell'Istituto Comprensivo "F. Meloni", guidata dalla sottoscritta, ha partecipato con un contest dal titolo "Invito alla lettura con delitto", in collaborazione con la libreria Mondadori di Iglesias. Traendo spunto dalla passione per la narrativa gialla e poliziesca, il 22 Ottobre, presso lo spazio teatro della sede di Scuola Primaria di via Cagliari è stato organizzato un pomeriggio, aperto sia agli studenti che alle famiglie, in cui musica, narrativa e teatro hanno dato vita ad un mix coinvolgente e partecipato. L'incontro è stato

aperto, chiuso e accompagnato dalla chitarra e dalla voce del musicista Fabio Concu, che dal vivo ha ricreato, con un repertorio jazz e swing, le atmosfere degli anni '20 e '30 del secolo scorso, quelli d'oro del libro giallo. Successivamente, la scrittrice Giuliana Carta, nelle vesti di una moderna Sherlock Holmes, ha illustrato al pubblico le caratteristiche della narrativa poliziesca, prestandosi a rispondere alle domande, sempre imprevedibili, dei bambini. Infine, alcuni genitori e alcuni membri del gruppo teatrale dell'Associazione Apriti Sesamo si sono prestati a portare in scena una piccola drammatizzazione con omicidio; è spettato poi agli alunni dell'Istituto scoprire il





M'illumino di Meno. è un'iniziativa simbolica finalizzata alla sensibilizzazione al risparmio energetico, lanciata nel 2005 dalla trasmissione radiofonica Caterpillar di Rai Radio 2. Nel 2008 Hans-Gert Pöttering, presidente del parlamento europeo, ha dichiarato il riconoscimento dell'iniziativa considerandola "un evento che ha un valore simbolico ed un effetto tangibile".

M'illumino di Meno è un'iniziativa simbolica finalizzata alla sensibilizzazione al risparmio energetico, lanciata nel 2005 dalla trasmissione radiofonica Caterpillar di Rai Radio 2 condotta da Massimo Cirri e Filippo Solibello. Nel 2008 Hans-Gert Pöttering, presidente del parlamento europeo, ha dichiarato il riconoscimento dell'iniziativa considerandola "un evento che ha un valore simbolico ed un effetto tangibile".

Anche le amministrazioni locali partecipano a questa iniziativa simbolicamente le luci di monumenti ed uffici pubblici negli orari previsti.

Tra i luoghi e i monumenti più importanti rimasti al buio vi sono il Duomo di Milano, il Colosseo, l'Arena di Verona, Piazza San Marco a Venezia oltre a numerose altre piazze italiane.

All'estero sono state spente, tra le altre, le luci della Torre Eiffel a Parigi, della Custom House a Dublino e del Foreign Office a Londra.

La manifestazione, benché di breve durata,

ha ottenuto un riscontro effettivo in termini di risparmio energetico. Secondo quanto riportato da Terna, la società responsabile della trasmissione di energia elettrica in Italia, nei minuti successivi l'avvio dell'iniziativa si è verificato un sensibile calo dei consumi. Il fabbisogno istantaneo di energia registrato è stato di circa 300 MW inferiore nel 2007 e di oltre 400 MW nel 2008!

L'edizione di questo 6 marzo 2020 è dedicata ad aumentare gli alberi, le piante, il verde intorno a noi.

Sono decine i Comuni e le aziende che stanno piantando alberi: Forestazione Urbana, Corridoi Verdi. 3 milioni di alberi saranno piantati a Milano entro il 2030. Le comunità Laudato si' planteranno 60 milioni di alberi, uno per ogni italiano, a partire dall'Insegnamento di Papa Francesco.

Piantano alberi intorno alle chiese nella diocesi Ambrosiana, piantano alberi le aziende che credono nella green economy, ha piantato 350 milioni di alberi in un giorno solo l'Etiopia!

Perché piantare alberi? Perché gli alberi si nutrono di anidride carbonica!

Gli alberi sono lo strumento naturale per ridurre la principale causa dell'aumento dei gas serra nell'atmosfera terrestre e quindi dell'innalzamento delle temperature.

Gli alberi e le piante emettono ossigeno, filtrano le sostanze inquinanti, prevengono l'erosione del suolo, regolano le temperature.

Gli alberi sono macchine meravigliose per invertire il cambiamento climatico. Per frenare il riscaldamento globale bisogna cambiare i consumi, usare energie rinnovabili, mangiare meno carne, razionalizzare i trasporti. Tutti rimedi efficaci nel lungo periodo. Ma abbiamo poco tempo e il termometro globale continua a salire.

Chiunque può aderire piantando uniglio, un platano, una quercia, un ontano o un faggio ma anche un rosmarino, un ginepro nano, una salvia, un'erica: tutto quello che si può piantare su un balcone. Sul davanzale un geranio. E maggiorana, basilico, timo e prezzemolo: un giardino sulla finestra.

Piantate viole del pensiero, ortensie e petunie in un vaso appeso alla parete. Piantate erba gatta.

Dall'inizio di M'illumino di Meno il mondo è cambiato. L'efficienza energetica è diventata un tema economico rilevante. Spegner le luci e testimoniare il proprio interesse al futuro dell'umanità resta un'iniziativa concreta, non solo simbolica, e molto partecipata. Quest'anno, il 6 marzo 2020, spegniamo le luci e piantiamo un albero. Un albero fa luce!

Elisa Pinna



INSIEME

qualche idea per creare futuri lettori

Spesso ci lamentiamo che i giovani d'oggi non leggono, che i bambini preferiscono intrattenersi con un bel video su youtube anziché leggere un bel libro, magari un classico come "Piccole Donne" o magari "Cuore". Leggere è un'attività importantissima soprattutto per i più piccoli perché permette di sviluppare e implementare le

facoltà di linguaggio. Permette di sviluppare l'empatia e grazie ad essa di costruire delle particolari connessioni neurali per cui immagazziniamo le storie lette e addirittura siamo in grado di assimilare le strategie di problem solving utilizzate dai protagonisti e farle nostre. Capita genitori e insegnanti utilizzino la strategia dell'obbligo per far sì che

i ragazzi leggano, non rendendosi conto che l'imposizione non porta ad amare la lettura ma ad odiarla in maniera viscerale, perciò cosa si può fare per creare bambini e quindi adulti che leggono? Per prima cosa bisognerebbe iniziare a pensare che essere lettori è un viaggio che inizia fin da piccolissimi, molto prima di essere in grado di imparare a leggere e come tutti i percorsi ha bisogno di un'educazione. Non a caso esistono dei libri tattili di ogni forma e colore che sono pensati per i bambini a partire dai sei mesi in poi. Esistono albi illustrati con solo le immagini che permettono ai più piccoli di seguire una storia visiva e man mano che sono in grado di parlare e fare un discorso possono inventare loro come andrà a finire esistono anche libri interattivi che coinvolgono il bambino invitandolo a battere o soffiare sulla pagina per poi scoprire gli effetti delle loro azioni nella pagina successiva, come ad esempio i lavori del grande artista Hervé Tullet. Un altro elemento essenziale è l'esempio, mi spiego: se vogliamo che il nostro bambino acquisisca



familiarità coi libri dobbiamo noi a nostra volta avere familiarità, perché se ci facciamo vedere immersi in una buona lettura e realmente coinvolti saranno loro a chiedere se possono leggere quello che stiamo leggendo e da lì siamo a metà strada per la creazione di un futuro lettore. Ultimo ma non meno importante è la gratuità del leggere mi spiego, si suppone che leggere sia un'attività che compiamo perché ci dà gioia e non perché dopo ci si aspetta qualcosa da noi, perché è in quell'esatto momento che tutti i nostri sforzi perdono la loro efficacia, così come sarebbe meglio evitare di scegliere i testi che i nostri figli leggeranno, un conto se non approviamo la scelta per i contenuti non appropriata all'età un altro conto è se il testo non ci sembra sufficientemente di cultura. Tengo a precisare che queste pratiche possono non funzionare per tutti, perché può capitare che nonostante tutte i buoni esempi di questo mondo il ragazzo odia proprio leggere, ma la differenza sta sempre l'averci provato..

Erica Pintus



UN MONDO DI PLASTICA

È entrata così tanto nella nostra vita che ormai è difficile pensare ad una cosa che non la contenga: stiamo parlando della plastica. Nello scorso anno l'umanità ha prodotto oltre 310 milioni di tonnellate di plastica e se la produzione dovesse continuare in questo modo, la plastica potrebbe raggiungere i 34 miliardi di tonnellate prodotte nel 2050. L'inquinamento causato dalla plastica è un problema reale, grande e purtroppo sottovalutato da molte persone. Con 'inquinamento' si intende la dispersione e l'accumulo dei prodotti plastici che causano problemi al suolo, agli oceani, all'aria, ai fiumi, laghi, alla flora e alla fauna. È un'emergenza globale di cui tutti noi siamo responsabili: dai cittadini alle istituzioni, dalle scuole alle imprese; le nostre azioni quotidiane e le nostre abitudini hanno un impatto sulla natura. Si pensi che nel nostro mare la plastica rappresenta il 95% dei rifiuti in mare aperto, sui fondali e nelle spiagge e invece a livello globale sono 700 le specie marine minacciate dalla plastica e ogni anno muoiono 100 milioni di animali marini, intrappolati dalla plastica o ingerendola. Ciò vuol dire che per ogni minuto che

passa viene gettato in mare l'equivalente di un camion di plastica. Negli oceani si sono sviluppati i cosiddetti 'trash vortex' delle vere e proprie isole composte da plastica grandi anche due volte la superficie della Francia. Sono state promosse politiche di riduzione e riciclo della plastica ma a cosa serve se siamo i primi a non fare nulla?! Noi abbiamo il dovere di dare una mano: non costa niente andare in spiaggia e raccogliere plastica e spazzatura (generale) che vediamo a terra. Oltre a fare un passo avanti, non avremo le spiagge deturpate (spiagge che sono state deturpate da incivili). Ma possiamo fare di più: Evitiamo di usare piatti, bicchieri, cannuce, posate e buste della spesa in plastica. Prediligere l'acquisto di detersivi/saponi sfusi, così eviteremo altra plastica. Usare pannolini/assorbenti lavabili ed evitare di continuare ad inquinare l'ambiente, se ci riusciamo. Infine, potremmo evitare di comprare giorno per giorno bottiglie d'acqua in plastica, come alternativa potremmo usare bottiglie in vetro o in acciaio inossidabile e riempirle da una fontana o semplicemente dal rubinetto! In questo modo non solo avremmo evitato di sprecare enormi quantità di plastica (in Italia beviamo 8 miliardi di bottiglie d'acqua) ma avremmo anche risparmiato qualche soldo! Ovviamente ci sono altre cose che potremmo fare per aiutare a contenere l'inquinamento della plastica, questa è solo una mini lista. Ricordiamo di rispettare l'ambiente!

Federica Conti





Dal 24 al 27 Gennaio a Salerno, grazie all'Associazione Elda Mazzocchi Scarzella, ho iniziato il percorso formativo FQTS (Formazione Quadri Terzo Settore), promosso da Forum terzo Settore, CSVnet e realizzato con il sostegno della Fondazione CON IL SUD. L'obiettivo generale è quello di rafforzare e formare gli Enti di Terzo Settore (ETS), prestando particolare attenzione alle Regioni del Sud Italia. Mi piace riassumere la prima sessione formativa del percorso FQTS con delle parole chiave: COMUNICAZIONE, PARTECIPAZIONE, RELAZIONE E CONFRONTO. Le prime quattro giornate formative sono state intense, faticose ma hanno permesso ai partecipanti delle diverse linee formative FQTS di incontrarsi, conoscersi, mettendosi in gioco e in discussione con la consapevolezza che grazie a questi ingredienti, è possibile promuovere la propria crescita personale, professionale e di comunità. Il percorso formativo prevede lo sviluppo di un'idea progettuale tramite il proprio ETS, con la possibilità di scegliere tra diverse linee formative. Ho scelto la linea formativa "Territorio e co-programmazione sociale". Questa linea ha come obiettivo quello di ribaltare la visione tradizionale della progettazione nel sociale. Non sarà l'ETS a promuovere degli interventi, delle attività e dei progetti dall'alto, stabilendo obiettivi a priori, ma l'Associazione sarà la promotrice di un processo più ampio che coinvolge direttamente la comunità, che sarà la principale protagonista, la risorsa ed il valore aggiunto da cui partire per trovare giusta risposta ai suoi stessi bisogni. Diversi studi hanno mostrato come la causa principale del fallimento/interruzione/mancata accettazione di alcuni progetti (sulla carta validi) sia determinata dal fatto che l'analisi dei bisogni, venga calata dall'alto e non coinvolga direttamente i

destinatari degli interventi e delle attività, che spesso non accettano ciò che gli viene proposto. Il processo di sviluppo della comunità presuppone, quindi, il dialogo con le persone della comunità stessa, che sapranno esprimere meglio di qualsiasi esperto quali sono i loro reali bisogni e aspettative rispetto al loro territorio. Il mio compito ora è quello di formarmi, e lavorare insieme all'Associazione Elda Mazzocchi Scarzella per poter arrivare alla comunità con il dialogo, ascoltando ciò che hanno da proporre per poter con loro lavorare e raggiungere quelle che stabiliremo essere le nostre priorità. Il processo di sviluppo di comunità, è un processo lento che prevede la collaborazione di tutti. Per questo motivo, grazie all'aiuto indispensabile di Luciano Squillaci, Andrea Volterrani e Giulia Paola Serranò (formatori della linea Territorio), vi chiedo di collaborare e partecipare a tutte le occasioni di incontro promosse dalla nostra stessa Associazione, che si impegnerà a far rete con gli altri ETS del territorio, per portare avanti questa innovativa idea di sviluppo di comunità, che individua le persone come indispensabili dello stesso progetto di cambiamento. **Veronica Porcu**



ASSOCIAZIONE ABC DISLESSIA ONLUS

La nostra associazione nasce nel Novembre del 2016, costituita da un gruppo di familiari che, accomunati dall'aver figli e nipoti DSA, hanno deciso di mettere a confronto le loro problematiche. Ci proponiamo di dare alle famiglie coinvolte dal problema, il supporto e le informazioni utili, per poter superare le difficoltà che si incontrano durante il percorso scolastico, dai primi segnali del disturbo, all'applicazione della normativa in materia (vedi legge 170 dell'ottobre 2010) e dunque conoscere i diritti, indirizzare e muoversi in modo efficace, per poter permettere ai ragazzi di portare a termine il percorso di studi con successo. Nel corso di questi anni abbiamo organizzato diversi eventi volti a diffondere la nostra presenza in città e nel

territorio, anche grazie alla disponibilità di professionisti di livello nazionale, come il Dott. Giuseppe Zanzurino e della Dott.ssa Veronica Porcu, sempre pronti a mettere a nostra disposizione le loro competenze. Abbiamo organizzato convegni e incontri con genitori e insegnanti, perché siamo convinti che incontrarsi per parlare dell'argomento, possa servire a sensibilizzare e abbattere quelle barriere mentali – purtroppo – ancora molto diffuse anche tra gli addetti ai lavori nella scuola. La nostra sede si trova ad Iglesias, al civico 36 della via Cattaneo, dove ogni lunedì – dalle 17:00 alle 18:00 – siamo presenti per lo Sportello d'ascolto.

Veronica Porcu



Foto: La nostra sede si trova ad Iglesias, al civico 36 della via Cattaneo, dove ogni lunedì – dalle 17:00 alle 18:00 – siamo presenti per lo Sportello d'ascolto.

BULLISMO E CYBERBULLISMO

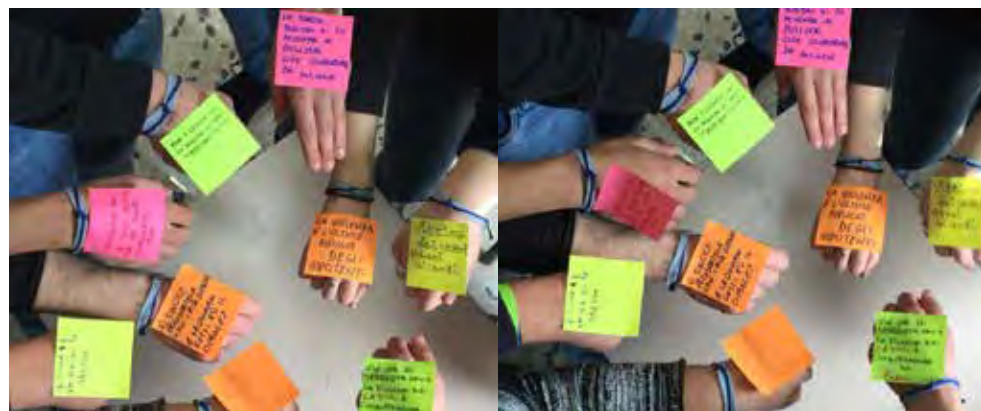
● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●
la partecipazione degli allievi dell'IPIA Ferraris

In calendario un mese di attività per contrastare la diffusione dei fenomeni e sensibilizzare i più giovani

Bullismo e cyberbullismo: la partecipazione degli allievi dell'IPIA Ferraris

Un braccialetto realizzato in classe con del jeans riciclato e un cordino blu, portato al polso dai ragazzi della quinta A Enogastronomia del Ferraris di Iglesias: mettersi addosso un segno per stimolare la curiosità dei compagni: è stato il nostro modo per diventare portavoce e diffondere la conoscenza di un problema grave come quello del bullismo. Anche il nodo blu sulla porta dell'aula, con sopra le frasi e i pensieri degli studenti, rientra nell'iniziativa "Indossiamo un segno, lanciamo un messaggio" che è stata ispirata dalla giornata nazionale sul tema, celebrata il 7 febbraio e intitolata "Un nodo blu contro il bullismo a scuola".

E pochi giorni dopo, l'11 febbraio, anche le classi dell'IPIA hanno potuto riflettere sul cyberbullismo, mentre in tutto il mondo si è celebrato il Safer Internet Day. La manifestazione internazionale che ha coinvolto



Bullismo e cyberbullismo. In calendario un mese di attività per contrastare la diffusione dei fenomeni e sensibilizzare i più giovani

più di cento paesi ha aperto "il mese della sicurezza in rete" e gli studenti hanno approfondito le attività già avviate qualche mese prima con un'indagine condotta tra alunni, insegnanti e famiglie. I questionari proposti hanno messo in evidenza la percezione del bullismo a scuola, compreso quello legato all'uso dei mezzi informatici; i risultati sono stati spunto per l'elaborazione di un nutrito programma di attività di prevenzione e contrasto.

Le iniziative pianificate dall'apposita commissione, istituita nella scuola all'inizio dell'anno, sono numerose e si protrarranno per tutto il mese. Si è partiti con l'alfabetizzazione nelle classi per conoscere le caratteristiche del fenomeno ma, soprattutto, per riconoscerlo e distinguerlo da altre forme di comportamenti comunque aggressivi e discriminatori.

Martedì, dunque, anche nella quarta A Enogastronomia, le ore dedicate all'evento sono

La Scuola ha elaborato un Protocollo per intervenire nel caso si manifestassero atti di bullismo e cyberbullismo.

trascorse velocemente tra la visione di slide e filmati, testimonianze e considerazioni sul tema fatte dai "nativi digitali", chiamati a riflettere su un mondo complesso, ricco di opportunità ma anche di rischi. I ragazzi sono consapevoli della gravità del problema e si aprono al dialogo nel parlare di cyberbullismo: è questa, infatti, la loro "dimensione naturale", la loro porta sul mondo e, quando si analizzano le caratteristiche specifiche del fenomeno, arricchiscono la conversazione con dettagli e riferimenti precisi. Nel parlare delle varie tipologie con le quali bullismo e cyberbullismo si manifestano, molti si sono ritrovati a riflettere sulle modalità indirette - come l'emarginazione e l'esclusione dai gruppi social - alimentate dalla diffusione di pregiudizi e stereotipi di vario tipo: sessista, etnico, omofobico, contro la disabilità o contro chi si impegna di più a scuola. Tutti hanno partecipato attivamente al dialogo: i più estroversi hanno raccontato episodi vissuti in prima persona o che hanno coinvolto loro conoscenti. Hanno iniziato con i ricordi più lontani nel tempo, "Ho avuto a che fare col cyberbullismo perché ne sono stata vittima ma sono riuscita a scoprire chi fosse e a farlo smettere...", ha detto una studentessa ma tanti sono stati scossi dall'intervento della compagna che ha raccontato che "quando era più piccola, una persona è riuscita a rubarmi il profilo social per farne cattivo uso" e dopo aver riflettuto sulle pericolosità del fatto, legata all'intenzionalità che è propria degli atti di bullismo, chi è più esperto ha suggerito ai compagni di cambiare spesso la password

dei social per evitare il furto di dati e identità... E quando si è parlato di anonimato e de-responsabilizzazione, uno dei più informati ha voluto puntualizzare che "la polizia postale può rintracciare chiunque". La condivisione di foto "private" tra coppie che poi vengono "girate agli amici" i quali ne fanno un uso improprio, è pure una situazione ricorrente: una ragazza ha aggiunto che "non si può mai sapere a quante altre persone vengono inoltrate le foto e i messaggi condivisi in rete..." e la frase "Se condividi sei complice" a molti di loro è rimasta impressa nella mente.

Al termine della lezione, su tanti post-it colorati poggiati sulla cattedra ci sono i loro pensieri: "Il bullismo ha un bullo e una vittima, ci sono i sostenitori attivi ma anche quelli che vedono e stanno zitti, quelli che di fronte alla vittima non fanno nulla. Non si dovrebbe stare in silenzio..." scrive uno studente; un altro ricorda di aver assistito, negli anni delle medie, a prese in giro ripetute contro un compagno "per come parlava e per il suo aspetto fisico", e ammette di non aver "reagito perché accadeva molto spesso, quindi non ci facevo caso"; qualcun altro trova la forza di scrivere di aver spesso ricevuto "messaggi con delle foto di nudo di persone conosciute..." e di aver tentato di immedesimarsi in loro, provando "angoscia e vergogna" poiché questi atti "distruggono la vita di una persona". Anche se c'è chi ha definito il bullismo "un argomento visto e rivisto", qualche altro l'ha pure trovato "un po' noioso", per fortuna, c'è chi pensa che l'attività sull'argomento "sia di aiuto... per

far capire l'importanza di far vivere bene le persone senza giudizi e pregiudizi". A questi primi interventi seguiranno la visione di filmati, la lettura di storie, il suggerimento di link e piattaforme dedicate, conversazioni e dibattiti; saranno individuati degli "Ambasciatori contro il bullismo", ovvero degli studenti disposti a formarsi per parlare del fenomeno ai loro coetanei. Sarà proiettato il film "Io bullo" cui farà seguito l'incontro con il regista, C. Castangia. È previsto l'intervento nelle classi dell'animatore digitale che sensibilizzerà i ragazzi sull'importanza della custodia dei dati personali, la tutela della privacy e l'uso consapevole della rete. Oltre alla prevenzione, sarà reso noto e condiviso con le famiglie il Protocollo che la scuola ha elaborato per intervenire nel caso si manifestassero atti di bullismo e cyberbullismo.

Prof.sse P. Cacciarru e M.R. Todde





COME CONSERVARE I NOSTRI CIBI

Quanti di noi una volta comprati i prodotti al supermercato non fanno dove riporre nel modo corretto le vivande negli scaffali di casa? Ecco qualche regola di base che potrebbe aiutare i vostri cibi ad avere una vita più lunga e sana. Quando andiamo a fare spesa spuntiamo la nostra lista in base ai prodotti che cerchiamo nei vari scaffali e reparti; ogni cosa ha un proprio posto specifico. Questo grazie a una buona organizzazione di base che il negozio deve rispettare per proporre i prodotti sia in relazione alla temperatura designata che a varie leggi di marketing che gli stessi prodotti si portano dietro. Da questo punto di vista possiamo stare tranquilli perché il luogo del negozio da cui prendiamo un prodotto ci suggerisce la modalità di conservazione a casa nostra: i prodotti surgelati e/o congelati nel freezer, quelli refrigerati nel frigo, infine, i restanti in qualsiasi altro mobile di casa specificamente lontano da fonti di calore e/o di umidità.

IL FRIGORIFERO

Il frigorifero è l'elettrodomestico più comune tra le nostre abitazioni perché, grazie al suo costo relativamente contenuto, fa parte della vita quotidiana di tutti. Questa nostra macchina del freddo però nasconde i suoi segreti. Essendo una scatola chiusa, potremmo pensare che il freddo si propaghi uniformemente in tutte le direzioni, tuttavia questo non avviene mai. Come molti di noi sanno, l'aria calda e l'aria fredda hanno due pressioni atmosferiche differenti quindi una è più pesante dell'altra. Questo comporta che all'interno del nostro frigo ci sia una differenza di temperatura che va dal basso verso l'alto con un range che raggiunge anche i 6-7 GRADI! Ciò significa che ogni elemento conservato può avere uno scaffale di riferimento più indicato rispetto ad un altro.

CASSETTO VERDURE E SPORTELLLO

Le zone più calde del nostro frigorifero sono sicuramente lo scomparto dedicato alle verdure e lo sportello che può contenere diversi alimenti. Il cassetto ha un ambiente a sé e quindi possiamo inserire i nostri ortaggi anche appena colti dall'orto, a contatto l'uno con l'altro, poiché è uno spazio dedicato solo alle verdure. È buona usanza, però, dare una sciacquata agli alimenti anche prima di inserirli nel cassetto poiché non sempre siamo attenti al momento della conservazione e potremmo contaminare, per sbaglio, anche gli altri alimenti. È lo scomparto più sporco e necessita, perciò, di riguardi igienici almeno una volta alla settimana per far sì che gli agenti patogeni non si moltiplichino al suo interno. Nello sportello invece possiamo sicuramente conservare le bevande nel porta-bevande di cui spesso il nostro sportello è dotato. Anche le uova hanno un contenitore dedicato che, generalmente, sta nella parte alta dello sportello. N.B. Quasi mai l'ambiente dell'uovo è isolato e questo comporta che la sua contaminazione possa arrivare anche agli altri alimenti; è buona abitudine, quindi, lavare il guscio anche prima di inserirlo nel frigo e non solo prima di romperlo. L'uovo, infatti, è un



alimento sensibile agli sbalzi termici: possiamo conservarlo anche a temperature ambiente purché non venga sottoposto a repentini cambiamenti di temperatura. Nei restanti scomparti dello sportello possiamo conservare gli alimenti che non necessariamente prevedono basse temperature per la propria conservazione ma necessitano di un lieve calo di temperatura per impedire ai microrganismi di moltiplicarsi:

- Marmellate e confetture

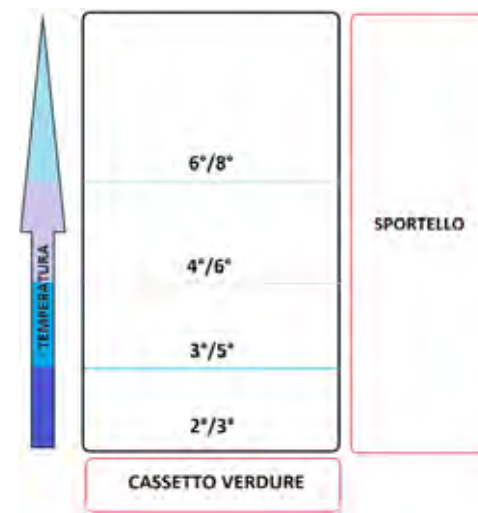
Ecco qualche regola di base che potrebbe aiutare i vostri cibi ad avere una vita più lunga e sana.

- Salse

- Insalatati (Questi particolari alimenti non vanno conservati nella loro confezione di origine ma andrebbero estratti ed inseriti in un contenitore con il proprio liquido di conservazione e appositamente sigillati con pellicola).

6 8 gradi

Lo scaffale più alto del nostro frigo è dedicato a tutti gli alimenti che non necessitano di una bassa temperatura per la conservazione, ma che hanno bisogno di spazio per poter essere contenuti e sigillati. Stiamo parlando degli avanzi e dei cibi pronti; questi alimenti, così come tutti gli altri ad esclusione delle verdure, devono essere sigillati per far in modo che il loro ambiente, ovvero l'aria con cui entrano in contatto, non venga contaminato e, viceversa, non sia a sua volta contaminante. Questi prodotti non hanno un lungo tempo di conservazione quindi hanno breve durata in questo scomparto. Le



informazioni sulla scadenza vengono obbligatoriamente indicate nella confezione d'origine dell'alimento; se così non fosse, è bene non andare mai oltre le 12/24ore.

3 6 gradi

Nella parte intermedia, il nostro frigo accoglie tutti i latticini o derivati di natura casearia. Altri alimenti, come i rimasugli o gli affettati, i sughi cotti, le verdure cotte ecc, sono conservati in questo scaffale.

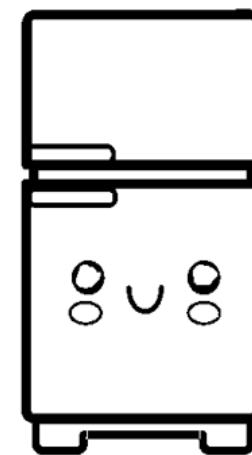
2 3

La parte più bassa è dedicata invece a quegli alimenti che hanno un'alta deperibilità a temperatura ambiente a causa dell'alto livello di ossidazione facilitato dalle temperature intermedie. Stiamo parlando di tutte le carni crude tipo selvaggina, pesce, ovini, suini ecc; che devono essere

necessariamente consumate dopo un periodo di conservazione in frigo relativamente breve (al massimo 2 giorni). Soprattutto per la selvaggina, la carne cruda appena cacciata dovrà essere riposta in freezer perché ha un alto tasso di contaminanti che, diversamente, potrebbero moltiplicarsi. Il primo campanello d'allarme per quanto riguarda la carne è sicuramente il colore che questa presenta perdendo il rosso vivo a causa di un'ossidazione della sua parte esterna.

Un frigorifero ben organizzato è ordinato e sicuro. Con una buona metodologia di conservazione facciamo fronte a sprechi e a eventuali tossinfezioni alimentari: spendere cinque minuti in più per sistemare la nostra spesa sarà un guadagno assicurato per il portafoglio, per la salute e per il palato!

Daniele Pintus





PICCOLE
DONNE.

La storia delle quattro sorelle March è al centro dei due libri scritti da Louisa May Alcott: "Piccole Donne", uscito nel 1868 e "Piccole Donne Crescono" pubblicato l'anno successivo. Quattro sorelle profondamente diverse tra loro: Margaret, "Meg" March, la maggiore e per questo forse la più responsabile e la più materna; Josephine, "Jo" March, la secondogenita, è la figlia ribelle e creativa, con una passione per i libri e la scrittura; la terzogenita Elisabeth, "Beth" March, è la sorella dolce e timida, amante della musica che conquista la simpatia dell'anziano vicino; la piccola Amy March, romantica e sognatrice con il pallino per il disegno e la pittura. Attorno a loro ruotano altri personaggi: la signora March, la madre delle protagoniste,

che manda avanti la famiglia da sola dopo la partenza del marito, una cappellano partito per il fronte come volontario nella guerra di Secessione Americana; la zia March, anziana zia ricca alla quale prima Jo e poi Amy fanno da dama di compagnia; poi ci sono i vicini, il giovane Laurie, che dopo aver conosciuto casualmente Jo ad una festa diviene grande amico delle sorelle sviluppando una forte attrazione nei confronti di Jo, e l'anziano nonno del giovane, un uomo scorbutico e solitario che si addolcisce con l'aiuto della dolce Beth. Dal libro sono state tratte varie versioni di film e telefilm; la più recente è quella uscita a Gennaio 2020, vincitrice di un Premio Oscar per i migliori costumi, diretta dalla regista Greta Gerwig con Emma Watson,

Saoirse Ronan, Eliza Scanlen e Florence Pugh nei panni delle sorelle March, Laura Dern in quelli della loro madre, Meryl Streep in quelli della scorbatica zia March e Timothée Chalamet, in quelli del vicino Laurie. Al contrario delle precedenti versioni la regista ha scelto di dividere il film in due archi narrativi; il tutto inizia nel 1968 quando Jo è un insegnante a New York e in seguito alla notizia dell'aggravamento della salute della sorella Beth ci riporta indietro a sette anni prima, quando le quattro sorelle erano ancora unite nella stessa casa. Da questo punto il film si snoda in due tempi attraverso l'unione tra passato e presente fino alla conclusione nel finale che non anticipiamo per i pochi che non hanno mai letto il libro. Era doveroso realizzare una nuova versione cinematografica di "Piccole Donne"? E' sicuramente una storia ambientata in tempi molto lontani dai nostri, ma che tratta argomenti in cui è facile immedesimarsi: chiunque abbia una sorella e/o fratello può benissimo capire e comprendere il rapporto complicato e difficile tra le quattro sorelle; è sicuramente anche una storia di emancipazione femminile: la situazione della donna in quell'epoca viene riassunta dalla frase che pronuncia Jo in un momento di profondo dolore : "Le donne hanno una mente, hanno un'anima non soltanto un cuore! Hanno ambizioni, hanno talenti e non soltanto la bellezza! Sono così stanca di sentir dire che l'amore è l'unica cosa per cui è fatta una donna, sono così stanca di questo!"

Federica Locci

Venerdì 7 febbraio presso lo studio medico della dott.ssa Emerenziana Mura, sito in via Santa Barbara a Domusnovas, si è svolta l'iniziativa "La giornata della prevenzione, screening ecografico alla tiroide", organizzata dall'Associazione "DomusNostras", grazie al contributo del chirurgo oncologo ed ecografista dott. Antonello Melis. I posti disponibili, circa 100, sono stati subito occupati nel giro di pochissime ore, tanto che molti soci non sono riusciti a prenotarsi in tempo. Per questo motivo l'associazione spera di riuscire a programmare un'altra giornata dedicata allo screening tiroideo (oltre a quella legata alla prevenzione del tumore al seno), che ha coinvolto sia uomini che donne, permettendo dunque ad una più ampia fascia di persone di potersi prendere cura di sé. Probabilmente il successo di queste importanti iniziative sanitarie gratuite va ricercato nella tendenza a trascurare i controlli preventivi, sia per le lunghe liste d'attesa sia per il costo delle visite. **Francesca Locci**

GIORNATE DELLA PREVENZIONE

Prendersi cura di se stessi



L'Associazione: DomusNostras è un'associazione, nata nel 2011, che attraverso le sue attività promuove iniziative socio-assistenziali e culturali. Tra gli eventi che meritano maggior rilievo ricordiamo "La Tombolata delle feste", realizzata in collaborazione con la Caritas e, a partire dal 2018, le giornate dedicate alla prevenzione. L'associazione conta al momento più di 300 iscritti. Per maggiori informazioni visitate la pagina Facebook "DomusNostras" e il sito <https://www.domusnostras.com/>.



MADRE OMBRA

I LIBRI SONO RISERVE DI GRANO DA AMMASSARE PER L'INVERNO DELLO SPIRITO. MARGUERITE YOURCENAR

Madre ombra racconta la storia di vita di Lara Diotalevi, una bambina orfana che cresce in un convento di suore di carità nella Venezia degli anni 50-70. Lara ha paura della vita e soprattutto di quello che purtroppo non riesce a vedere a causa della sua cecità. La protagonista ha però accanto a sé due figure che la rassicurano in mezzo all'oscurità da cui si sente circondata, la monaca Elsa e l'amico Riccardo che lei considera quasi come un angelo custode. Lara cresce circondata da paure e amore nonostante le tante difficoltà cosicché da sentirsi pronta a lasciare il convento per avventurarsi alla scoperta del mondo, da sola. Ha solo ventuno anni ma per lei sono già abbastanza per cominciare a vedere, soltanto attraverso il suo sentire, come è fatto il mondo e la vita. Ma è proprio la vita che spesso ti cambia i

piani e i programmi e Lara, convinta di aver intrapreso oramai un'altra strada, si ritrova nuovamente al fianco di Riccardo divenendo ospite proprio a casa sua, a Burano. Il loro rapporto condito da mille sfaccettature contribuirà alla crescita di Lara e al suo diventare donna. Questa nuova condizione metterà però a dura prova Lara che dovrà fare i conti con nuove verità, riguardanti non soltanto il suo rapporto con Riccardo ma la sua intera storia che la costringeranno a ridimensionare le sue certezze soprattutto quelle che credeva ormai consolidate, e ad affrontare vecchie e nuove paure per combattere contro quelle domande che ad un certo punto si presentano nella testa di qualsiasi giovane: ma cosa sto facendo? Quanto ho vissuto? Sto facendo il meglio che posso? Dove voglio che sia la mia casa? Sto bene

dove mi trovo adesso? Una storia condita in un'epoca lontana che l'autore, Matteo Porru ha conosciuto attraverso i racconti della nonna veneziana e che ha riportato più che egregiamente in questo libro, con uno stile di scrittura semplice e scorrevole che coinvolge il lettore dando la possibilità di immaginare, forse proprio come immaginava Lara, il fascino di una città misteriosa come Venezia. Questo trasporto e questo amore per la scrittura ho avuto il piacere di avvertirlo personalmente durante la fiera del Libro Librorum lo scorso dicembre, organizzata nel nostro paese dall'associazione Circhiola e che ha avuto appunto come ospite il giovane scrittore Porru, vincitore del premio Campiello giovani nel 2019. Con una disinvoltura quasi atipica per la sua età Matteo ha raccontato la sua grande passione per le parole, il rapporto speciale con la nonna che ha contribuito a raccontare Venezia, una città molto diversa da come lo è ora, molto più turistica ma non per questo meno affascinante. Vale la pena leggere Madre ombra oltre che per la bellissima storia per apprezzare ancor di più Matteo Porru, un ragazzo giovane, ambizioso e deciso a vincere contro tutte le problematiche della vita, un ragazzo oramai conosciuto da tanti ma che ha desideri semplici; i desideri di un diciannovenne che ha voglia di vivere la vita ed apprezzarne i suoi colori.

Stefania Orrù



FIERA DEL LIBRO DI IGLESIAS 2020

MASTERCLASS IN GIORNALISMO D'INCHIESTA

L'Associazione Argonautilus, in occasione della Fiera del Libro di Iglesias V edizione "La Parola crea Mondi" (22-23-24-25 aprile 2020), organizza il corso di formazione (masterclass) di Giornalismo d'Inchiesta, a cura di Stefano Lamorgese, giornalista, autore e vice presidente del Premio Morrione per il Giornalismo d'Inchiesta.

La quota di partecipazione è a carico dell'organizzazione della Fiera del Libro. Il corso è aperto a tutti gli interessati (previa

iscrizione) e si terrà nella giornata del 23 aprile 2020 nel centro storico di Iglesias.

Per informazioni e iscrizioni: ferialibroiglesias@gmail.com

Il Premio Roberto Morrione alla Fiera del Libro di Iglesias

Nato nel 2011 come nuova sezione del Premio giornalistico televisivo Ilaria Alpi, finanzia la realizzazione di progetti d'inchiesta di giovani

under 30 su temi rilevanti per la vita politica, sociale, economica e/o culturale dell'Italia e dell'Europa inerenti a temi quali: l'ambiente, la legalità, i diritti umani e civili, lo sviluppo tecnologico le attività economiche. Promosso dall'Associazione Amici di Roberto Morrione ha l'obiettivo di promuovere, sostenere e incentivare il giornalismo investigativo.

Alla Fiera del Libro di Iglesias sarà rappresentato dal vicepresidente Stefano Lamorgese.

Roberto Morrione ha attraversato più di quaranta anni della storia del servizio pubblico, la Rai. Dal 1962, con Enzo Biagi a Tv7 che era una trasmissione di inchieste e reportages coraggiosa e innovativa. Poi il Tg1 dove resta per anni con responsabilità crescenti. È il capocronista del primo giornale televisivo italiano quando, insieme ai suoi giornalisti, si assume la responsabilità di inchieste bolenti: da quella sulla organizzazione clandestina Gladio, al disastro di Ustica, alla loggia massonica P2.

Eleonora Carta





LA VITA È TUTTO IL RESTO

PRESENTAZIONE DEL LIBRO DI VALENTINA LIGAS

Il 18 gennaio scorso, Valentina Ligas, con il supporto logistico e operativo della Fidapa Sulcis, l'ospitalità della Pro Loco, dell'Amministrazione Comunale e della Biblioteca "Gesualdo Pellegrini", ha scelto di presentare il suo libro "La vita è tutto il resto" anche a Domusnovas, presso Casa Ucheddu. Da tempo il suo libro viene presentato in più occasioni e in molte città. Perciò è stato un onore averla anche a Domusnovas.

Trama: Un piccolo intoppo di salute, un semplice sacrificio che la vita le ha chiesto di affrontare, questo è per Rose il tumore al seno. Durante i mesi di chemioterapia e successiva cura ormonale non si sente una sola volta malata, ma tremendamente viva e scopre che esistono mille motivi per cui vale la pena sorridere. Lo scomodo coinquilino di nome cancro non è poi così scomodo, ma una semplice ambientazione, perché la vita di Rose è tutto il resto: le amicizie,

la famiglia, la passione per il calcio e le interviste televisive. Anche in ospedale non è importante quali analisi lei esegua bensì le parole e le risate scambiate con il personale ed altri pazienti. Rose si concentra solo sugli aspetti divertenti e positivi di ogni giornata, li aspetta con pazienza collezionandoli, uno ad uno. Essi capitano, così, per caso, pure nell'ambientazione più impensabile, arrivano come doni, si posano silenti ed aspettano solo di essere raccolti. Qualunque problema può essere ordinario davanti alla straordinarietà della vita. Essa si prende tutta la scena e ogni difficoltà si fa irrilevante. La scrittrice: Valentina ha lavorato come giornalista per alcuni quotidiani, riviste e tv locali come Teleregione Sardegna, 5 Stelle Sardegna, Videolina Sport fino ad approdare a Mai Più Sole contro il tumore ovarico, periodico online di oncologia. È, inoltre, presidente, direttore responsabile e giornalista di attualità, sociale e di sport. Un giorno, per puro caso, accompagnò la madre e la zia a fare una visita di routine, una volta arrivata dal medico venne visitata anche lei, spinta dalla propria madre. Fu un giorno come un altro che si trasformò



in un incubo: quella visita cambiò per sempre la sua vita. Iniziò un lungo percorso che terminò felicemente. Oggi, attraverso il suo libro, ripercorre i momenti passati durante la malattia in chiave tragicomica sotto lo pseudonimo di Rose. La presentazione del libro è stata accompagnata dalla proiezione di immagini rappresentanti momenti raccontati nel libro e da delle scenette divertenti di alcune amiche guerriere di Valentina, anche loro vittime del tumore; inoltre una lettrice ha ripercorso alcuni paragrafi che hanno suscitato sorrisi e lacrime. La serata è stata moderata da Paola Morelli.

"La vita va rispettata e onorata" occorre reagire alle avversità ed avere il coraggio di fare ciò che ci ha sempre spaventato.

È stata una bella serata, ricca di emozioni e di insegnamenti. Era del 2019, è un romanzo che cattura il lettore e lo fa riflettere su quanto la storia nasconda un passato crudele da cui imparare. Ma soprattutto insegna che le macerie si possono raccogliere per ricominciare. Sara Pintore



NICOLA FONNESU SUL PODIO DEI
PASTICCERI ITALIANI

Il domusnovese Nicola Fonnesu, insieme allo studente di Iglesias Peraldo Floris, ha vinto lo scorso novembre, il Campionato nazionale di pasticceria rivolto agli istituti alberghieri d'Italia e promosso dalla FIPGC (Federazione Internazionale Pasticceria Gelateria e Cioccolateria) in collaborazione col Miur.

La gara si è svolta nell'istituto d'istruzione superiore Adriano Tilgher di Ercolano, in provincia di Napoli, dal 19 al 21 novembre, e ha visto competere 60 tra i migliori giovani talenti della pasticceria provenienti da 30 Istituti Alberghieri di tutta Italia.

Il tema della terza edizione del

concorso era "La tradizione regionale e l'innovazione". Le squadre si sono sfidate nella realizzazione di un dessert al piatto o di una monoporzione e di una scultura artistica, rivisitata però in chiave moderna.

Auguri da tutti noi Nicola! Maria Giovanna Dessì



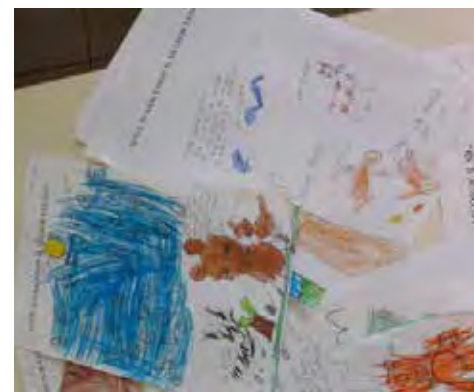
LA PAROLA ALLE SCUOLE



Scuola dell'infanzia statale F. Meloni

“Io sono me più il mio ambiente e se non preservo quest’ultimo non preservo me stesso.” JOSÉ ORTEGA Y GASSET ...ed ecco venir fuori la motivazione di guidare il bambino alla scoperta dell’ambiente che lo circonda, nella prospettiva di “porre le fondamenta di un abito democratico, eticamente orientato, aperto al futuro e rispettoso del rapporto uomo-natura” (da Indicazioni per il Curricolo). Fin dalla scuola dell’Infanzia, infatti, l’educazione ambientale è riconosciuta attività essenziale poiché mira alla formazione di coloro che saranno i futuri cittadini consapevoli del valore dell’ambiente e della necessità della sua salvaguardia. Anche la consapevolezza dei crescenti problemi di inquinamento ci porta ad educare le nuove generazioni, fin dalla più tenera età, ad una cultura dell’attenzione e del rispetto di regole condivise, per la tutela del mondo e delle sue fonti: naturali, energetiche, vegetali, animali. L’importanza di sensibilizzare i bambini e le bambine alle problematiche ambientali è raccomandata dall’Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile e dalla Legge n. 92

sull’insegnamento dell’educazione civica. Contenuti come: tutela del mondo animale e vegetale, riciclaggio, risparmio energetico, sostenibilità, eco-compatibilità, sicurezza ambientale, entrano perciò a buon diritto nel nostro progetto educativo. La nostra scuola, aperta alle collaborazioni con gli enti territoriali per la partecipazione a progetti e iniziative che contribuiscono alla crescita e alla formazione dei “piccoli cittadini”, ha aderito quest’anno ad un percorso didattico, a livello nazionale, di educazione ambientale, “CON TEDDI AMICI DELLA NATURA” (3° edizione), ad adesione gratuita, realizzato dalle fattorie Scaldasole e rivolto ai bambini e alle bambine della Scuola dell’Infanzia. È dedicato al rispetto della natura e al mondo che ci circonda, e si pone l’obiettivo di far prendere coscienza, assumendo comportamenti responsabili, ai bambini e alle bambine, dell’ambiente in cui viviamo, attraverso un divertente percorso ricco di attività e letture di fiabe in cui Teddi



è il protagonista. Ma chi è Teddi? Mascotte del progetto Teddi è un simpatico e goloso orsetto che, con la sua amica pianta, guida e guiderà i bambini e le bambine in un percorso alla scoperta dei 4 elementi naturali: ARIA, ACQUA, LUCE e TERRA. Tramite le esperienze e gli errori che compie, prende coscienza dell’ambiente che lo circonda e in particolare dell’importanza dell’elemento in questione (acqua, aria, luce, terra). Le quattro fiabe, ambientate nelle diverse stagioni, (acqua-estate, aria-autunno, luce-inverno, terra-primavera)

consentono ai nostri alunni e alunne anche una riflessione sul succedersi ciclico del tempo e sulle conseguenze che ha nei confronti della natura. Il percorso è strutturato in modo da adattarsi al reale momento dell’anno vissuto dai bambini: abbiamo iniziato l’anno scolastico con la fiaba dedicata all’autunno e proseguito con l’inverno, si continuerà con la primavera a marzo/aprile, periodo ideale in cui cimentarsi nella coltivazione delle piantine, fino a concludere con l’estate e i tuffi in

mare. Ma da dove siamo partiti? La nostra fidata collaboratrice, signora Dianella, una mattina ha bussato alla nostra porta annunciando l’arrivo di una scatola misteriosa (situazione – stimolo, con valore introduttivo e motivante). Nella scuola si è propagata un’atmosfera di curiosità e di suspense. I bambini e le bambine hanno iniziato a fare tante ipotesi. Qualcuno ha pensato ad un regalo di babbo natale. Qualche bambina ha detto che era stato inviato dalla “Dirigente”. Dopo, vedendo l’orsetto e la pianta, hanno pensato ci fosse dentro del cibo e dei vestiti. E? in effetti il Kit recapitato gratuitamente alla nostra scuola, potrebbe essere considerato come alimento e una sorta di equipaggiamento per salvaguardare la Natura. “Noi non abbiamo ereditato il mondo dai nostri padri, ma lo abbiamo avuto in prestito dai nostri figli e a loro dobbiamo resti-

*“Ogni individuo ha il potere di fare del mondo un posto migliore.”
SERGIO BAMBARÉN*

tuirlo migliore di come lo abbiamo trovato.” (citando un antico detto masai, Barone Robert Baden-Powell) Quando abbiamo aperto hanno frugato e portato fuori tutto (kit : guida per gli insegnanti, i bellissimi racconti di Teddi, il vademecum per i genitori, i vasetti e i semi per coltivare Pianta). Subito hanno chiesto di leggere il libricino di presentazione di Teddi perché volevano capire cosa volesse da loro. Una bambina ha stupito tutti dicendo

che quell’orsetto doveva entrare a far parte della nostra squadra perché aveva voglia di crescere e di imparare tante cose come loro. La sua migliore amica pianta, poi, poteva diventare anche la nostra, visto che lui non si separava mai da lei. Ma per sapere come è nata la loro amicizia, Teddi ci sprona a leggere la sua storia e a diventare amici della natura con le sue fiabe e i suoi consigli. Prendendo parte a questo progetto, la nostra scuola ha la possibilità di partecipare ad un concorso che potrebbe far vincere premi utili: Lim con video proiettore; una casetta personaliz-



zata Teddi e 10 buoni da 175 euro per l’acquisto di materiale didattico; Casetta personalizzata Teddi. a fine percorso, invieremo un elaborato che riprenderà i temi del progetto. Se il nostro lavoro verrà considerato originale, la nostra scuola potrà essere selezionata come vincitrice. Alla fine dei giochi ciò che conterà sarà la partecipazione attiva dei nostri alunni e alunne e noi giuriamo di divertirvi in quest’avventura...

PAROLA DEI BAMBINI E DELLE BAMBINE DELLA SCUOLA DELL’INFANZIA STATALE DI DOMUSNOVAS!!!!
Silvia Maccioni e Susanna Casti



DELLE EMOZIONI

Scuola dell'infanzia Piccolo Mondo

PROGETTO TEATRO

Il teatro è una delle più antiche forme di comunicazione. La parola teatro deriva da un verbo greco "theàomai" che significa "guardare, osservare, essere spettatore." E i greci andavano a teatro per imparare, riflettere e provare grandi emozioni. Emozioni che oggi sembrano così scontate e banali che ci si rivolge sempre di più ad un mondo virtuale per sentirle più vive. Eppure c'è un piccolo mondo che non è affatto scontato e non è assolutamente banale. Il piccolo mondo dei bambini! Dove ogni emozione è alla massima potenza e dove non esistono emozioni virtuali. Dove le emozioni sono date dal gioco e dalla semplicità. E cosa c'è di più entusiasmante per un bambino che giocare ad essere un super eroe o una principessa o

semplicemente giocare ad interpretare il ruolo di "mamma o di figlia"? Il gioco del... "far finta di..." , il gioco più bello del mondo! Quello di osservare, guardare, essere spettatore della vita che li circonda. E Non è forse questa la prima semplice bellissima forma di teatro? La forma più pura, senza competizione e senza esibizione, dove il bambino non deve imparare a recitare, ma semplicemente ad esternare le proprie emozioni, la propria fantasia e la propria creatività attraverso il metodo più bello che hanno a disposizione: il gioco! Dove non ci sono protagonisti ne comparse. Ed è questo il

"Il teatro è meraviglioso proprio in quanto mette in scena gli stati d'animo, coinvolge mantenendo nel contempo le distanze della vita vera. Il teatro è una scuola di emozioni come le fiabe per bambini."
(Paolo Crepet)

fine ultimo del "Progetto Teatro" della nostra scuola dell'infanzia "Piccolo Mondo". Dare la possibilità ad ogni bambino di esprimersi liberamente e di interagire con se stesso e con gli altri. Un progetto che mette al centro di tutto i bambini, coinvolgendoli sin dalle prime fasi di progettazione, dalla struttura del piccolo teatro alla scelta di ciò che vorrebbero interpretare. Un lavoro di gruppo stimolante che accresce l'autostima dei nostri piccoli attori. Un progetto che li aiuta a crescere, a sviluppare la consapevolezza di se stessi e delle loro capacità, che li aiuta a esprimere le emozioni più semplici eppure le più complesse, in modo naturale e giocoso, così come dovrebbe essere per ogni bambino. Il teatro come strumento di crescita, espressione giocosa di un bambino che un domani sarà un adulto consapevole delle proprie capacità ed attore e spettatore di grandi emozioni...e di sicuro non virtuali. Buon teatro a tutti!

Maria Grazia Solinas



Il progetto "Vita in Azienda" nasce nel 2018 per una comune intenzione Educativa tra due realtà: quella della Scuola dell'Infanzia La Fiaba e dell'Azienda Agricola Volpe Ruja che si appresta a diventare fattoria didattica. L'idea non si limita all'uscita in fattoria per vedere come si produce il formaggio, ma abbraccia una visione ben più elaborata di una nuova educazione: quella della scuola nel bosco. I bambini infatti sono stimolati nell'apprendere i concetti della normale didattica 3-6 anni attraverso esperienze concrete come la stagionalità, la conoscenza di piante e frutti, l'utilizzo dei 5 sensi. L'aula diventa il cielo aperto, l'erba del prato. Le stagioni vengono osservate attraverso il cambiamento degli alberi, la crescita di alcune tipologie di frutti, la temperatura e il vestiario che utilizziamo per affrontare le nostre giornate in azienda. I bambini vengono sensibilizzati alla conoscenza del territorio e a quello di un mestiere come quello dell'allevatore e dell'agricoltore. Hanno conosciuto l'aratura, il seme, il ciclo della pecora dal pascolo alla tosatura, la colorazione della lana



con tinture derivanti da fiori e foglie. Quest'anno, grazie all'amico Ciliegio, stiamo toccando l'importante tema del rispetto dell'ambiente. In particolare modo la salvaguardia degli alberi! Abbiamo affrontato la fotosintesi clorofilliana, l'importanza del riciclo realizzando un foglio di carta riciclato, prossimamente conosceremo il legno. Ogni uscita, realizzata una volta al mese, ci vede impegnati in un laboratorio, in una nuova scoperta, ma soprattutto regala ai bambini il potersi sperimentare in un ambiente fatto di terra, pietre e strade scoscese. Meniamo via i giochi preimpostati di questa nuova società e improvvisiamo un the con bacche di mirto, legnetti al posto delle posate e foglie come aperitivo. Rincorriamo un aquilone e raccogliamo margherite senza paura di sporcarci. È un nuovo modo di intendere la Scuola. Alternativo e forse azzardato. Ma noi ci crediamo. Le



Scuola dell'infanzia La Fiaba

famiglie ci sostengono. E la nostra grande fortuna è avere un'azienda come quella del caseificio artigianale volpe ruja, che ci accoglie e ci permette di mettere in pratica il nostro progetto seguendo le esigenze e gli obiettivi della scuola. Auspichiamo di riuscire a Proporre esperienze simili anche ai dueenni (la classe che chiamiamo prematerna): la continuità didattica 0-6 è infatti alla base di ogni scuola paritaria ormai da anni. Quindi perché non alzare l'asticella?

"Gli assi portanti di questo approccio sono l'autonomia del bambino, intesa non tanto come abilità a esercitare senza aiuto esterno una qualsiasi attività, quanto come gusto e piacere nell'esplorazione e nella scoperta autonoma; il movimento, l'esplorazione e la curiosità'.

Elisa Manis



LO SPETTACOLO TEATRALE CONCHIATTU

LO SPETTACOLO IN LINGUA SARDA E ITALIANA DEL GRUPPO LUDU

Domenica 2 febbraio alle 18:00 è andato in scena a Domusnovas “Conchiattu”, lo spettacolo in lingua sarda e italiana del gruppo Ludu, con Diego Deidda e Lorenzo Lepori. L'evento, svolto nella Casa della Musica a Domusnovas, è stato ospitato da Casa Emmaus.

“Conchiattu” è la storia di un miserrimo compagno di esistenza, abbandonato da Dio nella landa deserta del Sinis. Conchiattu è un ultimo della società, un uomo dai tratti primitivi la cui storia è narrata liricamente con purezza, ingenuità e freschezza. Un uomo che sta a metà strada tra il mondo animale e la divinità. La messa in scena di Diego Deidda e Lorenzo Lepori ha visto l'utilizzo della musica

dal vivo, le ambientazioni sonore, la recitazione e l'azione scenica. I brani originali hanno la firma di Diego Deidda e Lorenzo Lepori: senza l'appartenenza a un solo genere, il repertorio ha spaziato liberamente tra gli stili offrendo un'ampia varietà musicale. Il testo dello spettacolo è ispirato all'opera in lingua sarda di Salvatore Baldino “Sa Giorronnada ‘e Conchiattu”. L'invenzione di questo personaggio, le sue sembianze e le sue attitudini grottesche,

il suo rapporto così ravvicinato con gli esseri più umili del creato e con ciò che vi è di più sacro, rendono questa opera unica nel suo genere nell'intero panorama letterario sardo.

Maria Giovanna Dessì



ZUPPA DI FARRO E LENTICCHIE

Un piatto unico, ricco di nutrienti e di gusto, da assaporare nelle fredde serate invernali accompagnato da delle fette di pane scaldate sulla brace

Procedimento: Lavare accuratamente le lenticchie e il farro e versarli in una pentola dal fondo spesso. Da parte tritare la cipolla, il pomodoro secco, il prezzemolo e la bietola; tagliare la patata a dadini, e aggiungere il tutto alle lenticchie e al farro. Versare l'acqua, il passato di pomodoro e un filo d'olio, mettere la pentola sul fuoco, inizialmente moderato, e chiudere col coperchio. Una volta raggiunta l'ebollizione, dopo circa 15 minuti, abbassare la fiamma e continuare la cottura per altri 30 minuti circa, mescolando di tanto in tanto. (Il consiglio è quello di spegnere la fiamma poco prima della fine della cottura, mescolare e tenere il coperchio chiuso lasciando riposare la zuppa per circa 20 minuti prima di servire). Se occorre, aggiustare di sale e servire. Buon appetito! **Roberta Matta**

INGREDIENTI

100g di lenticchie

80g di farro perlato

30g di cipolla (circa un quarto di una piccola cipolla)

1 pomodoro secco

1 foglia di bietola

1 patata media

Pomodoro passato (poco meno di un bicchiere)

Qualche foglia di prezzemolo

Olio q.b.

Acqua circa 500ml





MOLTRAIL

MARGANAI - ORIDDA - LINAS - TRAIL

ULTRA MOLTRAIL

K53

2550 D+

LONG MOLTRAIL

K33

1750 D+

BASIC MOLTRAIL

K23

1250 D+

MOLT EXPERIENCE

K10

NON COMPETITIVA

ORGANIZZATO da



Consorzio Natura Viva
Sardegna

DOMUSNOVAS

10 MAGGIO 2020