



SCIENTIA...ZIONALE



A SCUOLA DI SCIENZA

Anche quest'anno Penne accoglie a braccia aperte il mondo della scienza!!! Torna, infatti, SCIENZA UNDER 18, un progetto entusiasmante grazie al quale è possibile studiare la scienza in modo alternativo. Niente libri e quaderni, ma divertenti esperienze che coinvolgono tutti gli studenti, grandi e piccoli, con l'intento di appassionarli al sapere scientifico, che, in tal modo, appare senz'altro meno ostile e difficile.

La manifestazione, come di consueto sponsorizzata dalla Vestina Gas e dalla S.I.G., si tiene il 14 maggio 2015 presso il Chiostro di San Domenico a Penne e coinvolge le seguenti scuole: l'I.C. "L.C.Paratore", l'I.C. "M. Giardini", il Liceo "L. da Penne - M. dei Fiori", l'I.T.C.G. "G.Marconi", l'asilo nido La casa dei bambini e la scuola dell'infanzia San Francesco di Penne, gli Istituti Comprensivi di Loreto Aprutino, Farindola e Collecervino, l'I.C.1 di Città Sant'Angelo.

La tematica sviluppata quest'anno, in linea con l'EXPO di Milano, riguarda l'alimentazione, per cui la maggior parte degli articoli affronta proprio tale argomento. Il livello di complessità dei contenuti varia a seconda del livello di scuola, dai più piccoli che hanno sviluppato il tema dell'alimentazione in maniera giocosa, ai più grandi che lo hanno affrontato in maniera più scientifica.

All'interno della manifestazione, ci sarà la consueta sfida che è incentrata anch'essa sul tema



dell'alimentazione ed è, pertanto, intitolata:

pe-N-slamoci

titolo volutamente giocato sull'unione delle parole "Pensiamoci" e "Pesiamoci", per promuovere nei giovani una maggiore attenzione alle abitudini alimentari e permettere loro di acquisire, attraverso il gioco e nel contesto stimolante di una gara, competenze sui cibi, sui loro pesi, sui principi nutrizionali, ecc.

Inoltre, ci saranno eventi interessanti durante tutta la settimana: convegni, mostre, sfilate, concerti a cui è invitata tutta la cittadinanza.

E, infine, ci siamo noi, col giornalino "SCIENTIA...ZIONALE", testimone, grazie agli articoli realizzati dagli alunni di tutte le scuole partecipanti, di quanto di più bello e interessante realizziamo nelle nostre scuole. Tali articoli sono stati successivamente revisionati, selezionati e impaginati da una redazione formata dagli alunni delle scuole medie e superiori di Penne, col desiderio di condividerli con tutti voi.

Buona scienza a tutti!!!



È nata l'Orchestra Vestina, formata dagli alunni degli I.C. con indirizzo musicale di Collecervino, Loreto Aprutino, Pianella e Penne ("L.C.Paratore").

A tal proposito, l'I.C. di Loreto Aprutino ha indetto un concorso sul web per scegliere un logo rappresentativo della neonata orchestra. Hanno partecipato tutte le scuole dell'area vestina e una giuria tecnica ha scelto 5 finalisti, poi votati on-line dal popolo del web che ha decretato vincitore il logo realizzato dagli alunni dell'I.C. "Mario Giardini". Da parte della Redazione di Scienza...zionale un grande in bocca al lupo a questi giovani musicisti in erba!!!



La Redazione

Sommarrio:	
I.C. "L.C.Paratore" Penne	2
I.C. "Mario Giardini" Penne	6
Sc.sec.II gr.Farindola I.C. Civitella Casanova	10
I.C. Loreto Aprutino	16
I.C.1 Città Sant'Angelo	17
I.T.C.G. Marconi	18
I.S.I.S. "L.da Penne - M.dei Fiori"	19
La scienza con gli occhi dei bambini	20
La pagina dei giochi	24



Alimentazione sana

L'adolescenza è il periodo più difficile della vita. Nei ragazzi si vedono i primi cambiamenti sia fisici che psicologici. Nascono i primi amori e le prime amicizie e con essi nascono anche molti problemi; come il fumo, l'alcool e la droga. Un altro problema molto ricorrente è il cibo: anoressia e obesità. L'Italia è uno dei Paesi europei con maggior casi di bambini e adolescenti in sovrappeso. Educare i ragazzi a una sana alimentazione nell'adolescenza vuol dire trasmettere una reale coscienza del cibo, della sua funzione e dei suoi effetti sulla salute. La scuola può svolgere, insieme alla famiglia, un ruolo importante nell'educazione alla corretta alimentazione con semplici gesti, per esempio, eliminando i distributori automatici di merendine e bevande zuccherate nelle scuole. Molto si può fare anche a casa e lo si può fare con l'esempio, cioè evitando di portare in tavola piatti pronti, spesso troppo ricchi di condimenti grassi, insegnando a fare colazione e consumando molta frutta e verdura. Obesità e disturbi alimentari sono due facce

EXPO Milano 2015

Expo Milano 2015 è l'esposizione universale che l'Italia ospiterà dal 1° maggio al 31 ottobre 2015.

Il termine expo identifica le manifestazioni riconosciute dall'Ufficio Internazionale delle Esposizioni (BIE) a cui partecipano più nazioni in un paese ospitante.

La prima di queste manifestazioni si tenne a Londra nel 1851 al Crystal Palace di Hyde Park.

Una caratteristica dell'Expo è che le strutture non vengono sempre smantellate, ne sono esempio la Tour Eiffel a Parigi nell'Expo del 1889 e l'acquario di Genova nel 1992 il tema principale dell'Expo di quest'anno è il cibo inteso come energia per la vita e si confronta con il problema del nutrimento dell'uomo.

All'Expo saranno serviti i migliori piatti del mondo per scoprire le eccellenze gastronomiche di ogni paese.

L'Expo coglie l'urgenza di descrivere e confrontarsi sulla storia dell'uomo e sulla produzione del cibo.

Luca De Vico
classe 2^A, Sc. Sec. I gr. "L. C. Paratore", Penne

della stessa medaglia; entrambi si potrebbero evitare rendendo gli adolescenti più consapevoli in materia di alimentazione. Ogni pasto deve includere un'equilibrata combinazione di nutrienti essenziali (carboidrati, proteine, grassi, vitamine e minerali) in modo che l'organismo abbia ogni volta tutto a disposizione, e i carboidrati dovrebbero essere il piatto principale, e ottime fonti di carboidrati sono pasta, pane, cereali e riso. Anche le proteine sono molto importanti, soprattutto per un adolescente che svolge una regolare attività fisica.

Una ragazza dai 12 ai 17 anni deve assumere circa 2.000 Kcal al giorno e deve muoversi molto: le calorie consigliate nella dieta per gli adolescenti sono infatti tante, ma fare tanta attività fisica è indispensabile per tenere in forma i muscoli mantenere il peso ideale e non ingrassare.

Se si ha qualche chilo di troppo, bisogna cercare di fare sempre una buona colazione ricca di fibre, frutta, latte o yogurt. Non mangiare fuori pasto, evitare bibite gassate, alcolici, merendine e snack vari e preferire frutta e verdura in abbondanza,



MILANO 2015

Cibo-spazzatura

L'obesità infantile sta diventando un'emergenza. Si comincia a parlare di bulimia e disturbi alimentari anche per i bambini e le bambine, tra i quali sono sempre più diffusi diabete e sovrappeso. Le cause sono molteplici: un'alimentazione scorretta, stili di vita troppo sedentari. Cibi spazzatura o Junk Food, sono prodotti di bassa qualità, ricchi di conservanti, coloranti e sostanze chimiche: merendine, snack, cibo da fast food, bibite gasate, dolci vari che vengono ingeriti troppo spesso senza pensare a quanto possano essere nocivi per la salute. Spesso il loro commercio passa per grosse multinazionali che, per diventare ancora più appetibili, si avvalgono di astute strategie di marketing e comunicazione. Ecco, allora, una singolare classifica (dal meno al più nocivo) di alimenti appartenenti a questa

za, anche sotto forma di frullati, preferibilmente senza zuccheri aggiunti.

Se invece si è troppo magri bisogna fare un paio di fuori pasto con cracker e frutta, non saltare mai la prima colazione ed evitare di mangiare in fretta o in piedi.

Dai 12 a 14 anni si dovrebbero introdurre approssimativamente dalle 45 a 55 calorie per chilogrammo di peso. Non bisogna dimenticare di assumere abbastanza proteine, mentre i dolci vanno assunti con molta moderazione: molti adolescenti possono mangiare da 1 a 3 porzioni alla settimana senza che portino su troppo di peso. L'eccesso di dolciumi può creare problemi alla pelle, come l'acne.

Per avere una sana ed equilibrata alimentazione, non bisogna mai saltare la colazione e ingerire carboidrati e frutta per avere energia. Bisogna abbondare con frutta e verdura, cenare con carne magra, legumi, cereali integrali e, se si vuole, dolce a base di frutta. E considerare il ristorante e i fast food un'uscita occasionale.

Alessia Di Paolo, Roberta Salerno,
classe 2^A, Sc. Sec. I gr. "L. C. Paratore", Penne



nefasta categoria:

Gelato Confezionato: A chi non piace! Spesso, però, nei prodotti confezionati si possono trovare grassi transgenici, coloranti artificiali e moltissime neurotossine che sono note sostanze chimiche dannose per il nostro sistema nervoso. Assicuratevi, quindi, di comprare gelato artigianale.

Pop Corn: Un recente studio americano rivela come l'apparente innocuo snack da poltrona sia molto più dannoso di un pranzo al fast food, soprattutto se associato ad una bibita gasata. Questo per via delle tante calorie e della grande quantità di grassi saturi che viene fornita dai pop corn in particolar modo quelli cucinati con il burro, un quantitativo stimato pari a quello che un adulto dovrebbe assumere in tre giorni.

Pizza Surgelata: Fortunatamente in Italia ci sono ancora tanti forni che fanno questo alimento in maniera corretta e non nociva. Occhio, però, alle pizze surgelate. Se siete consoni a questa abitudine, il consiglio è quello di annullarlo. La farina bianca commerciale è, infatti, veramente dannosa. Equiparabile allo zucchero, può portarvi a ingrassare velocemente.

Patatine fritte: Contengono elevate quantità di grassi e molto spesso vengono cucinate con oli strautilizzati.

Patatine in busta: Hanno gli stessi benefici di quelle fritte (ovvero nessuno!), ma sono molto più dannose in quanto la sostanza tossica contenuta in queste è nettamente maggiore.

Salumi e Insaccati: Secondo una ricerca il consumo quotidiano di salumi, come la pancetta, può aumentare il rischio di malattie cardiache del 42% e il diabete del 19%. In Italia per gli amanti di salame, salsicce, coppa e lonzini, che vengono consumati soprattutto come antipasti, aperitivi e spuntini pomeridiani, meglio optare per salumi più

magri come prosciutto e bresaola.

Wurstel: Una ricerca ha rilevato che un consumo eccessivo di Wurstel o Hot Dog è in grado di aumentare il rischio del tumore al pancreas del 67%.

Cornetti e dolci da forno fritti: Alimenti comuni di molti italiani durante la prima colazione. I grassi contenuti, in questi prodotti, sono estremamente nocivi e causano malattie collegate a cuore e cervello.

Martina Di Blasio, classe 2^A, Sc. Sec. I gr. "L. C. Paratore", Penne



L'adolescenza è il periodo in cui bisogna fare maggiore attenzione al cibo, sia alla qualità che alla varietà degli alimenti utilizzati, per avere tutti i nutrienti di cui abbiamo bisogno.

È bene ricordare che non esiste un cibo 'completo'. La scelta degli alimenti va fatta, certamente, in base ai propri gusti, ma anche pensando alla loro funzione specifica.

Per condurre una vita sana ed equilibrata è fondamentale fare anche molta attività fisica. Un adeguato livello di attività fisica contribuisce al mantenimento di un buono stato di salute, aiutando l'organismo a consumare l'energia introdotta con gli alimenti e quindi a controllare il peso corporeo.

Se la pratica di un'attività sportiva è limitata o nulla, si deve fare maggior attenzione, non tanto alla quantità, quanto alla tipologia di cibo consumato. Senza rinunciare a frutta e ortaggi, bisogna limitare il consumo di snack, pizza, bibite e condimenti, al fine di contenere l'apporto energetico giornaliero.

Uno dei momenti maggiormente trascurati dagli adolescenti è la colazione, che è senza dubbio il pasto più importante del giorno. Infatti deve assicurare all'organismo, digiuno da almeno otto ore, un rifornimento energetico sufficiente per iniziare bene la giornata.



EXPO Milano 2015

Expo Milano 2015 è l'Esposizione Universale che l'Italia ospiterà dal **primo maggio al 31 ottobre 2015** e sarà il più grande evento mai realizzato sull'alimentazione e la nutrizione. Per sei mesi Milano diventerà una vetrina mondiale in cui i Paesi mostreranno il meglio delle proprie tecnologie per dare una risposta concreta a un'esigenza vitale: riuscire a garantire cibo sano, sicuro e sufficiente per tutti i popoli, nel rispetto del Pianeta e dei suoi equilibri.

Expo Milano 2015 sarà la piattaforma di un confronto di idee e soluzioni condivise sul tema dell'alimentazione, stimolerà la creatività dei Paesi e promuoverà le innovazioni per un futuro sostenibile. Ma non solo. **Expo Milano 2015** offrirà a tutti la possibilità di conoscere e assaggiare i migliori piatti del mondo e scoprire le eccellenze della tradizione agroalimentare e gastronomica di ogni Paese. Per la durata della manifestazione, la città di Milano e il Sito Espositivo saranno animati da eventi artistici e musicali, convegni, spettacoli, laboratori creativi e mostre. Ogni padiglione comprende diversi argomenti:

Riso - Abbondanza e sicurezza: versatile e nutriente. Il riso è nato in Cina e poi diffuso in tutto il mondo.

Cacao - Il cibo degli Dei: nasce dai Maya e dagli Aztechi e poi diffuso in Europa nel 1600.

Caffè - L'energia delle idee: nell'economia mondiale il caffè è uno dei prodotti primari maggiormente importati.

Frutta e Legumi: erano coltivati nell'area tra Mesopotamia e Mediterraneo

Il mondo delle spezie: richiamavano alla mente i colori, i profumi e il fascino di terre esotiche.

Cereali e Tuberi - Vecchie e nuove colture: hanno favorito l'incontro di civiltà

Isole, mare e cibo: sono le isole del Pacifico quella dell'Oceano Indiano e quella della regione dei Caraibi

Zone aride: il concetto di aridità fa pensare alla mancanza di acqua. Gli ambienti aridi sono diversi in termini di suoli, fauna, flora, equilibri idrici e attività umane. Diverse soluzioni sono state promosse e utilizzate come approccio alla gestione.

Matteo Antonacci, Andrea Delli Castelli, classe 2^A, Sc. Sec. I gr. "L. C. Paratore", Penne

L'alimentazione dell'adolescente

Gli adolescenti di età compresa tra i 12-18 anni, hanno oggi preferenze alimentari molto diverse e ben lontane dai modelli salutari indicati per questa fascia di età. La pratica comune di alleggerire o saltare la cena, la tendenza a fare spuntini piuttosto che mangiare un pasto vero, la preferenza per i fast food, il consumo di bevande alcoliche soprattutto nei weekend, sono solo alcune delle cattive abitudini. Durante l'adolescenza, in un corpo che si prepara ad assumere una forma adulta, sono numerosi i cambiamenti e l'alimentazione rischia di essere scorrettamente utilizzata quale strumento per raggiungere l'immagine desiderata, spesso non compatibile con una condizione di benessere psico-fisico. Noi abbiamo bisogno di nutrirci ogni giorno perché il nostro organismo per svolgere le sue funzioni vitali utilizza il cibo ingerito da cui vengono ricavati i nutrienti (carboidrati, grassi, proteine, vitamine, sali minerali e acqua) che poi vengono digeriti e assorbiti. Se mangiamo più cibo di quanto necessario lo trasformiamo in grasso di deposito. Gli eccessi portano a squilibri che, quando ripetuti nel tempo, favoriscono la comparsa di alcune malattie come l'**obesità**, l'**arteriosclerosi**, il **diabete** e l'**ipertensione**.

Filastrocca alimentare

**Se bene vuoi stare
attività fisica devi fare.**

**Se in palestra non vuoi andare,
tre volte a settimana, a passo veloce,
vai a passeggiare.**



**Se piatti semplici sceglierai,
se le porzioni ridurrà,
se pochi grassi userai,
sicuramente bene ti sentirai.**



**Al giorno, cinque i pasti sono,
due accompagnati da contorno.
Agli snack fuori pasto cerca di dire no.**

**Pane e pasta non eliminare,
Con il giusto condimento li puoi mangiare.**

**Mangia verdura,
con la frutta non esagerare,
se della tua salute vuoi aver premura.**



**Due volte a settimana il pesce devi mangiare
Fresco o surgelato, in pescheria devi andare.**



**Se bene vuoi stare,
se in sovrappeso non vuoi andare,
l'alcol devi evitare.**

**Senza esagerare,
i dolci della nonna puoi gustare.**



**Poco zucchero e poco sale
di sicuro non fan male.**



**Con le bibite zuccherate
non eccedere mai
E, se l'acqua preferirai,
sappi che meglio vivrai.**

**Se queste regole rispetterai,
lunga vita senz'altro avrai!**



Classe 2^AB, Sc.Sec.I gr. "L.C.Paratore", Penne

I MULINI A VENTO DEL FUTURO

Nella mitologia Eolo, Dio del vento donò a Ulisse un otre piena di venti affinché egli potesse usarli per tornare in patria.

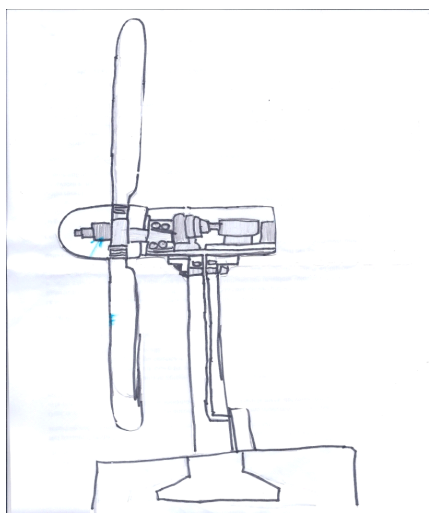
Nel passato il vento è stato fondamentale per la storia dell'uomo. Grazie ad esso Cristoforo Colombo scoprì un nuovo continente: l'America; fu sempre il vento a fornire forza per far girare le pale degli antichi mulini.

Oggi, questo elemento atmosferico può ancora essere utile all'uomo moderno? La risposta è sicuramente affermativa perché da un po' di anni abbiamo imparato a sfruttare la forza del vento per produrre energia elettrica. I moderni mulini a vento si chiamano aerogeneratori o turbine eoliche, torri d'acciaio di altezza che va tra i 60 e 100 metri, dotate ognuna di due o tre pale lunghe circa 20 metri fissate su un elemento meccanico chiamato rotore. Da qui l'energia cinetica del vento viene trasmessa a un generatore di corrente situato all'interno di una gondola o navicella.

Più aerogeneratori collegati insieme formano le wind farm cioè le "fattorie del vento" che sono delle vere e proprie centrali elettriche. Gli impianti eolici possono essere di due tipi: onshore cioè situate sulla terraferma e offshore, situate in mare.

Le wind farm più recenti sono offshore, in mare o negli oceani ma anche sulla superficie di grandi laghi. Le wind farm offshore pur avendo costi elevati presentano maggiori vantaggi rispetto a quelle onshore. Sulla superficie dei mari i venti soffiano con maggiore velocità e costanza garantendo sicuramente una produzione maggiore. Inoltre anche le perplessità relative all'impatto visivo e acustico, vengono ridotte perché le pale sono situate oltre la linea dell'orizzonte, a una distanza di 3 Km dalla costa; così pure i problemi ambientali legati al pericolo costituito dalle torri per gli uccelli sono molto limitati. Alcuni ricercatori sostengono che le zone dove sono situati gli impianti potrebbero diventare persino luoghi di ripopolamento e di biodiversità marini.

Negli ultimi anni la produzione di energia eolica è molto cresciuta, sono molti i paesi del mondo che hanno rivolto l'attenzione a questo tipo di rinnovabile. Tra i maggiori produttori troviamo la Cina che occupa il



primo posto seguita da USA, Germania, Spagna, India, Gran Bretagna, Italia, Francia, Canada e Danimarca. È molto recente la notizia che anche la Tour Eiffel, uno dei simboli più famosi di Parigi punta sulle energie rinnovabili e in particolare,



l'eolico. Infatti al secondo piano della "dama di ferro" sono state installate due turbine eoliche che garantiranno una cospicua parte del Fabbisogno energetico della torre.

Allora perchè scegliere il vento come energia del futuro?

Il vento sicuramente ci offre energia pulita, le pale eoliche non consumano combustibili fossili per girare, quindi, non

immettono nell'ambiente gas nocivi contribuendo a ridurre in modo significativo l'emissione dei "gas serra". Il l'energia eolica una fonte rinnovabile . ci auguriamo quindi che l'eolico diventi l'energia del futuro per mantenere pulito il nostro piccolo pianeta.

Classe VB, scuola primaria "San Panfilo", I.C. "L.C.Paratore", Penne

PER NON DIMENTICARE

Ci rivolgiamo al genere umano perché si armi di coraggio, di volontà e amore verso il prossimo e ponga fine a tutte le forme di discriminazione esistenti. La discriminazione incombe sulla vita quotidiana di milioni di persone ogni qual volta una preferenza, un'esclusione, un pregiudizio o una restrizione producono l'effetto di annullare o indebolire il riconoscimento o la capacità di godere o di esercitare tutti i diritti e le libertà, da parte di ogni persona, su base di parità. E' assolutamente necessario attuare politiche che promuovano l'inclusione sociale degli emarginati e segregati e farli sentire parte di una società in cui tutti i cittadini siano uguali di fronte alla legge e abbiano pari opportunità di partecipazione economica, sociale e politica. Ogni qualvolta la pagina della storia dei crimini contro l'umanità è stata girata, si è visto come l'esperienza e la memoria del dolore causati da questi crimini si è ridotta o addirittura è stata rimossa dalla vita degli esseri

umani e compensata con scuse, restituzione delle proprietà e, solo in ultimo, con la condanna di questi crimini.

Non si può dimenticare che ogni forma di discriminazione è un passo in più verso la disuguaglianza e un passo in meno verso una società civile ed equa. La coscienza e l'appartenenza alla patria terrestre permetterà lo sviluppo attraverso molteplici canali,

di un sentimento di unione e solidarietà. La formazione del cittadino deve favorire il radicamento dell'identità planetaria.

ESPERIMENTI NAZISTI

Particolarmente traumatici furono gli esperimenti condotti sui prigionieri usati come cavie. Il dottor Mengele privilegiava le donne ed iniettava cemento nelle parti intime per provare nuovi sistemi di sterilizzazione, facendo morire le vittime tra dolori indicibili. Convinto che gli zingari potessero essere trasformati in ariani biondi e con occhi azzurri, tentava di schiarire i loro occhi neri con l'acido cloridrico. Un altro dottore faceva esperimenti sulla malaria chiudendo i prigionieri in piccolissime celle in cui, per 7 giorni, venivano liberate zanzare portatrici della malattia che li divoravano vivi.

Un principio dialogico speciale: unisce due principi che dovrebbero escludersi a vicenda, ma che sono indissociabili in una



stessa realtà. La diversità è ciò per cui una cosa è diversa; è uno dei valori fondamentali del nostro secolo. Diverso è tutto ciò che è fuori dal nostro concetto soggettivo di normalità, destabilizza finché non la si conosce. Le differenze esistono e vanno riconosciute. Non si diventa uguali negando che esistano le differenze. La normalità è ciò che è conforme a una regola o all'andamento consueto di un determinato processo che serve a dare norma. Le persone non sono normali o anormali, sono semplicemente se stesse. Siamo tutti diversi e non esiste peggior discriminazione del trattare tutti allo stesso modo.

Classe 3^a B
Sc. Sec. I gr. "L. C. Paratore", Penne

GIORNATA DELLA MEMORIA 2015

27 gennaio 1945 - 27 gennaio 2015

70 anni dalla liberazione del campo di sterminio di Auschwitz



GRAVIDANZA E ALIMENTAZIONE

Quali alimenti scegliere durante questo periodo?

Quali evitare?



Un'avventura meravigliosa: avere un bambino è davvero un momento unico, ricco di emozioni e di gioia ma anche di un po' di insicurezza e di qualche inevitabile timore. Un aspetto particolarmente importante da curare in gravidanza riguarda l'alimentazione. Infatti, se la futura mamma si alimenta correttamente, il bambino riceverà tutte le sostanze nutritive necessarie per crescere e svilupparsi in modo sano. In particolare, una dieta sana e bilanciata deve comprendere: proteine (ricavabili da carni, pollame, pesce, legumi), carboidrati (cereali, pane, pasta, riso), latte e derivati (formaggi), frutta, verdura. La maggior parte di questi alimenti è sicura e dovrebbe costituire la dieta sana consigliata per la gravidanza sebbene, alcuni alimenti, come certi tipi di pesce, formaggi freschi, carne pronta e germogli crudi potrebbero presentare dei rischi se consumati durante la gravidanza. Per questo, la gestante dovrebbe conoscere i cibi a rischio, in modo da poter scegliere gli alimenti più sicuri per se stessa e per il bambino.

Quali gli alimenti vietati durante la gravidanza?

Pesce crudo, in particolare i crostacei; uova strapazzate e alimenti cucinati con uova crude o poco cotte; succhi di frutta non pastorizzati; germogli crudi, in particolare quelli di erba medica; formaggi molli non pastorizzati, come gorgonzola, tome e tommini freschi; latte non pastorizzato e alimenti a base di latte non pastorizzato.; fegato; integratori, tisane e tè a base di estratti vegetali (è invece ammesso il tè tradizionale, meglio se decaffeinato); pesce, che potrebbe contenere un'alta quantità di mercurio, come squalo, pesce spada e sgombrò; pesce, carne e hot dog crudi o non ben cotti; gli affettati crudi, come il prosciutto crudo, che potrebbero causare intossicazioni alimentari; paté, salse a base di carne o pesce affumicato, in vendita in gastronomia o nel banco frigo del supermercato. Le versioni confezionate di questi prodotti, invece, sono sicure.

Le stesse accortezze andrebbero utilizzate per le bibite: bisogna bere acqua del rubinetto o acqua in bottiglia? Zucchero o dolcificanti?

Acqua: quale bere? Partiamo dalla premessa che in gravidanza bisogna bere di più: nel corso dei nove mesi, infatti, c'è maggiore necessità di liquidi per la formazione di liquido amniotico e per l'acqua presente nei tessuti fetali.

La Coca-Cola è consigliata? La Coca-Cola in gravidanza non è vietata in assoluto, ma va limitata, soprattutto perché si tratta di una bibita zuccherina: l'assunzione di zuccheri semplici nella dieta deve essere controllata tanto più in gravidanza, quando il metabolismo degli zuccheri si modifica e ed è più facile avere problemi di glicemia alta e diabete gestazionale.

E i super-alcolici? Sono assolutamente vietati sia gli alcolici che i super-alcolici perché possono portare gravi danni alla formazione del feto.

Infine, possiamo dire che l'ultimo pericolo da evitare dalla donna in gravidanza è sicuramente il fumo che, insieme agli alcolici, porta al non corretto sviluppo del feto.

Mattia Perilli e Matteo Marini, classe 3^AB,
Sc. Sec. I gr., I.C. "M.Giardini", Penne



il passaggio di altre sostanze dannose. Infatti, fumando, si è maggiormente esposti allo smog e alle sostanze inquinanti, non più trattenute dal sistema di pulizia. La classica tosse e il catarro del fumatore sono sintomo di una mancata efficienza del sistema di pulizia del polmone, che causa

un'eccessiva produzione di muco. Con l'andare del tempo tutto ciò porta alla bronchite cronica, all'enfisema ed infine al cancro al polmone, che è causato per l'85-90% dal fumo di sigaretta. Anche l'apparato circolatorio risente negativamente del fumo della sigaretta. Il monossido di carbonio, per esempio, riduce la quantità di ossigeno disponibile per l'organismo. Il sangue è meno ossigenato, e tutti gli organi ricevono quindi meno ossigeno. Insieme alla nicotina, esso accelera la formazione delle placche arteriosclerotiche nei vasi sanguigni, elevando il rischio di infarto del miocardio e di ictus.

Linda di Pomponio, classe 3^AB,
Sc. Sec. I gr., I.C. "Mario Giardini", Penne

FUMO e GIOVANI

In crescita il numero di giovani che consumano tabacco

Il consumo di fumo fra i giovani è, negli ultimi anni, sempre più in crescita. Il consumo abituale di fumo può cominciare a verificarsi intorno ai 14 anni. Gli adolescenti vedono la sigaretta come un mezzo per soddisfare principalmente due necessità: quella di autonomia e quella di ribellione nei confronti degli adulti per sentirsi già tali. A volte il consumo di fumo diventa anche un modo per affermarsi in un gruppo o nella società adolescenziale.

I dati riportano numeri alquanto negativi: il 13% dei giovani in età compresa fra i 17 e i

24 anni hanno rivelato di fumare anche 10 sigarette al giorno e il 16% fra gli 11 e i 15 anni, hanno fumato almeno una volta. Ma i

ragazzi conoscono i danni che questa abitudine può portare? Cominciare a fumare in età precoce porta gravissimi danni alla salute: per primo è danneggiato l'apparato respiratorio. Sostanze irritanti come acido cianidrico, acroleina, formaldeide, ammoniaca, ecc... compromettono rapidamente il sistema di pulizia del polmone e quindi facilitano

MALATTIE DA INQUINAMENTO

Smog e inquinamento: le loro conseguenze sulla salute sono sempre più gravi e colpiscono soprattutto i bambini, in tutta la loro fragilità. Le malattie causate dallo smog nei bambini sono purtroppo un fenomeno in crescita anche in Italia, a partire dalle allergie respiratorie e l'accumulo di piombo nel sangue dei più piccoli. Tra le malattie più diffuse ci sono:

1. **Asma infantile:** per i bambini lo smog incide come il fumo passivo. Dietro l'aumento dei casi di asma infantile nel corso degli ultimi anni potrebbe nascondersi l'inquinamento. Gli scienziati hanno scoperto che l'esposizione allo smog ha più o meno gli stessi effetti di quella al fumo passivo.

2. **Cancro al polmone:** ciò che preoccupa maggiormente è che le gravi malattie polmonari causate dall'inquinamento colpiscono persone sempre più giovani, arrivando anche ai bambini. Emblematico è il caso della bambina cinese malata di cancro ai polmoni a soli 8 anni.

3. **Piombo nel sangue:** sono proprio i bambini tra le vittime più fragili colpite dall'inquinamento causato dall'Ilva a Taranto. La denuncia è sorta da alcuni medici pediatri tarantini riguardo alla presenza di fonti di piombo nell'ambiente, ai quali i più

piccoli risultano particolarmente esposti. Acqua, terra e aria sono avvelenate.

4. **Congiuntiviti e allergie agli occhi:** Lo smog e l'inquinamento urbano possono provocare gravi malattie agli occhi dei bambini. Si tratta di sintomi provocati proprio dallo smog e dall'inquinamento. Gli esperti parlano già di una nuova entità clinica definita Urban Eye Allergy, un'allergia agli occhi che colpisce i bambini che vivono in città per via dell'elevato tasso di inquinamento.

5. **Malattie respiratorie:** Le malattie respiratorie sono in aumento a causa dell'inquinamento, dello smog e dei cambiamenti climatici. Possono colpire tutti, a partire dai pazienti più deboli, tra cui troviamo anche i bambini, soprattutto se sono già soggetti a episodi di rinite allergica.

6. **Dermatite atopica:** La dermatite atopica è un disturbo sempre più diffuso in Europa, soprattutto tra i bambini al di sotto dei 5 anni. La maggior parte delle malattie infantili in Europa dovrebbe essere ricondotta all'ambiente malsano e poco salutare in cui i piccoli si ritrovano a vivere.

Autismo: Smog e autismo, un binomio da non sottovalutare. Respirare biossido



di azoto e polveri sottili durante la gravidanza e nel primo anno di vita del neonato aumenta il rischio di sviluppare l'autismo. Secondo gli esperti, l'esposizione all'inquinamento è fonte di rischio sia per i nascituri che per i bambini appena nati. Riducendo smog e inquinamento saremmo non soltanto più sani, ma anche più felici.

Cacciatore Cristian 3^AB,
Di Francesco Simone 3^AA
Sc. Sec. I gr., I.C. "M.Giardini", Penne



adolescenziale.

In molti casi il ragazzo sviluppa una dipendenza tale che lo porta a spendere soldi in maniera compulsiva, ma soprattutto lo induce a stare attaccato al videogame ore e ore, fino al punto in cui arriva a confondere la realtà con la finzione di quel mondo parallelo.

Dopo aver discusso sui rischi legati all'uso delle nuove tecnologie volevamo porci un'altra domanda: i videogiochi possono favorire lo sviluppo di abilità secondarie?

A tale proposito abbiamo constatato che giocare in quantità giuste e moderate può portare anche allo sviluppo di alcune abilità: maggiori riflessi, un udito migliore, maggior intuito e velocità.

Insomma come tutte le cose: "Il troppo stroppia" e, per questo, è bene fare un uso consapevole e critico degli strumenti multimediali.

Scotellaro Salvatore,
Di Marcoberadino Andrea,
classe 3^A B
Sc. Sec. I gr., I.C. "M.Giardini", Penne

Tecnologia: pro o contro?

Cosa sono e quante le dipendenze da tecnologia? La tecnologia può causare effetti negativi o positivi? Possono i videogiochi sviluppare abilità secondarie? Quali? ...

Le risposte a queste domande sono spesso e volentieri contraddittorie, ma partiamo con ordine. Le dipendenze da tecnologia sono di vario tipo e riguardano vari campi che cambiano a seconda della persona, dei suoi interessi e dell'età. Troppo spesso però le dipendenze vengono confuse con semplici hobby e questo porta nella persona all'aumento delle ore giornaliere di attaccamento all'apparecchio o al sito che la alimentano.

Andando più nello specifico i tipi di dipendenza possono essere diversi e di vario tipo, ad esempio:

1. **Dipendenza cibersessuale:** gli individui che ne soffrono sono di solito dediti allo scaricamento e all'utilizzo di materiale pornografico online.



2. **Dipendenza ciber-relazionale:** gli individui che ne sono affetti diventano troppo coinvolti in relazioni online o possono intraprendere un adulterio o relazioni virtuali. Gli amici online diventano rapidamente più importanti per l'individuo rispetto agli amici reali e alla famiglia.

3. **Net Gaming:** la dipendenza dai giochi in rete comprende una vasta categoria di comportamenti. In particolare, gli individui utilizzeranno i casinò virtuali, i giochi interattivi, i siti delle case d'asta o le scommesse su Internet, soltanto per perdere importi eccessivi di denaro.

I tipi di dipendenza sono innumerevoli: infatti, oltre a questi, ce ne sono moltissimi altri, tra cui la dipendenza dai videogiochi che affligge molti ragazzi in età

LE ECLISSI: I MISTERI DELL'UNIVERSO

La parola eclissi deriva dal latino e significa nascondersi, rendersi invisibile: infatti, durante le eclissi, un corpo celeste diventa temporaneamente invisibile perché, tra esso e chi lo guarda, se ne interpone un altro. Un'eclissi può essere: solare o lunare.

Un'eclissi solare è un fenomeno ottico causato da un disco solare oscurato, tutto o in parte dalla Luna. Si tratta di un evento piuttosto raro: perché l'eclissi si verifichi Sole, Luna e Terra devono essere perfettamente allineati.

Un'eclissi solare può essere:

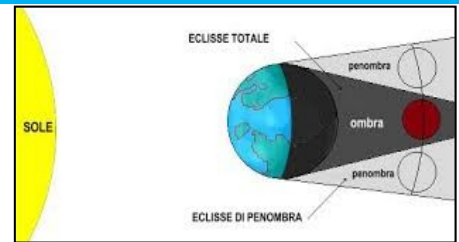
- **parziale**: quando la Luna non è perfettamente allineata con la Terra e il Sole, per cui la sua ombra non giunge sulla superficie terrestre.
- **ibrida**: si verifica quando la risultante tra l'orbita lunare e la rotazione terrestre fa sì che il diametro angolare apparente della Luna sia appena sufficiente a coprire totalmente il disco del Sole al culmine dell'eclissi.
- **anulare**: se la Luna è nel punto più lontano della sua orbita e il cono d'ombra non giunge fino alla superficie terrestre.
- **totale**: quando il Sole viene oscurato completamente a causa dell'allineamento Sole-Luna-Terra. Il periodo di oscurità può durare da pochi secondi a circa 7 minuti, a seconda

della posizione relativa della Luna e dell'osservatore. La totalità è visibile solo in una stretta fascia della superficie terrestre lunga qualche migliaio di chilometri, ma larga solo qualche decina. I luoghi vicini vedono invece solo un'eclissi parziale.

Un'eclissi solare totale è quella avvenuta il 20 marzo 2015 visibile solo parzialmente dall'Italia. L'allineamento di Sole-Luna-Terra ha determinato quella che è stata battezzata "marea del secolo". In Francia presso il Mont Saint-Michel il mare ha raggiunto i 14 metri d'altezza qualche ora dopo il massimo dell'eclissi. A Venezia si è registrata una marea di 75 cm (circa 20-25 centimetri in più della media). Successivamente all'eccezionale alta marea, si è verificata anche un'equivalente bassa marea estrema. Tale fenomeno ha influito anche sulla produzione di energia elettrica.

Un'eclissi lunare è un fenomeno ottico durante il quale l'ombra della Terra oscura del tutto o parzialmente la Luna e che si verifica nel momento in cui quest'ultima è in fase di "piena" mentre Sole, Terra ed essa si trovano allineati in quest'ordine.

Un'eclissi lunare può essere:



- **totale**: si verifica quando la Luna transita completamente attraverso l'ombra della Terra, è il tipo di eclissi più visibile grazie alla rifrazione dei raggi solari attraversanti l'atmosfera terrestre che la rende rossastra.

- **parziale**: si verifica quando la Luna non è abbastanza vicina all'ellittica da poter transitare per l'intera ombra terrestre, quindi viene occultata solo in parte mostrando un profilo falcato. È di minore interesse scientifico rispetto alle totali.

- **penombrale**: si verifica quando la Luna transita solo ed esclusivamente per la penombra della Terra, senza essere occultata dall'ombra: il fenomeno si mostra poco appariscente. Potrebbe essere visibile una piccolissima parte dell'ombra, ma solo se la Luna transita completamente all'interno della penombra.

In un anno ci possono essere un massimo di 7 eclissi solari e lunari e un minimo di 2, che saranno esclusivamente solari.

Andreoli Arianna, classe 3^A,
Sc. Sec. I gr., I.C. "M.Giardini", Penne

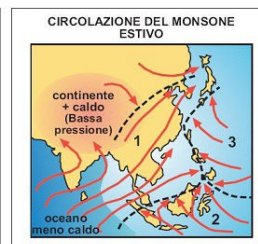
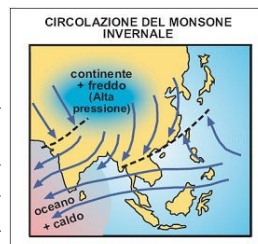
I MONSONI...i venti della fertilità

Il monzone è un vento caldo, tipico dell'Oceano Indiano, che influenza profondamente il clima. Il nome deriva dall'arabo mawsim che significa "stagione". Questo indica perfettamente il carattere stagionale di questi grandi flussi d'aria, che i meteorologi li definiscono venti periodici. Il cambiamento di direzione del vento, che avviene a maggio e a ottobre, è accompagnato da cicloni tropicali molto violenti, i tifoni, che hanno spesso effetti devastanti sulle coste dell'Oceano Indiano. I monsoni non spirano solo sul continente asiatico: sopra tutti i continenti si verificano, durante l'anno, un periodo di riscaldamento e un periodo di raffreddamento delle masse d'aria. Sull'Asia però, data l'enorme estensione del territorio, dei ghiacciai e dei deserti, questi fenomeni sono molto più evidenti e imponenti.

Sulla Terra vi sono altre zone monsoniche: il Golfo di Guinea, il Golfo del Messico, le coste del Venezuela, l'Australia, la Somalia, e, in Europa, la Penisola Iberica e anche in alcune zone della Russia settentrionale. Il monzone spira d'estate dall'oceano verso il continente,

d'inverno dal continente verso l'oceano. La stagione in cui si concentrano

le piogge, generalmente tra giugno e settembre, è caratterizzata dal monzone di sud-ovest, un vento carico di umidità proveniente dall'Oceano Indiano. Verso il mese di maggio, appaiono, provenienti dal mare, le prime nuvole che viaggiano verso la terra. Il continente, nel periodo primaverile, si è riscaldato più del mare, e perciò è divenuto una zona di bassa pressione: le masse d'aria si innalzano e il loro vuoto è coperto da venti freschi e umidi provenienti dal mare, così arriva la pioggia. Le nubi corrono lungo la pianura birmana e indiana, invadono valli spinti da forti venti, e l'acqua cade con forte intensità. Dopo quaranta giorni si può arrivare a 0,5 metri e più. I monsoni vengono però considerati, nonostante la molta pioggia, sempre benefici per l'agricol-



tura. Durante l'inverno, l'enorme massa continentale dell'Asia si raffredda, mentre l'Oceano Indiano e l'Oceano Pacifico meridionale

mantengono le loro acque piuttosto calde: sulla massa continentale si forma una enorme zona di alta pressione, sul mare una zona di bassa pressione. Perciò le masse d'aria si spostano dalla terra verso il mare, e quindi in inverno venti secchi e abbastanza freddi spirano dall'interno dell'Asia verso l'Oceano Indiano. Cherrapunjee si trova in India orientale, in piena zona monsonica, è la località più piovosa della Terra: vi cadono ogni anno circa 12 metri di pioggia. Nelle zone monsoniche il periodo di siccità è lungo, ma i quattro mesi di piogge lo compensano abbondantemente. I prodotti della zona monsonica sono quelli che si adattano bene ad un clima umido: il caucciù, il teck, l'ebano, riso, tè, canna da zucchero e cotone.

Leone Benedetta, Petrucci Virginia, classe 3^B,
Sc. Sec. I gr., I.C. "M.Giardini", Penne

DIMMI COME MANGI E TI DIRÒ COME STAI...

Classi VA-VB, Scuola primaria I.C. "M.Giardini"

Ogni uomo ha bisogno di energia per svolgere i lavori e le attività della vita quotidiana, energia che viene fornita da principi nutritivi presenti negli alimenti di cui si nutre.

Gli alimenti, infatti, contengono sostanze che svolgono diverse funzioni: alcune sono appunto energetiche, altre sono sostanze plastiche o costruttive, altre ancora protettive e regolatrici.

Gli alimenti con funzione energetica forniscono energia per il funzionamento del corpo e per svolgere le diverse attività fisiche e mentali; queste sono gli zuccheri, gli amidi e i grassi, che rappresentano per l'uomo le principali fonti di energia, ma con delle differenze: gli zuccheri e gli amidi contenuti nei cereali e nei loro derivati si consumano subito, invece i grassi conte-

nuti nel burro, nell'olio o nella frutta secca forniscono energia molto lentamente, pertanto, se assunti in grandi quantità, possono accumularsi nei nostri tessuti.

Le sostanze plastiche o costruttive, presenti negli alimenti ricchi di proteine, servono per garantire la crescita del nostro organismo e ricostruire le parti del corpo usurate e lesionate. I cibi che contengono maggiormente le proteine sono di origine animale: carne, pesce, latticini, uova... Gli alimenti di origine vegetale che contengono proteine sono i legumi e la frutta secca.

Le sostanze protettive e regolatrici sono le vitamine e i Sali minerali (calcio, sodio e iodio) contenuti nella frutta, nella verdura e nel pesce; esse regolano le funzioni del nostro organismo e ci difen-

Il cibo non basta...

E' importante conoscere le proprietà degli alimenti e variarne il consumo, ma se siamo poco attivi e consumiamo molto cibo il grasso degli alimenti finirà per accumularsi nei nostri tessuti formando le cellule adipose; perciò, accanto a un'alimentazione equilibrata, è bene fare regolarmente attività fisica, altrimenti rischiamo di andare incontro a problemi di salute legati al sovrappeso o al sottopeso.

dono dalle malattie.

Proprio perché i principi nutritivi sono diversi e diverse sono le loro funzioni, è importante per l'uomo variare l'alimentazione, e una **PIRAMIDE ALIMENTARE** basata sulla quantità e sulla frequenza dei cibi da ingerire può indicarci come nutrirci in maniera corretta.

Essa è divisa in sezioni e man mano che si sale verso l'alto cambia la quantità dei cibi da ingerire. Nella base sono presenti i cibi che dovremmo assumere maggiormente: la frutta, gli ortaggi, i cereali e derivati, i legumi. Nella seconda sezione possiamo trovare latte e derivati, carne e pesce. All'apice sono presenti i dolci, il burro, l'olio e lo zucchero.



Indagine sulle allergie e intolleranze alimentari

Gli alunni delle classi V A e V B hanno condotto nell'ambito della propria scuola un'interessante indagine per scoprire l'incidenza di un fenomeno sempre più diffuso, quale quello delle intolleranze alimentari, tra gli alunni delle classi di scuola primaria e scuola secondaria di I grado. I risultati dei sondaggi riferiti sia alla quantità dei casi sia alla varietà degli alimenti ritenuti causa di intolleranze, sono stati poi riportati in percentuali e rappresentati con dei grafici

CREDENZE POPOLARI SULL'ALIMENTAZIONE

1. Il vino fa buon sangue

Non è vero, anzi un abuso di alcol può essere responsabile di varie forme di anemia e di un aumento dei grassi presenti nel sangue.

2. L'acqua fa ingrassare

L'acqua non contiene calorie e le variazioni di peso dovute all'ingestione o all'eliminazione dell'acqua sono momentanee e ingannevoli.

3. Gli spinaci fanno diventare forti come Braccio di Ferro

Non è vero perché gli spinaci contengono poche proteine, che sono le sostanze plastiche in grado di costruire i nostri muscoli, mentre sono ricchi di vitamine, sali minerali e fibre, cioè principi nutritivi con funzione protettiva e regolativa; pertanto gli spinaci regolano e difendono il nostro organismo più che darci forza.



4. I succhi di frutta e le marmellate "senza zucchero" sono privi di zucchero

Non è vero, perché essi contengono comunque gli zuccheri naturalmente presenti nella frutta, cioè il fruttosio, il glucosio e il saccarosio.

5. L'acqua gassata fa male

Non è vero che l'acqua gassata fa male perché l'anidride carbonica presente in essa migliora la conservabilità del prodotto. Solo quando la quantità di gas è esagerata può provocare lievi problemi gastrici o intestinali.

6. Il consumo di zuccheri provoca disturbi nel comportamento del bambino

Approfonditi studi hanno smentito l'ipotesi che lo zucchero (saccarosio) possa provocare alterazioni del comportamento come l'iperattività. Inoltre il consumo dello zucchero non ha influenza sulle capacità di apprendimento.

Incontro con la nutrizionista: Intervista alla dott.ssa MARTA DI FEDERICO

Ci sono alimenti più importanti di altri?

No, non esistono alimenti più importanti di altri in quanto non esiste un alimento "completo", ovvero un alimento che contenga tutti i principi nutritivi nella giusta quantità e che sia quindi in grado di soddisfare da solo le nostre necessità nutritive. Di conseguenza, il modo più semplice e sicuro per garantire, in misura adeguata, l'apporto di tutte le sostanze nutritive indispensabili, è quello di variare il più possibile le scelte alimentari e di combinare in modo corretto i diversi alimenti.

Spesso i bambini non assaggiano gli alimenti dal colore verde, quindi i piselli, gli spinaci... Fanno bene?

Frutta e ortaggi, come anche i legumi, rappresentano una fonte importantissima di vitamine, minerali ed altre sostanze di grande interesse per la salute come la fibra alimentare. Essi hanno dunque un ruolo essenziale nei meccanismi di difesa del nostro organismo e nel mantenimento di un buon funzionamento del nostro sistema digerente. L'avversione nei confronti di questi alimenti da parte di bambini ed adolescenti è molto comune, per cui un ruolo fondamentale riveste l'educazione al piacere del cibo che mai deve essere dimenticato, l'imparare ad assaggiare alimenti nuovi anche attraverso il gioco.



Con il progetto "Frutta nelle scuole" alla ricreazione mangiamo frutta di stagione: è una buona cosa secondo lei?

Consumare uno spuntino a metà mattinata è un'ottima abitudine alimentare e lo è ancor di più scegliere come tale un frutto di stagione. Seguire il principio della stagionalità dei prodotti alimentari garantisce maggiore sicurezza e genuinità dell'alimento ed anche un notevole risparmio.

Alcuni bambini mangiano sia la merenda, sia la frutta: fanno bene?

A volte un frutto potrebbe risultare non sufficiente rispetto al fabbisogno energetico che comunque è diverso per ognuno di noi. E' possibile consumare uno spuntino più sostanzioso ma che come tale non sostituisca un pasto centrale, ovvero che non ecceda in quantità. Inoltre è importante indirizzare le scelte alimentari sempre verso la qualità alimentare che va applicata anche a spuntino e merenda; ad esempio è più salutare consumare un

panino con il prosciutto che una merendina, ma... attenzione alle sue dimensioni!

Alcuni bambini mangiano un solo tipo di frutta per tutto l'anno, anche fuori stagione: lei cosa ne pensa? E' una buona abitudine? Come detto precedentemente mangiare un solo tipo di frutta non è affatto una buona abitudine alimentare, sulla base dell'importanza che deve essere data al variare la nostra alimentazione ed alla stagionalità.

Qual è l'alimento più ricco di principi nutritivi? Come abbiamo detto non esiste un alimento che da solo possa soddisfare il nostro fabbisogno nutrizionale. Certamente, tra i tanti alimenti salutaris e più ricchi in principi nutritivi, possiamo ricordare il latte. Il latte è un alimento importante che contribuisce a soddisfare il fabbisogno giornaliero di proteine, zuccheri, grassi e vitamine in ogni età della vita. E' inoltre una fonte particolarmente ricca anche di minerali quali calcio, fosforo, sodio e potassio.

Una persona pigra, che non consuma energie, dovrebbe mangiare di meno?

Chi svolge attività fisica più intensa e regolare ha bisogno di reintegrare una maggiore quantità di energia. Non bisogna però dimenticare che continuamente il nostro organismo consuma energia, specialmente nei bambini, nei quali, oltre alle normali funzioni fisiologiche, quali respirare ad esempio, il gioco rappresenta parte integrante della loro quotidianità. Per tutte queste ragioni l'apporto energetico derivante dagli alimenti deve essere sempre adeguato.

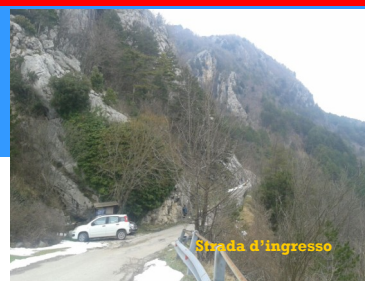
ARRAMPICARE, CHE PASSIONE!

Uno sport divertente ed emozionante

“Paolo, oggi ti porterò in luogo bellissimo, a Farindola, un piccolo paese ai piedi del Gran Sasso. Prendi le scarpette, la corda e l'imbrago che partiamo subito”. Così come Paolo anche tanti altri ragazzi, ragazze e papà che amano la disciplina dell'arrampicata, in tutti i giorni dell'anno e soprattutto negli orari più freschi d'estate o più caldi d'inverno, cercano di partire per raggiungere Farindola. In particolare Valle d'Angri che grazie alle caratteristiche del territorio, è adatto alla pratica di questo sport. Uno sport che però richiede una grande abilità e concentrazione oltre che buona forza fisica, perché è necessario aggrapparsi bene con le mani e i piedi, o sapere inserire al punto giusto i perni nelle pareti delle rocce che sono abbastanza lisce, per poter compiere una arrampicata. Naturalmente non ci si può improvvisare arrampicatori in quanto è necessario conoscere bene i luoghi, tuttavia la natura stessa del paesaggio rende desiderabile accostarsi alle rocce anche solo per ammirarne la bellezza. La zona di Valle d'Angri è costituita infatti da un massiccio di rocce sedimentarie formate da calcari, dolomia di natura carbonatica

e marna che la rendono molto simile ai gruppi alpini dolomitici. La dolomia è costituita dal minerale dolomite; il calcare è rappresentato dal minerale calcite mentre la marna è di tipo terrigeno, composta da una frazione argillosa e da una frazione carbonatica. La roccia di Valle d'Angri, in particolare il settore “Sportella”, è bellissima proprio per la presenza di calcare grigio, che rendono lisce e diritte le pareti, ideali per principianti e per la pratica di percorsi d'arrampicata. E' molto facile raggiungere questi luoghi, dal paese di Farindola si seguono le indicazioni per l'area faunistica Vitella d'Oro e qui proprio sulla strada, troviamo pareti rocciose che precipitano sulla strada e sembrano giganti buoni, tranquilli e pazienti che non vedono l'ora di essere scalati! Quando qualcuno arriva sulla cima è preso da grande felicità, perché chi ama questo sport, ama anche la natura, e da qui si possono ammirare il meraviglioso paesaggio roccioso attraversato da boschi e sentire il canto degli uccelli e il rumore dell'acqua che scende vicino la cascata.

Noemi Francescone, classe 1^D,
Sc. Sec.I gr. Farindola – I.C. Civitella Casanova



L'AMERICA NEI LAGHETTI FARINDOLESI

Il black-bass

A Farindola, un piccolo centro montano della provincia di Pescara, è possibile scoprire una particolare varietà di pesce tipico dei grandi laghi di acqua dolce americani. Per tutti gli appassionati di pesca la cattura di un pesce è sempre un momento di grande emozione e trovarsi di fronte a prede importanti fa scattare il desiderio di una vera sfida con la natura, che spinge a provare di tutto per catturarle. È quanto avviene tra i pescatori più estremi che pur di trovarsi alle prese con una di queste prede si avventura tra i boschi e i sentieri di Trosciano per giungere ad un piccolo lago di campagna nascosto tra gli alberi. Qui è possibile infatti misurarsi con il possente Black-bass. Il Black-bass (*Micropterus salmoides*), conosciuto dai pescatori più esperti come *persico-trota*, è un pesce di

acqua dolce che generalmente vive in fiumi, laghi e dighe.

È originario dell'America e della fascia costiera atlantica, ed è stato introdotto in Europa a partire dal 1883, dove si è diffuso in particolare in Spagna, Portogallo e in Italia, soprattutto nelle zone dei grandi laghi o piccoli laghi d'acqua ferma o debole, essendo il loro habitat preferito la parte bassa e ricca di vegetazione, le rive dove proliferano canneti e giunchi o le aree lacustri ricche di ninfee. Il *persico-trota* ha caratteristiche fisiche particolari: non è molto lungo ma piuttosto robusto, il



suo peso può arrivare fino ai 15 kg e oltre, è di colore bianco perla e presenta sfumature verdastre. È tra i pesci più amati dai pescatori di acqua dolce perché essendo molto veloce tiene in continua allerta il pescatore, e poiché è anche piuttosto aggressivo, nel Veneto è stato soprannominato *boccalone*, soprattutto a causa della sua bocca molto larga e profonda munita di denti molto piccoli con cui divora in breve tempo tutto ciò che cattura: in particolare altri pesci, anche della stessa specie. La pesca al Black-bass può svolgersi in diversi modi, tra questi c'è lo *spinning* e il *casting*, che si attuano con esche artificiali di varia grandezza. I pescatori esperti della zona sanno che la loro abilità può dunque misurarsi con il Black-bass, proprio a Farindola, nel piccolo lago di campagna di contrada Trosciano.

Matteo Ciarma, Michela Di Francesco
classe 1^D Sc. Sec.I gr. Farindola
I.C. Civitella Casanova

I DISAGI DELLA NEVE

Nei primi giorni di marzo inaspettatamente c'è stata un'abbondante nevicata che ha paralizzato tutto l'Abruzzo.

Questa nevicata ha provocato molti danni, tra i quali quello che ha causato più disagio è stata la mancanza della corrente elettrica. In vaste zone le case sono rimaste senza luce per la caduta, a causa della neve e del vento, di molti tralicci dove passavano i cavi elettrici. Molti operai dell'ENEL hanno lavorato continuamente per parecchi giorni per ripristinare la linea elettrica. La gente, dopo alcuni giorni senza luce ha cercato di organizzarsi con generatori di corrente propri che però erano piccoli e non reggevano tutti gli elettrodomestici di casa. Avendo capito che i lavori si sarebbero protratti per molto tempo, l'ENEL ha fornito dei grandi gruppi elettrogeni per illuminare almeno per un po' le contrade più isolate. Si deve ringraziare anche la protezione civile ANA che ha aiutato gli operatori dell'ENEL a collegare i gruppi elettrogeni. Oltre ai fili della luce si sono spezzati anche quelli del telefono contrastando le comunicazioni tra le persone che volevano informarsi sulla situazione delle altre zone. Si sono anche rotti i ripetitori per il Wi-Fi impedendo l'accesso a Internet.

La neve, inoltre, ha fatto franare molti terreni in pendenza e alcune persone sono anche state costrette a lasciare le proprie case rimanendo senza un alloggio sicuro.

A Pineto, in provincia di Teramo, le grandi piogge hanno smosso il terreno causando la caduta dei cavi elettrici: questi hanno rotto un tubo del metano che stava sotto il terreno provocando un'esplosione.

Fortunatamente non ci sono state vittime anche grazie al vento: soffiando in direzione contraria alle case ha diretto le fiamme lontano da esse.

A Colletrotta, contrada del comune di Penne, il terreno è franato invadendo una corsia della strada provinciale (SP81) impedendo il passaggio delle macchine per alcune ore.

Le frane hanno portato con loro le tubature dell'acqua rompendole e impedendo l'arrivo del prezioso liquido nelle case che sono rimaste sfornite per molti giorni senza permettere alle persone di lavarsi e a volte anche di bere. Anche in questo caso molti operai, questa volta dell'ACA, hanno cercato di sistemare i tubi per far passare l'approvvigionamento idrico e farla arrivare nelle case isolate. L'ACA per riparare le tubature ha dovuto addirittura chiudere i serbatoi e perciò anche altri comuni, abbastanza lontani, come Città Sant'Angelo, Elice, Castiglione M.R. e altri entri del pescarese, sono rimasti senz'acqua.

La pesantezza del fenomeno nevoso ha distrutto anche molti capannoni e stalle costringendo i contadini a provvedere alla ristrutturazione per proteggere i loro animali. Inoltre sono caduti molti alberi aggravando la situazione già complicata delle frane. Si spera che dopo questi disastri ambientali torni il bel tempo e la normalità, inoltre si ringraziano tutti gli operai che per andare incontro alle necessità delle persone, hanno rischiato la loro vita arrampicandosi sui tralicci della luce e del telefono.

Gianna Vervenna, Gianmarco D'Intino, Luigi
Cicoria, classe 2[^]D
Sc. Sec.I gr. Farindola - I.C. Civitella Casanova

I DANNI DELLA NEVE

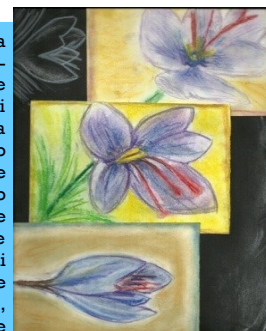
In queste ultime settimane di febbraio, a causa del maltempo, nella nostra regione, sono stati rilevati danni alle proprietà private e pubbliche soprattutto per la presenza di neve abbondante. Questa in poche ore si è accumulata sui fili e i tralicci della corrente elettrica spezzandoli o piegandoli, provocando un vero e proprio black-out con 250.000 abruzzesi senza elettricità. Ci sono stati purtroppo altri problemi legati alla mancanza di acqua, alle strade interrotte per frane e allagamenti, alle scuole e agli uffici chiusi. Almeno 35.000 persone residenti in una decina di comuni di Pescara, per es. sono rimaste senz'acqua a causa di una rottura vicino il fiume Tavo, in seguito ad una frana verificatasi nel comune di Farindola. Oppure il disagio che ha colpito l'intera contrada di Trosciano Superiore sempre in questo paese, dove la strada è rimasta bloccata a causa di un'altra frana, e ancora quella che coinvolge la strada per Rigopiano. Il cimitero di Farindola, poi, è rimasto chiuso per alcuni danni verificatisi al suo interno per i rami spezzati di vari alberi pericolanti che possono cadere facilmente. Eppure ci sono altri più spaventosi danni, come quello, questa volta lontano da Farindola, accaduto a Pineto, un paese in provincia di Teramo, dove la neve ha causato una frana che ha portato con sé alcuni pali della luce, facendoli cadere sopra a un tubo che trasportava metano nelle case, provocando una forte esplosione e mettendo a rischio molte vite, ma per fortuna non ci sono stati morti.

Luigi Cicoria, Natasha Cirone,
Viviana Massaro, classe 2[^]D
Sc. Sec.I gr. Farindola - I.C. Civitella Casanova

IL CROCO - ZA 'FARAN

Tra le iridacee un fiore di particolare bellezza

nome dal latino "safranum"; appartiene alla famiglia delle Iridaceae ed è conosciuto anche come *croco* o *castagnola*. La sua origine è asiatica, ma la sua coltivazione si è estesa fino all'Europa grazie ad un monaco domenicano. In Italia è considerato molto prezioso soprattutto in Abruzzo, dove si produce in molti comuni del versante aquilano del Gran Sasso. La pianta ha un bulbo molto grande di forma rotondeggiante, largo circa 3-5 cm, con un diametro pari a 2 cm. Dal bulbo nascono foglie lunghe e lineari, di colore verde molto intenso. Il fiore posto su un gambo delicato e molto lungo, ha un colore violaceo. La sua coltivazione è svolta su terreni posti a 350 e 1000 metri di altitudine. I fiori dello zafferano alla fine del ciclo vegetativo, verso ottobre, vengono raccolti prima che il sole ne faccia aprire la corolla e, quando la pianta giunge nel laboratorio, avviene la sfioritura per il prelievo degli stammi, che poi vengono sistemati su un setaccio per l'asciugatura. Una volta questa avveniva attraverso il calore prodotto dalla brace aromatica prodotta da legno di mandorlo o di quercia. Per produrre un chilo di zafferano occorrono circa 200.000 fiori, che spiega il suo costo altissimo. La spezia derivata, è ricchissima di carotenoidi, tra cui alfa crocina che sono alla base del suo colore. Lo zafferano ha anche proprietà medicamentose di tipo stimolanti, toniche, sedative ed ipnotiche, tanto che nell'antichità era apprezzato proprio per le sue proprietà mediche più che culinarie. Lo zafferano, forse proprio per la ricchezza di queste doti naturali, esige regole ben precise di coltivazione, raccolta, conservazione, che se non eseguite correttamente possono compromettere la qualità del prodotto. Per l'uso in cucina, gli esperti consigliano di unire lo zafferano alle preparazioni poco prima di toglierle dal fuoco, poiché se posto a lungo a contatto con il calore perde il suo tipico aroma. Al di là però di queste caratteristiche, del suo uso in cucina, del suo intenso colore, lo zafferano è apprezzato anche per la bellezza dei suoi fiori, dai colori violacei, che nell'insieme creano vasti tappeti, che coprono in primavera le piane montane più elevate, lasciando l'osservatore davvero stupito per il meraviglioso effetto prodotto.



Alessia Tinacci, Linda Vervenna, Noemi A. Frattarola, classe 1[^]D
Sc. Sec.I gr. Farindola, I.C. Civitella Casanova

UN CAMMINO TRA CERVI E CINGHIALI

La specie protette e i problemi legati al sovrannumero

La parte montana del territorio farindolese, compresa nel Parco nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga, è un luogo in cui la caccia è bandita perché illegale. L'area del Parco è naturalmente ricca di mammiferi ricercatissimi dai cacciatori che ne devono però restare alla larga. Sono presenti grossi ungulati come il camoscio, il capriolo, il cervo e il cinghiale, quest'ultimo cacciabile all'esterno del perimetro dell'area protetta. Purtroppo in passato le specie non erano tutelate e si sono verificate delle estinzioni come quella dello stesso cinghiale, del camoscio e del cervo, che tra tutti è un animale di rara bellezza e imponenza, noto per essere pauroso ma intelligente e astuto. Il cervo, *Cervus elaphus corsicanus*, appartiene alla famiglia dei Cervidi, ha corpo snello e allungato, la spalla arrotondata e muscolosa, petto largo e groppa diritta e potente. Il collo lungo piuttosto sottile, sostiene alta la testa, allungata e larga con la fronte infossata tra gli occhi. Il mantello è liscio e si allunga sulla coda, piccola e corta. Il cervo per le sue caratteristiche è una preda desiderata dai cacciatori, in particolare per chi sfrutta la testa per farne dei veri e propri trofei da appendere ai muri, essendo le corna dell'animale tra le più belle fra gli ungulati, con i palchi ramificati costituiti da un particolare tessuto osseo e rivestite da una peluria morbida. Essendo oggi una specie protetta, non può essere cacciato né ucciso, pena l'arresto. Un altro animale molto comune nel Parco nazionale

è il cinghiale, *Sus Scrofa*, oggi problematico rappresentante della famiglia dei Suidi, caratterizzato da una struttura robusta e compatta. E' in atto una notevole espansione di questi ungulati in seguito alle reintroduzioni massicce, operate proprio a scopo venatorio, tra il 1980 e il 1990, ma anche per l'assenza di predatori naturali, per l'abbandono dei coltivi, che ha contribuito ad estendere i loro spazi abitabili, e non ultimo per la grande prolificità di questo animale, che tra l'altro si adatta facilmente a differenti condizioni ambientali, purché siano presenti acqua, cibo e buona copertura vegetale. L'habitat preferito è comunque il bosco di querce o la faggeta montana. Il cinghiale ha un corpo squadrato e zampe piuttosto corte e sottili. Nonostante ciò si muove velocemente anche nel bosco più fitto. La testa è grande e massiccia, con orecchie di media grandezza portate dritte, muso lungo, occhi piccoli e obliqui. La sua vista è debole a vantaggio dell'olfatto e dell'udito. Agli spostamenti dei gruppi familiari dei cinghiali sono legati dei veri stravolgimenti nel terreno e nei campi lavorati dagli agricoltori. Oltre i problemi causati alla produzione agricola, i cinghiali iniziano a creare dei veri e propri disagi anche lungo le strade asfaltate essendo spesso causa di incidenti provocati dai tentativi di non investire gli stessi capi o addirittura per i danni alle automobili che invece li colpiscono. Ultimamente per ridurre il numero dei cinghiali sono organizzate

delle vere battute di caccia, mentre non si hanno prove certe di bracconaggio, una pratica venatoria di tipo illegale che fa uso non solo di armi da fuoco ma anche di tagliole e lacci. A Farindola tuttavia sono stati ritrovati in alcune aree nei pressi dei boschi e del fiume, e a volte vicino ai centri abitati, come le contrade, i resti dei corpi di cervi maschi, adulti, che fanno nascere dei sospetti sulla presenza di questa attività.

Lucrezia Cirone, Domenico Ciarma,
Christian Cirone, classe 1^A D
Sc. Sec.I gr. Farindola - I.C. Civitella Casanova



IL MAIS: UN ALIMENTO DAI TANTI USI

Quest'anno tutta l'attenzione del mondo è concentrata sull'Expo di Milano, che ospiterà nei suoi padiglioni le migliori produzioni alimentari e culturali del mondo. Tra i tanti prodotti mostrati e apprezzati per la loro bontà, ci sarà il mais, un cereale molto diffuso in Italia. Fu Cristoforo Colombo nel 1492 a scoprirlo nel Nuovo Mondo e a diffonderlo in Europa. Il mais, che prese il cammino anche per l'Africa settentrionale e l'Oriente, è l'unico cereale che ha visto una crescita continua del suo utilizzo come alimento umano di base, in buona misura per il miglioramento della sua resa agricola che ne ha abbattuti i costi, facendolo diventare

già nei secoli passati la fonte prima di energia e proteine per la gente più povera. Sfortunatamente, ovunque arrivasse il mais, si manifestava anche una malattia causata da carenza di vitamine dovuta al consumo quasi esclusivo di questo cereale nell'alimentazione umana, la *pellagra*, che fu denominata al tempo *pelle agra*. La malattia è identificata dalle tre D: dermatite, diarrea e demenza; e, se non curata portava alla morte nel giro di quattro o cinque anni. L'enigma iniziò a sciogliersi quando si scoprì che gli Aztechi e i Maya prima di consumare il mais lo ammorbidivano con acqua di calce, per renderlo

facilmente digeribile. Proprio gli studi sulla pianta e le sue caratteristiche, tra l'altro, hanno portato il mais a essere uno tra gli alimenti a subire precoci trasformazioni genetiche, dando vita ai primi OGM.

Il mais a scopo alimentare è consumato come polenta, adattabile a diversi tipi di ricette; maizena nei dolci; pop-corn, famosissimo e apprezzato in tutto il mondo, dovuto allo scoppio dei semi di mais sottoposti ad alte temperature (addirittura negli USA sono impiegati per le decorazioni di festività o come ammortizzatori da inserire all'interno degli imballaggi); come corn-flakes del mattino; tisane rilassanti usate per la cura della calcolosi e nelle cistiti, composte dagli stimmi della pianta posti in infusione. Il mais a scopo alimentare è consumato come polenta, adattabile a diversi tipi di ricette; maizena nei dolci; pop-corn, famosissimo e apprezzato in tutto il mondo,

dovuto allo scoppio dei semi di mais sottoposti ad alte temperature (addirittura negli USA sono impiegati per le decorazioni di festività o come ammortizzatori da inserire all'interno degli imballaggi); come corn-flakes del mattino; tisane rilassanti usate per la cura della calcolosi e nelle cistiti, composte dagli stocchi della pianta posti in infusione; senza parlare della bontà dell'olio usato nelle preparazioni gastronomiche. Dal mais derivano altri prodotti insospettabili: si pensi alla produzione di energia e alla realizzazione di biocarburanti; all'uso cosmetico con creme emollienti per la pelle, a base di olio di mais; alla pasta di mais decorativa e dall'effetto traslucido molto apprezzata

nel settore artistico, o al play-mais, gioia di tutti i bambini, che lo usano per costruire architetture varie; o infine all'utilizzo delle parti verdi della pianta per la realizzazione di sporte biodegradabili. Non ultimo naturalmente resta da considerare l'utilizzo del mais in agricoltura, come alimento per animali: dalla farina di mais agli insilati.

Un accenno merita infine anche la versatilità linguistica che accompagna il mais, conosciuto con moltissimi e diversi sinonimi: nella sola lingua italiana per es. è noto come *frumentone*, *formentone*, *formentazzo*, *granone*, *granoturco*, *mazzocca*, e altri ancora, con termini a volte derivati dai dialetti locali. Ma naturalmente il no-



me originario del mais è di origine spagnola: *maiz*, ripreso dell'idioma caraibico *taino*, *mahis*. Il termine *granoturco* invece è legato all'idea di *esotico*, *coloniale*, che voleva spiegare la diversità del mais rispetto agli altri cereali.

Giulia Cicoria, Federica Rossi,
Sara Ruggieri, classe 2^{AD},
Sc. Sec.I gr. Farindola - I.C. Civitella Casanova

PRATAIUL, COCCIA D'ASIN, LOFF D'LI MONAC

I Funghi Preferiti Dai Nonni Farindolesi

I funghi sono strane piante.

Non hanno radici, non hanno stelo né foglie, assomigliano a ombrelli, a spugne, a corna e anche a nidi di uccelli. Ogni fungo è formato da un cappello, che può essere convesso, concavo, sferico e un gambo, che può essere panciuto, cavernoso, bulboso, o ancora più vario. Queste strane piante, a differenza degli altri vegetali, si riproducono per mezzo di spore, invisibili a occhio nudo.

Per prima cosa, ogni fungo cresce in un habitat diverso: alcuni ai piedi dei faggi, altri nei boschi di latifoglie, altri ancora nei prati tra l'erba. La loro crescita dipende molto dalle condizioni climatiche. I funghi sono di diverso tipo anche per quanto riguarda il loro uso alimentare. Alcuni funghi sono commestibili, cioè si possono mangiare, altri no perché sono velenosi. Tra i primi ci sono quelli ottimi come i boleti, le colombine, i pioppini e i prataioli (molto diffusi nel nostro territorio), quelli buoni, come le sanguinelle e le vescie, quelli mediocri, come le spugne, i funghi della quercia e le orecchie di Giuda. Poi ci sono i funghi non commestibili divisi in innocui (Lattario, Micena,

Coprino), tossici (Ovolo, Tignosa e fungo dell'olivo) e mortali, come le amanite: funghi rossi con macchie bianche, molto belli da vedere ma molto dannosi. Esistono anche dei funghi che si sviluppano completamente sotto terra: sono i tartufi, pregiati e raffinati ma dal costo altissimo. Nella provincia di Pescara e Chieti le zone più ricche di funghi sono l'area tra Penne e Civitella Casanova, Pescosansonesco, San Tommaso, Penna Piedimonte, Lama dei Peligni, Roccascalegna, Montenerodomo e, verso l'aquilano, Campo Imperatore, Assergi e Castel del Monte. Mio nonno mi ha spiegato che i funghi non sono né piante né animali e che per andare a raccogliergli è importante portare con sé un bastone per le vipere, un coltellino per tagliare i funghi così da lasciare le radici nella terra e permettere ai funghi di rinascere, e soprattutto una cesta, poiché le buste di plastica non permettono alle spore dei funghi di cadere liberamente a terra e quindi sono di ostacolo alla loro riproduzione. E' indispensabile avere il tesserino, che si ottiene dopo aver partecipato svolto un corso di formazione specifico sul riconoscimento



to de i funghi commestibili, di quelli tossici e velenosi. Si deve stare molto attenti perché le caratteristiche e l'aspetto di molti funghi sono simili! Alcuni sembrano buoni ma sono velenosi, e se si raccolgono e si mettono insieme con gli altri, poi si devono buttare tutti. Il nonno cerca di andare sempre in compagnia a raccogliere i funghi, perché in montagna ci sono tanti pericoli. Poi il gruppo può anche dividersi e ognuno segue il sentiero che conosce meglio. Lui spesso s'incammina verso Rigopiano, dove è sicuro di trovare prataioli, porcini, chiodini, salvavini e a volte vescie, che in dialetto si chiamano "loff d' li monich", che sono sì molto grandi ma non so molto pregiate.

Infine il nonno mi raccomanda sempre: "Non mangiare un fungo selvatico se chi lo ha colto non è un esperto!"

Emilio Del Ponte, Gabriele Pompili, classe 1^{AD},
Sc. Sec.I gr. Farindola - I.C. Civitella Casanova

caso degli animali da compagnia, li consideriamo quasi degli esseri umani. Nonostante il riconoscimento di tanti diritti, molti animali sono però soggetti a delle cattiverie. Sono usati per le pellicce, per provare i medicinali, per lavorare negli zoo, oppure vengono abbandonati e se ne contano più di 100.000 ogni anno.

IL MALTRATTAMENTO E L'ABBANDONO DEGLI ANIMALI

In passato in campagna gli animali erano usati, oltre che per l'alimentazione come strumento di lavoro o per difesa, perciò erano rispettati dall'uomo per la loro

utilità, anche se a volte erano trattati in modo rude. Oggi poi teniamo gli animali dentro casa per ammirarli e accarezzarli. Ci preoccupiamo della loro salute e nel

Questo succede soprattutto nei periodi estivi, quando le persone vanno in vacanza, oppure in caso di persone malate o molto anziane, che in qualche modo non potendo più accudire i propri animali, si vedono costretti ad allontanarli. I padroni più consapevoli cercano di lasciarli in affidamento. I quattro zampe meno fortunati finiscono per le strade, con il rischio di morire di fame e di sete o per incidenti con automobili.

Spesso poi gli animali sono regalati a figli o nipoti come fossero dei giocattoli viventi, senza capire che in realtà hanno bisogno di amore e cure. A volte potrebbero anche essere di aiuto e conforto a tante persone rimaste sole. Prima di prendere in casa un animale, perciò, bisognerebbe pensarci bene ed essere sicuri di volerlo e poterlo tenere. Molto importante è dunque l'ENPA, *Ente Nazionale Protezione Animali* che è la più antica e importante associazione d'Italia che svolge oggi la sua attività in tutti i settori per la tutela e la protezione degli animali. Ci sono anche

altri Enti più piccoli che proteggono gli animali. Per esempio a Farindola, l'Ente Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga porta avanti un progetto per salvare gli animali dall'avvelenamento: veleno che viene usato per uccidere cani e gatti randagi o per difendere gli animali della fattoria da lupi e volpi; però tante volte le sostanze tossiche sono ingerite da altri animali indifesi come uccelli, scoiattoli, ecc.

Qui a Farindola, per fortuna, l'abbandono degli animali non è molto diffuso. Essendo un paese montano, gli animali che vivono in famiglia hanno anche la fortuna di vivere in un mondo naturale, all'aperto e con un padrone che si prende cura di loro. Ultimamente però, proprio per queste sue caratteristiche, il paese è considerato come un posto ideale per abbandonare animali non più desiderati. Capita spesso per esempio di vedere in giro gatti e cani che non sono della zona, portati da posti lontani e lasciati in abbandono. Probabilmente perché si è diffusa la



notizia che qui saranno comunque accolti e adottati, ad esempio da vecchiette sole. Come il caso della cagnolina Pamela, abbandonata nella zona di San Quirico, che è stata adottata dai ragazzi del posto, ha trovato un fidanzato, Wisky, e ha avuto anche un cucciolo Jork, che per fortuna è stato adottato e vive felice in una famiglia. Un altro caso è quello di un grosso pastore abruzzese bianco, ormai da tanto tempo un vagabondo sempre a caccia di cibo.

Abbandonare gli animali è dunque una cosa veramente brutta e indegna di persone civili.

Elena e Laura Riccitelli, classe 1[^] D
Sc. Sec.I gr. Farindola - I.C. Civitella Casanova

LA ZONA ROSSA DELLA VAGNOLA

La frana che ha reso la contrada inabitabile

Durante l'inverno, in particolare nei mesi di Gennaio e Febbraio, Villa Celiera, un piccolo paesino di montagna situato nella provincia di Pescara, ha visto lo sviluppo di una grande frana lungo il suo versante, causata dalle continue piogge e dal maltempo. Il paese, che conta circa 740 abitanti divisi tra il centro storico e diverse contrade, tra cui la Vagnola, è stato interessato da un vasto movimento franoso. La frana ha distrutto una ventina di case costringendone gli abitanti ad abbandonarle. Questo evento ha portato molta paura, tensione, preoccupazione e disagio perché gli abitanti si sono trovati in una tipica situazione di emergenza. Sul posto sono intervenute diverse forze dell'ordine e associazioni come la Protezione Civile, che hanno dato aiuto e favorito il recupero della calma persa. La frana, scorrendo lungo il versante, ha spostato una porzione di terreno di circa nove metri. Questo movimento ha provocato la rottura delle fognature e delle condutture idriche esistenti nella contrada. L'Azienda ACA ha dovuto ripristinare una condotta principale che porta l'acqua a Civitella Casanova mettendo le tubature in superficie per evitare così che la frana

che non si è fermata, le potesse rompere di nuovo. Tutti gli addetti ai lavori hanno dimostrato una grande prontezza e professionalità riuscendo a compiere il proprio dovere anche in una situazione di pericolo e condizioni estreme, come quelle che si sono verificate in questo territorio. La frana essendo ancora in movimento, ha portato i geologi chiamati dal Comune per monitorare la situazione, a classificare tutta l'area *zona rossa*. La contrada ormai non è più abitabile e mai più la sarà, ma ai Vigili spetta comunque controllare che nessuno entri in quelle case, per evitare altre gravi conseguenze come morti e feriti per crolli.

Da un punto di vista scientifico la frana è un movimento o caduta di materiale roccioso o sciolto, dovuto a rottura dell'equilibrio statico naturale di un versante. La forza di gravità, che agisce verso il basso, supera le forze di coesione del terreno, che così si muove verso il basso. Ci sono diversi fattori che influenzano sui movimenti franosi e tra questi troviamo -Fattori idrogeologici (come la permeabilità del terreno); -Fattori geologici (come il tipo di roccia di superficie e profondità); -Fattori climatici e di vegeta-



zione (in relazione ai climi con alternanza di lunghe stagioni secche a periodi di piovosità intensa che aumentano notevolmente il rischio di frana). L'unico ostacolo naturale allo sviluppo delle frane è costituito dalla vegetazione, il cui manto però con il passare del tempo, in alcune aree è stato completamente alterato dalle attività umane, che rischiano perciò di essere le uniche responsabili dei disastri ambientali degli ultimi tempi di cui la frana della Vagnola è un esempio eclatante. Infine le frane si possono anche classificare in vario modo a seconda dei loro aspetti osservabili: *crolli, ribaltamenti, scorrimenti*. Probabilmente quest'ultimo è il tipo che distingue la frana di Villa Celiera, che si deve essere verificata in corrispondenza di un livello meno omogeneo e resistente dei terreni interessati.

Valeria Ciarma, classe 1[^] D,
Sc. Sec.I gr. Farindola - I.C. Civitella Casanova

ETOLOGIA E STUDIO DEL COMPORTAMENTO ANIMALE

L'osservazione degli animali: una passione coinvolgente

Il mondo degli animali è un mondo fantastico e appassionante, caratterizzato da codici espressi diversi, che si manifestano tramite l'assunzione di comportamenti e forme di comunicazione tra individui della stessa specie e tra di loro e gli esseri umani, sempre intesi come risposta a stimoli ambientali. Tra gli studiosi che hanno esaminato questi fenomeni, il più noto è Konrad Zacharias Lorenz, uno zoologo austriaco nato a Vienna il 7 novembre 1903. È considerato il fondatore della moderna **Etologia** scientifica, da lui stesso definita come *ricerca comparata sul comportamento*. Il giovane Lorenz, dopo aver letto un libro incentrato sul viaggio fantastico che il protagonista compie con delle oche selvatiche, si appassionò al mondo animale e decise di comprare un pulcino d'anatra per osservarlo nella fase di crescita. Da quel momento e per tutto il suo percorso di studi compiuti in ambito medico, l'iniziale interesse verso un piccolo anatrocchio si trasformò in una vera passione per la zoologia e per l'osservazione diretta dell'ambiente naturale e del comportamento di alcuni uccelli. Le ricche annotazioni di questi anni furono trascritte su un diario, che poi fu fatto pubblicare da sua moglie. In seguito Lorenz fondò un vero e proprio centro di ricerca sull'Etologia, la disciplina che studia appunto il comportamento degli animali nel loro ambiente naturale confrontandone le caratteristiche. Per lo studioso, in effetti, era fondamentale osservare gli animali in libertà nel loro ambiente naturale. Proprio attraverso il suo innovativo metodo di studio arrivò al concetto dell'*Imprinting*, una specie di "impressione", di "stampo" che spiega l'apprendimento precoce di alcuni comportamenti, tipico per es. di vari uccelli, inteso come fissazione di un istinto innato su un determinato oggetto, che è stato ampiamente illustrato nel suo libro più famoso: *L'anello di re Salomone*.

L'esperienza di Lorenz, papà dell'ochetta Martina, ci ha spinto ad approfondire l'argomento fino a comprendere quanto lo studio del comportamento dei propri animali domestici sia una cosa molto coinvolgente, specie se c'è vero affetto e rispetto. Abbiamo notato che gli animali di casa imparano comportamenti particolari

in seguito alla ripetizione di stimoli prodotti dalla propria famiglia adottiva. Tante emozioni sono state suscitate per es. dall'osservazione diretta compiuta su alcuni amici a quattro zampe. Seguendo un questionario mirato, abbiamo osservato il comportamento dei nostri cuccioli, traendone per es. la conclusione che essi non solo ci comprendono ma imparano a rispondere ad alcuni stimoli in un certo modo. Così la piccola Micia ha imparato a sfruttare le assi di una tettoia per salire su un balcone osservando il movimento delle mani della sua padroncina che la guidava verso il giusto percorso; oppure la simpatica Mia che ha imparato a sedersi e a dare la zampa; la dolce Carlotta che corre a chiamare Biscotto quando sente il rumore del suo piatto che è poggiato a terra; o ancora la tenera Zanna che in autunno quando cadono le foglie nel giar-

dino, le rincorre ringhiandogli contro; la grigia Diana che, quando è incinta, spesso si accuccia per richiedere maggiore attenzione; o ancora Ringo che riprende la pallina che la padroncina gli lancia; e poi Mogly il beagle, che ha imparato bene a marcare il suo territorio in giardino per far scappare tutti gli intrusi. E infine che dire di Lulù e Spid, che iniziano a boccheggiare tutti agitati quando si alza il coperchio del loro piccolo acquario perché hanno capito che c'è del cibo per loro...

Lo studio di una disciplina scientifica si è trasformato in un'occasione per conoscere e apprezzare fino in fondo l'amicizia con il proprio animale.

Classe 2^D,

Sc. Sec.I gr. Farindola – I.C. Civitella Casanova

CHECK LIST PER L'OSSERVAZIONE DEI COMPORTAMENTI

Quali sono i suoi comportamenti istintivi?

Quali sono i comportamenti frutto di apprendimento?

- ✦ Presenta qualche comportamento curioso?
- ✦ Qual è il linguaggio dell'animale?
- ✦ Si esprime con atteggiamenti del corpo, con emissioni di suoni o altri mezzi?

Come si comportano nel periodo della riproduzione?

Quali cure ha per i piccoli?

Per quanto tempo i piccoli restano con la mamma?

- ✦ Quali sono i giochi dei piccoli?



I.C. LORETO APRUTINO



Un giardino nel centro storico di Loreto Aprutino, il Giardino dei Lagustri...

All'inizio di Febbraio, abbiamo trovato molte piante spoglie e ancora provate dal gelo del duro inverno. Quelle sempreverdi invece davano al giardino un tocco primaverile e ci ricordavano che la bella stagione non avrebbe tardato molto ad arrivare. L'esperto ci ha raccontato la storia del giardino, illustrandoci le molteplici specie di piante presenti, e ci ha spiegato anche i diversi motivi per i quali è importante amare e rispettare la natura.

Continuando a visitare il giardino abbiamo visto le conseguenze degli effetti del clima.

CRESCENDO CON LA NATURA

Il Grande Albero maestro di vita

Una forte nevicata ha spezzato tanti alberi. La guida ci ha fatto osservare un albero di sambuco abbattuto dalla forza delle intemperie. I suoi rami, appesantiti dalla neve caduta abbondantemente, hanno fatto crollare il gigante. Le sue radici sono rimaste però saldamente ancorate al terreno e adesso, dopo tre mesi, l'albero di sambuco mostra i suoi nuovi rami e il suo bel fogliame verde. Un miracolo della natura, ma anche dell'uomo, in questo caso della nostra guida, che con amore ha curato la pianta dandole una nuova vita. E' un gigante ferito ma non vinto e forse ce la farà a innalzarsi nuovamente con i suoi rami nel cielo.

L'albero, ancora una volta, ci ha dimostrato che si può rivivere e la vita può continuare. Un MAESTRO di vita per noi tutti! Anche se

siamo a terra possiamo sperare di rialzarci e continuare a vivere!

"Un essere umano dovrebbe concentrarsi, almeno una volta nella vita, sul tronco di un albero. Con l'immaginazione dovrebbe sfiorarlo, ascoltarne i molteplici suoni, i palpiti, il respiro, immaginare e sentire tutte le creature che abitano tra le sue fronde e avvertire ogni soffio di vento che le attraversa. Dovrebbe pensare all'albero nella luce del mattino e del crepuscolo, nel buio della notte quando il bosco tace. Sono sicuro che ogni albero esiste per onorare l'eterno e l'invisibile con la propria anima verde" (Da "Il Dio della foresta" di Romano Battaglia).

Gli alunni della Scuola Secondaria "G.Rasetti" - I.C. Loreto Aprutino



RESTAURO DEL GIARDINO

della Scuola dell'Infanzia "Cappuccini" di Loreto Aprutino
con realizzazione del Giardino delle farfalle e delle piante officinali

Nell'ambito di un vasto progetto di educazione ambientale incentrato sulla riscoperta del valore del giardino e sul restauro di aree abbandonate, l'associazione CONALPA ONLUS e la Scuola dell'Infanzia Cappuccini dell'I.C. di Loreto Aprutino, in accordo con l'Amministrazione Comunale e l'azienda OASI DEL FIORE di ANDREA CILLI, propongono la riqualificazione di una vasta area di fronte alla scuola con l'inserimento di piante aromatiche e siepi. Il terreno che sarà interessato dalla riqualificazione ha una posizione rivolta a sud con un irraggiamento nella maggior parte delle ore della giornata. Inoltre, l'esposizione è particolarmente arieggiata, facilitando una messa a dimora di erbe e arbusti aromatici della macchia mediterranea e piante particolari per attirare api e farfalle. Il progetto è stato pubblicizzato nella giornata del 21.03.2015 dedicato alla Pace e all'ORIENTAMENTO... ALLA VITA intesa come rispetto e cura delle persone, delle cose e dell'ambiente che ci circonda. La Scuola dell'Infanzia CAPPUCCINI di Lore-

to Aprutino, insieme ai bambini, nella giornata del 21 marzo 2015, ha inaugurato un giardino, ancora Progetto virtuale, che presto fiorirà. Obiettivo della riqualificazione dell'area verde del cortile è riappropriarsi di uno spazio vitale, della sua progettazione e manutenzione volte a creare un'opportunità per sviluppare un senso di appartenenza non solo all'istituzione scuola ma all'intero territorio. Il percorso è iniziato con la visita al "Giardino dei Ligustri", un gioiello del nostro territorio che a Loreto non ancora tutti conoscono; i bambini hanno mostrato curiosità e interesse rispetto all'ambiente visitato. Con l'aiuto dell'esperto di botanica, i bambini hanno iniziato a riflettere sull'esperienza e su come condividerla.

La partecipazione e l'impegno delle rappresentanti di classe alla realizzazione del Progetto, e la loro volontà di estendere l'esperienza a tutte le famiglie, sta a dimostrare che anche in questo periodo storico-sociale in cui, forse per paura, si tende a rinchiusersi, la collaborazione può aprire orizzonti



inaspettati. Il giardino è storicamente un luogo didattico ricco di opportunità educative e di condivisione. Molti pedagogisti, tra cui Maria Montessori e Froebel, ci insegnano un'esperienza diretta del metodo scientifico. Pertanto il progetto è un segno tangibile di continuità nel tempo che permetterà ai bambini, che presto lasceranno la scuola dell'infanzia, di tornare con laboratori ambientali in un discorso di vera integrazione tra tutti gli ordini di scuola per crescere uniti in un discorso di apprendimento integrato. Inoltre, il 21.03.2015, ad un anno esatto dalla scomparsa della maestra Anna Paola, bambini, genitori e maestre le hanno dedicato il primo albero del giardino ed una targa in suo ricordo.

".....Chi pianta un albero sa che, molto probabilmente, non avrà il tempo per godere della sua ombra, ma lo fa comunque per chi verrà dopo, perché crede e spera nel futuro e perché la speranza è un'opportunità per le nuove generazioni, che donne e uomini del presente non possono non considerare".

Docenti, genitori ed alunni della Scuola dell'Infanzia "Cappuccini" I.C. Loreto Aprutino

LE LAMPADE AL LED E A NEON

Le lampade tubolari led, chiamate anche tubi led, sono dei prodotti che sostituiscono le diffusissime lampade tubolari fluorescenti neon.

I tubi led sono infatti disponibili nelle tre lunghezze standard (60 cm, 120 cm, 150 cm) e possono consentire un risparmio del 60% se paragonati ai tubi neon tradizionali.

A differenza di un tubo neon, un tubo LED non contiene né gas da ionizzare (ad esempio argon) né tracce di mercurio;

inoltre il tubo LED si accende immediatamente e non ha bisogno dei reattori e degli starter che sono invece necessari per l'accensione e il funzionamento dei tubi neon.

Per questo motivo le nuove plafoniere per tubi led sono prive di tali componenti; rimane comunque possibile installare tubi led su plafoniere tradizionali effettuando alcuni accorgimenti.

Questo semplifica le procedure di installazione dei nuovi tubi LED e consente di

	Neon	Led
Consumi	Elevati	Ridotti
Mercurio	SI	NO
Gas nobile	SI	NO
Accensione	Ritardata	Immediata
Durata	Fino a 10.000 ore	Fino a 50.000 ore
Efficienza	70-80 lm/W	95 lm/W
Reattore	SI	NO
Calore	Elevato	Ridotto
Costi manutenzione	Elevati	Ridotti

ridurre al minimo i costi relativi alla manutenzione. Inoltre, vista la lunga durata dei tubi LED, è ridotta al minimo anche la frequenza di sostituzione dei tubi.

Classe 1^ D, I.C.1 Città Sant'Angelo

SI PUÒ RISPARMIARE ENERGIA?

Con il termine "risparmio energetico" intendiamo la capacità di ridurre l'energia da noi utilizzata per le necessità energetiche quotidiane. Come facciamo a risparmiare l'energia?

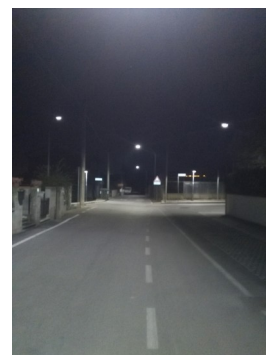
Esistono vari modi per risparmiare l'energia, basta cercare di limitare gli sprechi di ogni giorno o per risparmiare possiamo anche utilizzare le fonti alternative e rinnovabili. Grazie al sole, al vento, al mare e al calore della terra. Le energie rinnovabili e sono a disposizione di tutti e con i necessari interventi tecnici possono essere utilizzate da chiunque.

Un altro modo per risparmiare può essere quella di sostituire le vecchie lampadine incandescenti con le lampadine a led, utilizzare elettrodomestici di nuova generazione che hanno un basso consumo energetico, evitare di lasciare accese

lampade o altri apparecchi elettronici nei momenti in cui non vengono utilizzati, fare uso di elettrodomestici nelle ore serali e notturne e nei giorni festivi.

Altrettanto importante è l'utilizzo di caldaie a condensazione che recuperano i gas di scarico, l'installazione nelle abitazioni di infissi che assicurano un isolamento termico, il riscaldamento a pavimento che sostituisce il vecchio calorifero. Con l'utilizzo dei pannelli solari si ottiene un notevole risparmio energetico sia in termini di inquinamento e sia in termini economici visto che gli impianti di pannelli solari oltre ad assicurare la fornitura di energia necessaria per l'utilizzo delle apparecchiature, consente di accumulare energia che può essere rivenduta.

Georgiana Anghelescu, classe 2^F, I.C.1 Città Sant'Angelo



IL CAMBIAMENTO CLIMATICO E L'AGRICOLTURA



Il cambiamento climatico influisce negativamente sull'economia, soprattutto su quella agricola. Infatti con l'aumento delle temperature per molte piante sarebbe difficile crescere e anche l'ambiente con tutta la sua fauna e flora cambierebbe, facendo sparire molte piante e arbusti

tipici dell'Abruzzo. Quest'anno c'è stata poca produzione di olio di oliva, prodotto tipico abruzzese. È stato stimato che entro l'estate 2015 tutte le scorte di olio d'oliva abruzzesi finiranno, a causa del cambiamento climatico che ha trasformato il territorio rendendolo perfetto per lo sviluppo di alcuni parassiti che hanno fatto calare dell'80% (tradotta in moneta 80 milioni di euro) la produzione dell'olio d'oliva. Il calo della produzione dell'olio ha permesso l'innalzamento dei prezzi, una notizia negativa soprattutto per le famiglie che utilizzano molto olio e non hanno un alto reddito.



Con l'aumento delle temperature le piante che sono abituate al clima tipico di una zona potrebbero addirittura scomparire, potrebbe anche esserci l'accelerazione della propagazione delle malattie di diverso genere, trasmesse anche da nuovi parassiti che a causa del clima diverso si sono spostati.

Clizia Lanciotti, classe 3^F, I.C.1 Città Sant'Angelo

EXPO MILANO 2015

Nutrire il pianeta, energia per la vita

L'Expo Milano 2015 è l'Esposizione Universale che si terrà in Italia, a Milano, dal 1° maggio al 31 ottobre 2015 e sarà il più grande evento mai realizzato sull'alimentazione e la nutrizione.

Più di 140 Paesi e Organizzazioni Internazionali presenzieranno all'evento per confrontarsi su idee e soluzioni nel settore dell'alimentazione. I temi affrontati saranno i più vari: dall'educazione alimentare tra i giovani alle soluzioni per ridurre la fame nel mondo.

I paesi ospitati avranno l'opportunità di mostrare il meglio delle proprie tecnologie per garantire cibo sano, sicuro e sufficiente per tutti i popoli rispettando nello stesso tempo le biodiversità e gli ecosistemi. I dibattiti saranno anche incentrati sulle ma-

lattie legate all'alimentazione come l'obesità al fine di educare giovani, bambini e anziani promuovendo stili di vita sani. In altre parole, Milano sarà il luogo dove verranno analizzate le contraddizioni che caratterizzano il nostro Pianeta, dall'eccessivo spreco di cibo alla totale mancanza, per trovare soluzioni attuando scelte politiche consapevoli e abitudini alimentari sane grazie anche all'uso delle tecnologie all'avanguardia.

Le riflessioni però si svolgeranno in un clima di festa e condivisione. L'area di 1,1 milioni di metri quadri sarà infatti divisa in cinque aree tematiche nelle quali saranno presenti oltre alle mostre anche giochi e spettacoli. Le aree tematiche in questione saranno: Padiglione Zero, che racconta la

storia dell'uomo attraverso il suo rapporto con la natura, Future Food District che spiega come la tecnologia cambierà le modalità di conservazione, distribuzione, acquisto e consumo di cibo, Children Park, lo spazio in cui bambini imparano a conoscere i temi di Expo Milano 2015 divertendosi, il Parco della Biodiversità, un grande giardino in cui viene riprodotta la varietà degli ecosistemi che si trovano sul nostro Pianeta e infine Arts & Foods una straordinaria mostra che racconta come è cambiato il rapporto tra cibo e arte nel corso dei secoli.

In conclusione l'Expo 2015 sarà un evento di dimensioni mondiali che porterà nel nostro Paese turisti provenienti da tutto il mondo offrendo una visione globale di cibi e culture di ciascun paese partecipante.

Alice Polidoro, Sara Di Marcoberardino, Beatrice Parlione, Marrone Debora classe 2^A AFM, I.T.C.G. "G. Marconi", Penne

ESSERE AMBIENTALISTI È ESSERE ANCHE PRO OGM

Innanzitutto cos'è un ogm? È un organismo geneticamente modificato, a cui aggiungendo un gene, si migliorano le prestazioni e la resistenza in campo agricolo.

Ogm è ibrido? No, è un ibrido ad esempio il grano duro che si coltiva oggi che deriva dal farro ancestrale tetraploide e l'*aegilops tauschii*, un'erbaccia diploide, che ha formato un nuovo farro e costituisce il 95% del grano tenero presente in agricoltura. Questi incroci, fatti dall'uomo da circa 10000 anni a questa parte, hanno portato alla formazione delle farine di grano attuali, con alto tasso di glutine da cui derivano le intolleranze alimentari, come la Celiachia.

Di Ogm se n'è tanto parlato in modo negativo, ma fa male davvero? No, non esistono studi scientifici che attestano che una pianta ogm possa potenzialmente fare male.

Perché utilizzare un ogm e non una pianta con seme tradizionale? Le ragioni sono molteplici: pensare di coltivare come i nostri avi, facendo uso di fungicidi come il solfato di rame (necessari ai semi tradizionali dato che da soli non sopravviverebbero), è sbagliato, perché questo tipo di composti è altamente nocivo sia alla salute del consumatore che al mantenimento di un ambiente salubre.

L'obiettivo di oggi è quello di ridurre qualsiasi tipo di erbicida, dato che una volta utilizzato andrebbe a finire nelle falde acquifere e ad inquinare le prossime colture, ma anche quello di mantenere costante la produzione alimentare: l'impiego di ogm in campo agronomico non è, come erroneamente si pensa, quello di dare vita ad ibridi come la tanto pubblicizzata "fragola pesce", impossibile da generare biologicamente perché un'evoluzione del genere chiederebbe migliaia di anni, ma è quello di espandere il tipo di coltura biologica, che da sola non potrebbe sostenere la richiesta alimentare mondiale, nel campo dell'agricoltura dei semi ogm. In questo modo si avrebbero abbastanza derrate alimentari da soddisfare la richiesta mondiale, ma anche biologiche e non cancerogene.

Ma l'OGM è già presente nelle nostre tavo-

**OGM PRO E CONTRO
CONOSCERE
PER DECIDERE!!!**

le?

Certo che sì, quasi tutto il mangime per animali impiegato in Italia, che è importato dal nord Europa o dall'America, proviene da piante di Mais OGM, perché negli altri paesi questo tipo di seme è largamente impiegato. Le limitazioni in Italia sull'impiego di questo tipo di agricoltura riguarda esclusivamente la ricerca e la produzione, nulla vieta alle aziende di utilizzarlo nella produzione alimentare.

In conclusione, è inutile accanirsi contro questo tipo di agricoltura a priori senza conoscerla, proprio perché non ha nessun tipo di riscontro negativo sulla fauna e sulla flora, a cui anche la sanità europea e mondiale aderisce, riducendo enormemente gli erbicidi tossici che rendono gli alimenti potenzialmente cancerogeni; inoltre, con l'avanzare della ricerca, si potrebbe giungere ad un seme con bassissimo bisogno idrico come sostentamento, in modo da combattere la fame anche nei posti in cui la possibilità di vita è molto bassa.

Benedetta Di Bernardo, classe 2^A Turismo I.T.C.G. "G. Marconi", Penne



**La vera dieta anti
cancro è mangiare
Ogm.**

PIÙ VERDE, MENO ROSSO

Sulla Terra circa 24 miliardi e 300 milioni di animali sono allevati obbligatoriamente in maniera intensiva perché, altrimenti, non ci sarebbe abbastanza spazio per tutti.

Nel libro "Cambiamento climatico e allevamenti intensivi" si legge che ciò ha portato all'aumento della temperatura terrestre di 1°C e gli scienziati sono d'accordo nel sostenere che è provocato da attività umane.

Gli effetti sono molto problematici e tra questi riportiamo: aumento della piovosità, scioglimento dei ghiacciai, innalzamento del livello del mare e riduzione dello strato

dell'ozono.

La FAO (Food and Agriculture Organization), nel 2006, ha pubblicato un dossier in cui affermava che il 51% dell'anidride carbonica è emessa dagli allevamenti, contro il 14% determinato da attività di trasporto via terra, acqua e mare.

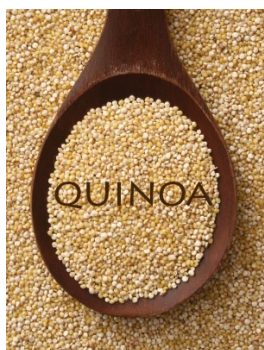
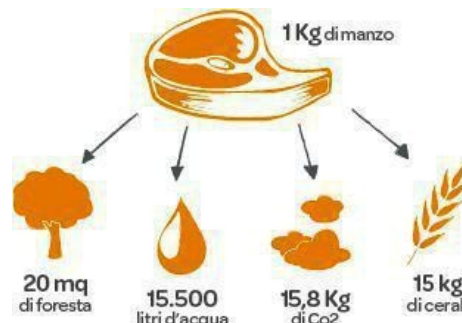
Si tratta di una vera e propria emergenza e tutti pensano che l'unico provvedimento possibile sia ridurre al minimo questo tipo di allevamento. Ma come?

Dobbiamo essere consapevoli che l'unica soluzione veramente efficace è cambiare il nostro stile di vita, partendo dalle abitudini alimentari; basta anche variare solo 150g di carne a settimana con verdure o legumi per

fare la differenza.

La salvaguardia dell'ambiente, come sempre, dipende da ogni singola persona e questa volta eviteremo una catastrofe mangiando semplicemente più verdure!

Alice Giancaterino, classe 2^A Turismo, I.T.C.G. "G. Marconi", Penne



EXPO: SUDAMERICA E INNOVAZIONE

L'expo Milano 2015, inaugurato da poco, ha come tema "Nutrire il Pianeta, Energia per la Vita".

Ogni continente ha affrontato

l'argomento in modo differente, in particolare l'America Latina ha cercato di dare risalto alla propria emancipazione a livello economico, attraverso il rinnovamento della tradizione e lo sfruttamento delle proprie risorse naturali in modo responsabile. Ecco come alcuni paesi sud-americani si sono presentati all'esposizione.

La **Bolivia** ha posto la Quinoa, una coltura tradizionale, come risposta ai problemi della fame nel mondo e della sicurezza alimentare, data la sua varietà genetica e il fatto che sia coltivata con metodi biologici in piccole comunità a beneficio di migliaia di famiglie. Gli Inca la chiamavano "Chisaya mama" che vuol dire madre di tutti i cereali, infatti il valore nutritivo della quinoa è eccellente in quanto è l'unica coltura ad avere tutti gli

aminoacidi essenziali e a possedere anche virtù medicinali. Inoltre il Paese promuove l'idea della Madre Terra, un sistema vivente dinamico fatto di invisibili legami tra gli esseri viventi che condividono lo stesso destino e questo si ispirano le attività gastronomiche, scientifiche e culturali esposte nel proprio Padiglione.

La **Colombia** vuole dimostrare che è possibile assicurare un'alimentazione sostenibile, sana, buona e sufficiente per tutti. Questo, grazie alla sua posizione geografica e alla sua vasta disponibilità di risorse naturali. La Colombia è la prova che si può raggiungere un equilibrio tra uomo e natura. La sua diversità culinaria dipende maggiormente dalla variazione di clima dovuta alla differenza di altitudine. Infatti questo Stato riassume tutti i tipi di climi perché in esso contiene cinque "piani termici" passando da 0 a 5000 km di altezza. Si è inoltre posta come fonte di cibo, acqua e ossigeno per combattere le tre principali minacce globali: la fame, la povertà e il cambiamento climatico.

Il **Cile**, data la sua estensione in lunghezza, ha in sé diversi tipi di ecosistemi, deserti, fiumi, valli e montagne e con la sua partecipazione all'Expo vuole mostrare come la vita cresce in ognuno di essi e con quali strumenti la si preserva. Gli obiettivi dell'esposizione sono il divertimento del visitatore che si interessa al Paese e la manifestazio-



ne dell'impegno a favore della protezione delle risorse idriche e della produzione di cibo sostenibile per tutti. Per la costruzione del padiglione il materiale principalmente utilizzato è il legno che sta a ricordare l'aumento della superficie forestale del Cile avvenuto negli ultimi decenni.

Francesca Mezzanotte, Cecilia De Bonis, Vittoria Squartecchia, Leonardo Bianchini
2^A Liceo Scientifico,
I.S.I.S. "L. Da Penne-M. Dei Fiori"



5 proprietà della Quinoa:

- 1 È antiossidante e preserva da **malattie cardiovascolari**
- 2 Non contiene glutine, quindi è adatta ai **celiaci**
- 3 Ha potere saziante, quindi è perfetta per le **diete ipocaloriche**
- 4 Non aumenta l'indice glicemico è adatta ai **diabetici**
- 5 E' ricca di fibre e quindi riduce l'**acidità gastrica**



**IL VERO VIAGGIO DI SCOPERTA NON CONSISTE
NEL CERCARE NUOVE TERRE, MA NELL' AVERE
NUOVI OCCHI.**

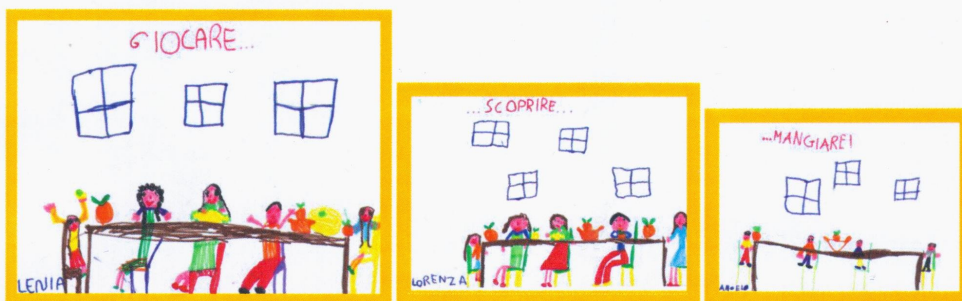
M. Proust



"Maestra, la buccia è liscia.... e quanto odora!!!"



"Con la BUCCIA L'ARANCIA GALLEGGIA e SENZA BUCCIA VA A FONDO. Però il nostro POMPELMO senza la buccia gialla NON VA A FONDO... perchè ha la buccia bianca GRANDE... più grande di quella dell'arancia"



Quest'anno i bambini di cinque anni della scuola dell'Infanzia sono stati protagonisti di numerosi incontri con gli alunni delle classi prime della scuola Primaria. In questi momenti di condivisione, i bambini, sono stati coinvolti nell'ascolto di storie inedite, raccontate dalle maestre della scuola primaria, il cui sfondo è stata la frutta. Nei successivi laboratori di intersezione proposti dalle maestre della scuola dell'Infanzia i bambini si sono trasformati in piccoli "investigatori", per scoprire e conoscere, attraverso i "sensi", tutte le caratteristiche e le proprietà degli agrumi e alcune magie che è possibile fare con essi.

ISTITUTO COMPRESIVO "MARIO GIARDINI" PENNE

SCUOLA DELL'INFANZIA "VIA CASELLI"

Laboratorio scientifico Intersezione bambini di 5 anni: "GIOCARÉ...SCOPRIRE...MANGIARE"

L'UOVO DI COLOMBO

Il mondo visto con gli occhi dei



"Che forma ha il mondo?" Domanda apparentemente semplice. Rivolta a bambini di 2 e 3 anni si complica un tantino...

Quest'anno i bambini del nido d'infanzia "La Casa dei Bambini" di Penne stanno facendo un viaggio virtuale intorno al mondo, giocando con gli usi e costumi dei vari Paesi, i luoghi rappresentativi, la musica, i sapori, gli animali che li popolano. Prima di partire, però, abbiamo dovuto capire com'è fatto il pianeta che abitiamo; e allora, dopo aver gonfiato un bel palloncino, armati di colla e pennelli, carta di giornale e colori, abbiamo realizzato un nostro map-pamondo. Ed ecco che, seduti ad ammirare il nostro capolavoro, salta fuori un'osservazione quanto mai acuta: "Ma il mondo sembra un uovo!"

E già, proprio un uovo! L'uovo, forse il simbolo della vita per eccellenza; inoltre, un alimento diffusissimo ed amatissimo (anche dai bambini!). E allora perché non utilizzarlo per partecipare a Scienza Under 18?

Grazie a questa geniale intuizione ci siamo messi subito all'opera: abbiamo preso delle uova, le abbiamo osservate, maneggiate per bene, alcune purtroppo si sono rotte (eh, la gravità!); altre le abbiamo mangiate. Poi abbiamo provato a fare qualche semplice esperimento scientifico, osservando cosa accade ad un uovo a contatto con i quattro elementi che compongono il nostro mondo: terra, fuoco, acqua e aria.

Il primo esperimento involontario è stato già citato: un uovo che cade a terra si rompe. Ma se prendiamo un uovo, lo mettiamo in un pentolino con dell'acqua e lo facciamo cuocere per bene, cadendo a terra non si romperà, ma diventerà simile ad una pallina di gomma!

Per il secondo esperimento, abbiamo scelto di continuare ad usare il nostro uovo sodo. Abbiamo preso una bottiglia di vetro con un collo sufficientemente largo, ma non tanto da farci passare l'uovo; abbiamo poi dato fuoco (con l'aiuto delle maestre) ad un pezzettino di carta e poi messo subito l'uovo sulla bottiglia e... magia: l'uovo è stato risucchiato all'interno!

Un uovo nell'acqua galleggia oppure affonda? Questo interrogativo ha diviso i nostri piccoli scienziati. E allora è stato necessario affrontare empiricamente la questione. Abbiamo preso due bacinelle con dell'acqua; in una, poi, abbiamo versato alcuni cucchiaini di sale ed abbiamo mescolato. Infine, preso un uovo, lo abbiamo immerso prima nella bacinella di acqua dolce e poi in quella salata. Anche qui grande stupore: nella prima l'uovo affondava, nella seconda, invece, galleggiava!

Infine abbiamo cercato di far "reggere da solo" un uovo. Qui la cosa è stata ardua: nessuno voleva saperne di stare in piedi! Proprio dispettose. Allora la maestra ne ha preso uno e, con molta delicatezza, lo ha poggiato sul tavolo e... fiato sospeso... si reggeva dritto da solo! "Ma come si fa?" La risposta è molto semplice: con un cucchiaino si batte l'estremità dell'uovo, dalla parte più larga, in modo da ammaccarlo leggermente.

"Ma così non vale!"

Abbiamo allora imparato, proprio come fece Colombo che di mondo ne conosceva abbastanza, che spesso i problemi più difficili hanno soluzioni così semplici che anche un bambino le potrebbe trovare.

Ma intanto, questa volta, la soluzione l'ha trovata la maestra!!!

Le maestre Anna Di Claudio e Sara Carota e i bambini del Nido d'Infanzia "La Casa dei bambini" di Penne - a.s. 2014/15

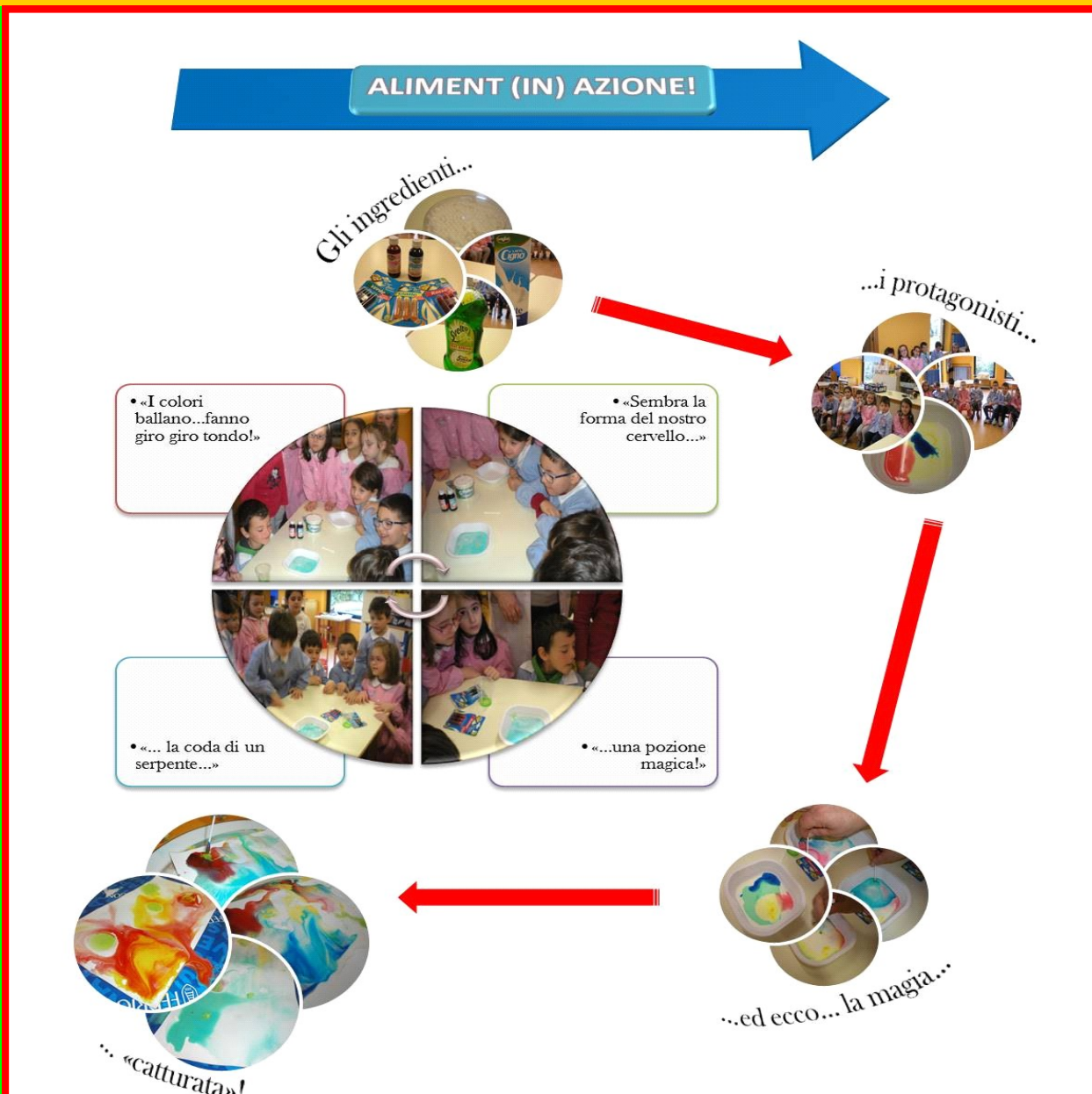


ISTITUTO COMPRESIVO "MARIO GIARDINI"
 SCUOLA DELL'INFANZIA "SAN FRANCESCO"
 PENNE

Progetto Laboratorio scientifico "Scienza in...fabula!"

Intersezione bambini 5 anni

Anno Scolastico 2014/2015



Promuovere e fornire, in maniera sistematica, contesti esperienziali in cui il sentire dello stupore costituisca il carburante sintomatico per ogni approccio all'apprendimento, identifica lo stile metodologico attraverso il quale la funzione docente imbastisce il "tempo" scolastico vissuto dai bambini.

Non esiste momento che trascorra senza che "l'ansia da meraviglia" non spinga fortemente, ogni singolo, ad addentrarsi nella variegata realtà circostante con rinnovata sprone e vitalità. Nello specifico, la normale percezione di talune sostanze, alimentari e non, si declina attraverso uno sguardo sperimentatore che svela innumerevoli possibilità, insospettabili...e di seguito i sensi di riaccendono magicamente sostenendo strutture mentali in divenire, accenni di ipotesi, fiorire di supposizioni... mai così intense come quando vengono coinvolti gli aspetti più profondi ed essenziali dell'essere in età evolutiva.

Il latte, elemento di primordiale importanza nell'alimentazione infantile, produce incredibilmente prodigi altri e si "colora" di tonalità, oltre che emotivo-affettive, cromatiche in movimento, reagenti all'introduzione di un comune e semplice "catalizzatore" (*detersivo liquido*). Di seguito, attraverso sezioni di carta assorbente, si producono stampe quasi fotografiche che documentano e fermano il procedimento chimico osservato.

Istituto Comprensivo "L. C. Paratore" - Scuola dell'Infanzia "Aldo Moro"

Penne

Laboratorio Scientifico "Patty Scenziato"

Il laboratorio ha lo scopo di stupire, meravigliare, incuriosire ed ovviamente divertire!

L'occhio inesperto ma curioso del bambino è in grado di cogliere, tramite il gioco, la manipolazione ed il divertimento, l'essenza stessa delle cose.

Così frutta e verdura sono diventati un prezioso alleato per avvicinare i bambini in modo nuovo ed originale al mondo scientifico.

I diversi alimenti, protagonisti degli esperimenti realizzati, hanno fornito spunti per svelare piccole e grandi curiosità: i limoni sono diventati un vulcano esplosivo, le patate sono riuscite a galleggiare. Questo nostro progetto ha offerto un contesto didattico che ha permesso ai bambini di interagire attivamente con la realtà, di giocare con materiali naturali e di elaborare schemi per analizzarli e descriverli.



Anno Scolastico
2014-2015

NOTIZIE UTILI

DIRETTORE: dott.ssa Mariella Centurione
(Dirigente Scolastico I.C. "L.Ciulli Paratore")

CAPOREDATTORE: prof.ssa Rossella Cioppi

IDEAZIONE GRAFICA: prof.ssa Rossella Cioppi

SEDE REDAZIONE: I.C. "L. C. Paratore"

Siamo anche on-line su

www.sul18vestina.it

LA REDAZIONE

I.C. "L.C.Paratore"

Joselyn D'Egidio
Giulia Di Bernardo
Pierpaolo Lando
Francesco Cretarola
Sara Coletta
Flavia Perilli
Vittoria Mariani
Alessandra Tarantelli
Elisabetta Graziosi
Daniele Di Angelo
Marco Scannella

I.C. "M.Giardini"

Gaia Vecchiotti
Mario D'Armi
Simone Tini
Fabio Pasta
Luca Lamarra
Alessia Rossi
Stefano De Prophetis
Stefano D'Annunzio
Laura Tondodimamma
Ilaria Buccella
Alessandra Verri
Elena Di Teodoro

I.S.I.S. "L.da Penne - M.dei Fiori"

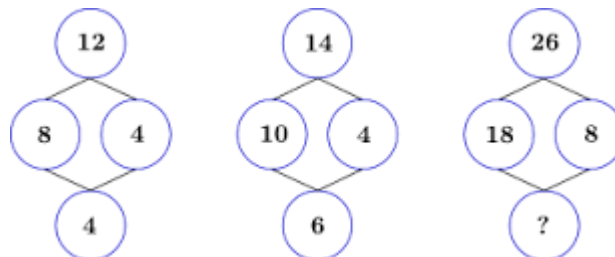
Marta Di Quinzio
Michela Di Muzio
Francesca Mezzanotte
Vittoria Squartecchia
Leonardo Bianchini
Maria Cecilia De Bonis

I.T.C.G.Marconi

Alice Giancaterino
Benedetta Di Bernardo

La pagina dei giochi

1) TROVA IL NUMERO MANCANTE...SEGUENDO LA LOGICA!!!



2) RISOLVI IL SEGUENTE INDOVINELLO:

QUANTE ZAMPE HA
UN ELEFANTE?...E
SE NE ALZA UNA?



3) SEI BRAVO A CONTARE???

Conta le macchie nere e collega con una linea il numero corrispondente

8	
7	
6	
2	
5	

© Planetabambini.it

RISPOSTE:

- 1) LA RISPOSTA È 10 PERCHÉ $18+8=26$ E $18-8=10$
- 2) L'ELEFANTE HA 4 ZAMPE E SE NE ALZA UNA NE HA SEMPRE 4!!!
- 3) LE RISPOSTE SONO: n.8 - farfalla5; n.7 - farfalla 4; n.6 - farfalla 3; n.2 - farfalla 2; n.5 - farfalla 1.