



# Parola NOSTRA

ANNO X - NUMERO  
**1**  
APRILE 2019

Periodico a cura dell'Istituto Comprensivo di Bovino, Castelluccio dei Sauri e Panni

# Speciale gNe 2019

#NONABBOCCO

PAG. 1 **INTERVISTA AL PRESIDE DE MASI**

PAG. 6 **Speciale: GLOBAL STRIKE**

PAG. 12 **PROGETTO LETTURA**

PAG. 15 **Dossier gNe**

**TE LA BEVI O MANGI LA FOGLIA?**

PAG. 26 **RETE, RETE DELLE MIE BRAME**

**Qual è la notizia più falsa del reame?**



PROGRAMMA OPERATIVO NAZIONALE  
"Per la scuola - Competenze e ambienti per l'apprendimento" 2014-2020 - FESR Asse II



# IL PRESIDE DE MASI: LA MIA SCUOLA SOSTENIBILE

*Un bilancio: successi e sfide per il futuro*

**Preside, tra qualche mese andrà in pensione: da quanti anni fa il dirigente scolastico?**

Da 11 anni: il mio primo anno scolastico da Dirigente è stato tra il 2008/2009.

**Dove ha lavorato prima di venire nella nostra scuola?**

Ho lavorato come docente in tre regioni e quattro province: in provincia di Como, di Napoli, di Caserta e infine sono venuto qui a Bovino. Ho insegnato per i primi vent'anni Educazione fisica, poi ho fatto la scelta di cambiare per diventare docente di Sostegno. Nonostante io abbia voluto cambiare e allontanarmi dalla palestra, la mia passione rimane ancora oggi il basket.

**Perché ha deciso di fare il dirigente?**

All'inizio non avevo intenzione di farlo, però poi ho deciso di mettermi in gioco per creare una scuola viva in cui i ragazzi potessero sentirsi parte di un gruppo e prepararsi alla società. Sono riuscito a portare avanti quest'idea grazie anche ai miei docenti, la maggior parte dei quali condivide la mia visione di scuola.

**Come è stata l'esperienza a Bovino?**

Ho avuto la fortuna di lavorare con personale docente e ATA di livello eccellente, che mette passione nel lavoro. Sono orgoglioso dei nostri alunni e del nostro Istituto che si è fatto conoscere in tutt'Italia grazie a concorsi musicali, giornalismo, progetti di educazione ambientale che ci hanno portato riconoscimenti importanti, come il premio UNESCO Scuole sostenibili e la partecipazione di un rappresentante della nostra scuola come relatore alla conferenza internazionale "Education and post-democracy" che si terrà a Cagliari dal 6 all'8 giugno: le attività dell'I.C. di Bovino-Panni-Castelluccio saranno modello di buone pratiche per tutte le piccole scuole e non solo.

**Qual è stata la sua soddisfazione più grande?**

Tra le tante, l'introduzione e il mantenimento del

tempo pieno e l'essere riuscito a connettere i miei studenti con il resto del mondo con gemellaggi, viaggi e concorsi, rendendoli orgogliosi della loro scuola che, pur trovandosi in un'area interna, non ha nulla da invidiare a quelle "blasonate" di città.

**Ha un ricordo legato a questa scuola che non dimenticherà mai?**

Il ricordo più bello è stato quello di vedere gli studenti che conoscevo fin dall'asilo arrivare alla fine del proprio percorso, ma anche l'accoglienza calorosa da parte dei miei colleghi che mi hanno aiutato a diventare quello che sono oggi. È stato molto importante per me anche riuscire a introdurre progetti, come il tempo pieno, che in altre scuole, anche più grandi, non si riesce ad organizzare.

**Secondo lei quali sono le sfide future per la nostra scuola e per il nostro territorio?**

Da settembre il nostro diventerà un Istituto onnicomprensivo, includendo anche sezioni di Scuole secondarie di secondo grado di Bovino, Deliceto, Accadia e Troia: la sfida sarà far funzionare al meglio questo Istituto, sfruttando i finanziamenti, organizzando i trasporti, supportando i docenti: è importante che i ragazzi dei Monti Dauni abbiano una Scuola superiore d'eccellenza, senza doversi spostare necessariamente nel capoluogo.

**Che cosa le mancherà di più della nostra scuola?**

Mi mancherà vedere i bambini guardarmi e salutarmi da lontano come un punto di riferimento con la sincerità che li contraddistingue e mi emoziona ogni volta.

**Che consiglio darebbe a noi ragazzi?**

Non dobbiamo arrenderci mai perché siamo noi gli artefici del nostro destino: se avete un sogno non arrendetevi mai ma combattete e lottate per realizzarlo perché se lo volete veramente potete riuscirci. Il mio motto è:

“Se collabori attivamente per migliorare il posto in cui vivi avrai un motivo in più per smetterla di lamentarti.”

# UNDICI ANNI DI SUCCESSI E ATTIVITA' PER L'AMBIENTE

L'I.C. di Bovino è una delle prime scuole in Italia ad aver inserito tra i principi fondanti del PTOF l'educazione ambientale. Numerosi i progetti e le attività finalizzati a promuovere stili di vita sostenibili:

- la raccolta degli oli esausti
- la festa dell'albero
- l'adesione alla campagna M'illumino di meno
- il corso di giornalismo ambientale
- la realizzazione di un orto scolastico
- le passeggiate ecologiche
- la merenda sostenibile
- i laboratori di riciclo

Tra i progetti caratterizzanti l'Istituto c'è il Progetto Ambiente e territorio, progetto-pilota multidisciplinare per la sperimentazione della didattica



e della valutazione per competenze, nell'ambito del quale sono state realizzate attività didattiche e laboratoriali multidisciplinari sui temi della raccolta differenziata, dell'alimentazione, delle risorse idriche e dei cambiamenti climatici.

Dal 2014, inoltre, viene organizzato il Meeting nazionale dei docenti gNe, giornate di formazione dei docenti, in collaborazione con Giornalisti nell'erba, il più importante progetto Italiano di giornalismo ambientale che coinvolge ragazzi, giornalisti e docenti. Il Dirigente scolastico Gaetano de Masi è diventato Preside della rete dei Docenti gNe nonché terzo Personaggio Ambiente Italia nel 2015.

L'Istituto ha anche organizzato due Festival di premiazione interregionali "gNe" con laboratori di educazione ambientale, con la partecipazione di scuole provenienti da Puglia e Calabria.

Dall'A.S.2018/19 è stato introdotto nel PTOF il progetto d'Istituto "Attiva la cittadinanza" allo scopo di sensibilizzare gli studenti alla tutela dell'ambiente ed alla salvaguardia del patrimonio artistico-culturale nonché di promuovere la cittadinanza attiva, stimolando un atteggiamento propositivo nei confronti delle situazioni problematiche anche attraverso la segnalazione alle autorità di rischi per le persone e per l'ambiente.

I lavori realizzati hanno ottenuto importanti riconoscimenti, tra i quali:

- Premio nazionale Giornalisti Nell'erba
- Premio nazionale ODG dell'Ordine dei giornalisti "Fare il giornale nelle scuole"
- Premio nazionale di giornalismo scolastico "C. Scianguetta"
- Premio nazionale Giornalinoi-Mirabilandia
- Premio ALBOSCUOLE - Associazione di giornalismo nazionale
- Premio Penne e Video sconosciuti-Associazione OSA-Piancastagnaio
- Premio "Pulcinellamente"
- Premio Unesco CNESA Scuole sostenibili 2018



# LA NOSTRA SCUOLA, PREMIO UNESCO SCUOLE SOSTENIBILI



“  
...tra le prime cinque in Italia  
per sostenibilità”  
”

Chi avrebbe mai pensato che una scuola di un piccolo paese potesse essere tra le prime cinque in Italia per sostenibilità? Ebbene sì, è proprio la nostra!

Quella tra il 19 e 26 novembre 2018 è stata la settimana UNESCO per l'educazione alla sostenibilità sul tema **“Fuori dalla plastica: un percorso da costruire!”**: si sono tenute nella capitale italiana diverse iniziative di sensibilizzazione sul problema della plastica e dell'inquinamento che essa produce. Si è parlato di soluzioni a livello mondiale e nazionale, ma anche di tutte quelle azioni quotidiane che ognuno di noi può e deve fare per aiutare il pianeta.

Nella giornata conclusiva dell'evento, lunedì 26 novembre 2018, presso la Galleria del Primiticcio di Palazzo Firenze a Roma, si è tenuta la premiazione delle cinque scuole vincitrici del concorso UNESCO-Scuole sostenibili che ha visto vari interventi di esperti e giornalisti sempre sul tema della plastica.

Sono state premiate cinque scuole “sostenibili” tra quelle che, da tutta Italia, hanno partecipato al concorso. Tra queste il nostro Istituto,

premiato per i progetti Ambiente e territorio e Parola nostra, il giornalino d'Istituto nell'ambito del quale è stato realizzato il video “Accoglienza e integrazione...con meno emissioni!”, che affrontava proprio il tema del concorso, “Cambiamenti climatici e migrazioni”.

La targa premio è stata consegnata alla delegazione composta dal Dirigente, prof. Gaetano De Masi, dalle alunne Claudia Campanella, Simona De Palma e Anastasia Lo Conte e dalla prof.ssa Stefania Russo. Numerosi gli interventi e gli spunti di riflessione per chi si occupa di educazione ambientale: in particolare la sollecitazione a promuovere azioni, ma anche la necessità di educare al pensiero critico e flessibile, poiché ciò che è considerato sostenibile oggi potrebbe non risultare più sostenibile domani. Per noi è un onore essere stati premiati per tutti i progetti di integrazione ed educazione ambientale che ci impegniamo a fare per diventare dei cittadini sempre migliori. Siamo orgogliosi di essere riusciti a far conoscere i nostri sforzi a un ente così importante: pensiamo che per combattere i problemi ambientali sempre più gravi sia molto importante l'informazione.

# M'ILLUMINO DI MENO



La giornata del risparmio energetico e della diffusione degli stili di vita sostenibili, ideata da Caterpillar e Rai Radio2 nel 2005, quest'anno si è tenuta il 1 marzo. È giunta alla quindicesima edizione e si è focalizzata sull'**economia circolare**, facendo particolare attenzione al riutilizzo dei materiali, alla riduzione degli sprechi, e all'allungamento della “vita delle cose”. Perché le risorse finiscono, ma tutto ciò che è stato già prodotto può essere rigenerato: le bottiglie dell'acqua minerale che diventano maglioni, la carta dei giornali che ritorna ad essere carta per i giornali, una cornetta del telefono che diventa lampada, i fanghi di scarto di lavorazione che diventano biogas. Si tratta di un'iniziativa simbolica, finalizzata a sensibilizzare tutti ad adottare uno stile di vita incentrato sul risparmio energetico.



La giornata fu lanciata nel 2005 da Massimo Cirri e Filippo Solibelli, dai microfoni della trasmissione radiofonica Caterpillar di Rai Radio 2. Il nome si ispira ai celebri

versi di Mattina di Giuseppe Ungaretti, “M'illumino / d'immenso”, ma, giocando con i suoni, sostituisce d'immenso con di meno.

È organizzata ogni anno fra il mese di febbraio e marzo per ricordare la data del 16 febbraio 2005, giorno in cui ricorre l'entrata in vigore del Protocollo di Kyoto. La campagna, invita a ridurre al minimo il consumo energetico e a spegnere tutti gli elettrodomestici e dispositivi elettrici non indispensabili. Inizialmente rivolta ai soli cittadini, ha successivamente trovato adesioni da parte dei singoli comuni, ed in seguito dalla Presidenza del Consiglio dei ministri con il patrocinio del Ministro dell'ambiente.

Nel 2008, il Presidente del Parlamento europeo, Hans-Gert Pottering, ha riconosciuto la validità dell'iniziativa considerandola “un evento che ha un valore simbolico ed un effetto tangibile”.





di **SOFFIA SPANO, FRANCESCA SANSEVERINO, SARA RUSSO**

In questa giornata in tutto l'Istituto nella Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di secondo grado si sono svolte attività di sensibilizzazione: laboratori di riciclo, merenda sostenibile, passeggiate ecologiche, visione di filmati riguardanti i cambiamenti climatici, il risparmio energetico e l'inquinamento.

Tra le attività svolte nel plesso di Bovino c'è stata la raccolta degli oli esausti, i laboratori di riciclo e la passeggiata ecologica: siamo andati in giro per il paese armati di guanti e sacchetti e abbiamo raccolto i rifiuti che trovavamo sparsi per terra,

partendo da piazza Guido Paglia e arrivando fino a viale Regina Margherita. Durante tutto il percorso sono stati riempiti più di dieci sacchetti di rifiuti di tutti i tipi: buste di patatine, bottiglie di vetro, lattine, cartacce e...perfino un vecchio passeggino! I rifiuti purtroppo erano molti e non siamo riusciti a raccoglierceli tutti.

Le conclusioni alle quali siamo giunti? Le attività che si svolgono in questa giornata dovrebbero essere svolte tutti i giorni per il bene del nostro pianeta e i cittadini dovrebbero essere più rispettosi del proprio paese e dell'ambiente.



di **FRANCESCO MELE, FLAVIO VOLPE, BENEDETTA COLOTTI, SARA CIRJALIU**

Presso la scuola secondaria di Castelluccio dei Sauri alunni e docenti hanno riflettuto sui comportamenti poco green che è possibile notare nelle case ed anche nelle scuole: a volte gli impianti di riscaldamento non tengono conto delle temperature esterne. Accade che le aule sono troppo calde e che quindi è necessario aprire le finestre, con un inutile spreco di risorse. Nelle classi mancano anche gli umidificatori, per evitare che l'aria dell'ambiente diventi secca e quindi richieda l'apertura delle finestre. L'ideale sarebbe avere un impianto con termostato, che si spenga al raggiungimento della temperatura desiderata.

Un altro tipo di spreco riguarda le luci sempre

accese, anche quando si potrebbe usufruire della luce naturale. Basterebbe tenere le tapparelle ben alzate nelle giornate meno luminose.

In tutte le classi, le luci sono rimaste spente. Inoltre, anche le merende sono state ecologiche: nessun involucro in cellofan, pellicola, carta alluminio. Solo portapranzi riutilizzabili. Nessuna bottiglietta di plastica o tetra pak. Solo contenitori riutilizzabili. In questo modo il livello di rifiuti prodotto è stato pari a zero. Le bottigliette di plastica utilizzate nei giorni precedenti e conservate, sono state utilizzate per fare laboratori di riciclo. Gli scarti si sono trasformati in lavori artistici.

**SPECIALE**

# LA SCUOLA CONTRO IL CAMBIAMENTO CLIMATICO

**Global strike:**  
sciopero globale per il clima

Il 15 marzo scorso al grido di "Non si può aspettare, è ora di cambiare" tutti gli alunni dell'Istituto comprensivo nei tre plessi di Bovino, Panni e Castelluccio dei Sauri, hanno aderito al Global strike, sciopero globale per il clima, guidati dal Dirigente scolastico, prof. Gaetano De Masi, e da tutto il personale docente, con la collaborazione del personale ATA. Alla manifestazione sono stati invitati a partecipare anche i rappresentanti delle istituzioni locali, gli alunni e i docenti delle Scuole secondarie di secondo grado, le associazioni locali, i genitori.

I "Fridays for future" hanno preso le mosse dalla ormai famosissima Greta Thunberg, sedicenne attivista svedese che ha iniziato nell'agosto 2018 a scioperare di venerdì, manifestando davanti al Parlamento per sollecitare provvedimenti immediati per contrastare il cambiamento climatico.

La verità di fronte alla quale Greta ci ha messo, in realtà è nota da tempo, e tuttavia le classi dirigenti di tutto il mondo sembrano ignorarla, anche se le conseguenze del cambiamento climatico sono ormai sotto gli occhi di tutti: i disastri ambientali si stanno moltiplicando, aumentano i fenomeni meteorologici estremi e la desertificazione, si riducono i ghiacciai, migliaia di persone migrano a causa del clima.

L'ultimo rapporto dell'IPCC (Gruppo intergovernativo di esperti sul cambiamento climatico, task force di 91 esperti provenienti



da 40 paesi del mondo) è estremamente preoccupante: esso spiega che la temperatura media sulla superficie terrestre è cresciuta di 0,17 gradi centigradi ogni decennio dal 1950 ad oggi. Se continuasse questo trend, sfonderemo la barriera dei +1,5 gradi rispetto ai livelli preindustriali già tra il 2030 e il 2052: a quel punto, vari feedback loops (meccanismi irreversibili, come ad esempio lo scioglimento del permafrost) entreranno in azione provocando un improvviso aumento della temperatura; la situazione sarebbe totalmente fuori controllo e nessun intervento umano sarebbe più possibile.

Per evitare questo rischio concreto, è necessario dimezzare le emissioni globali di CO2 entro il 2030 e azzerarle al 2050. Un obiettivo non semplice: per raggiungerlo serve una rivoluzione culturale, sociale, economica e politica, un cambiamento nello stile di vita di ognuno di noi.

L'I.C. di Bovino-Panni-Castelluccio da anni si occupa di educazione ambientale, attuando numerosi progetti e attività, dalla raccolta degli oli esausti al corso di giornalismo ambientale in collaborazione con la rete nazionale Giornalisti nell'erba, dalle passeggiate ecologiche ai



laboratori di riciclo, dalle segnalazioni di rischi ambientali all'orto scolastico: per gli alunni è stato abbastanza naturale sentire immediatamente come propria la protesta di Greta e aderire alla manifestazione del 15 marzo che ha portato in piazza milioni di studenti in tutto il mondo. Gli studenti, dai più piccoli della Scuola dell'Infanzia e Primaria ai più grandi della scuola Secondaria di

Primo grado, hanno sfilato dalla Villa comunale fino al Palazzo di città, dove il Dirigente ha ringraziato i presenti spiegando l'importanza della manifestazione e alcuni alunni ed alunne della redazione di Parola nostra, il giornalino d'Istituto, hanno voluto parlare ai partecipanti per esprimere il loro pensiero. Ecco le loro parole:

«Siamo in piazza oggi perché, come dice la giovane ambientalista svedese Greta Thunberg, abbiamo poco tempo per agire: il potere, è vero, è in mano ai "grandi" ma anche alle persone, perché ognuno di noi può fare la differenza. Dobbiamo capire che ogni nostra azione ha un impatto sul pianeta: ogni volta che lasciamo la luce accesa e andiamo via, ogni volta che alziamo eccessivamente la temperatura del nostro riscaldamento, ogni volta che prendiamo l'auto piuttosto che i mezzi pubblici, ogni volta che buttiamo via un sacchetto di plastica, stiamo danneggiando il pianeta!»

Francesca Sanseverino

«Ognuno di noi dovrebbe iniziare a dare l'esempio, ad esempio producendo meno rifiuti, riciclando e facendo al meglio la raccolta differenziata; il futuro è di noi giovani ed è per questo che proprio da noi deve partire il cambiamento. Nel nostro piccolo la scorsa settimana abbiamo raccolto rifiuti girando per le vie di Bovino e ci siamo resi conto che la situazione non è delle migliori perché il paese dovrebbe essere più pulito.

Noi siamo qui per chiedere a tutti azioni concrete che possano portare un futuro migliore. Confidiamo nel buon senso di tutti che può portare ad un cambiamento ormai non più rinviabile»

Ambra Scapicchio

«Spesso abbiamo la sciocca abitudine di rimandare, rimandare sempre! Rimandiamo il pagamento di una bolletta così come rimandiamo qualcosa di più serio, come ciò per cui stiamo manifestando: l'intervento contro i cambiamenti climatici. Non è più accettabile che i governi non si muovano e che solo pochi si preoccupino: come possiamo far finta di non accorgerci che ci stanno rubando il futuro sotto ai nostri occhi? Sono molte le iniziative pensate per sensibilizzare i cittadini a riguardo, e gli attivisti sono sempre più numerosi: chi non ha mai sentito parlare di Greta Thunberg? Greta è un'attivista ambientale svedese di 15 anni che è diventata famosa per il suo intervento alla Cop24, tenutasi in Polonia. Greta ci ha fatto capire che le generazioni future dovranno pagare ingiustamente le conseguenze delle nostre azioni, e vivranno nel mondo che noi abbiamo lasciato, indubbiamente peggiore di quello che conosciamo».

Claudia Campanella

«È necessario agire al più presto perché ormai non c'è più tempo da perdere e non abbiamo più scuse, altrimenti il nostro pianeta andrà alla deriva. Chiediamo al Governo italiano e alle istituzioni dell'Unione Europea di passare dal modello fossile a quello delle energie rinnovabili, per evitare al pianeta gli effetti degli sconvolgimenti climatici: catastrofi naturali, gravi carestie e i conseguenti fenomeni di migrazioni forzate».

Simona De Palma



«Chiediamo di abbattere del 50% le emissioni di gas serra rispetto all'epoca preindustriale entro il 2030, per raggiungere ZERO emissioni nel 2050. È importante l'aiuto di tutti noi, perché possiamo, con le nostre battaglie, far capire alle autorità quanto l'argomento ci stia a cuore e incentivarle a cambiare veramente il mondo, facendo qualcosa di grande e soprattutto facendolo in modo radicale. NOI SIAMO CON GRETA!».

Lorenzo Zambri



Durante la manifestazione gli alunni hanno consegnato al Sindaco una lettera aperta indirizzata alle Istituzioni italiane ed europee per chiedere loro l'attuazione immediata degli accordi per la riduzione delle emissioni e l'adozione di provvedimenti concreti.



## In Piazza con Greta per il **GLOBAL STRIKE**

di SARA CIRJALIU, BENEDETTA COLOTTI, GRETA MAURIELLO, ANNA PIGNATIELLO

**15 marzo 2019.** Tutto il mondo partecipa al *Global strike for future*, una manifestazione organizzata grazie al tenace desiderio di una giovanissima ragazzina svedese, **Greta Thunberg**, di salvare il Pianeta dal riscaldamento globale. Il 20 agosto 2018, allarmata da un'estate scandinava caldissima, la quindicenne decide per protesta di non frequentare la scuola il venerdì di ogni settimana, fino al 9 settembre, data in cui dovevano tenersi le elezioni in Svezia. Ha così voluto mandare un messaggio chiaro al governo svedese, affinché si occupasse più seriamente del cambiamento climatico, adottando politiche più incisive e finalizzate a ridurre le emissioni di anidride carbonica. Ogni venerdì, seduta sulle scale del Riksdag (Parlamento svedese) a Stoccolma, con un cartellone *Skolstrejk för klimatet* (Sciopero della scuola per il clima), la sedicenne ha protestato in silenzio.

A novembre dello stesso anno, ispirati da questa giovane eroina dei nostri giorni, numerosi movimenti di protesta in tutto il mondo hanno cominciato a far sentire la loro voce in difesa del Pianeta. A dicembre



gli scioperi studenteschi sono proseguiti in 270 città di numerosi Stati, come Australia, Austria, Belgio, Canada, Paesi Bassi, Germania, Finlandia, Danimarca, Giappone, Svizzera, Regno Unito e Stati Uniti. Il 15 Marzo 2019, il *Friday for future* ha coinvolto 2052 città in 123 Paesi. In Italia, le città che hanno partecipato al venerdì di protesta sono state 180, con quasi 1 milione di giovani studenti nelle piazze. Greta Thunberg, eletta dal quotidiano britannico *The Times* come *Teenager più influente del 2018*, candidata al premio Nobel per la pace, è oggi una delle più importanti attiviste per la salvaguardia del Pianeta.

## A Casa, in Tavola, sulle Strade. Tutti i giorni **ognuno di noi può fare la sua parte!**

di GRETA MAURIELLO, ANNA PIGNATIELLO

La chiave per salvare la Terra, stretta nella morsa del surriscaldamento, è dare maggiore spazio alle nuove generazioni, che hanno mostrato di possedere maggiore buon senso degli adulti e soprattutto dei potenti politici del mondo.

La regola è una sola: possedere meno, condividere di più, sprecare meno, riciclare di più, usare nuovi tipi di energia, rinnovabile, lasciare i combustibili fossili nel sottosuolo.

Abbiamo ancora la visione di una natura che ci offre risorse illimitate e non siamo ancora disposti a cambiare stile di vita. Oggi, noi figli ci preoccupiamo della spensieratezza dei genitori; il futuro è il nostro.

Quale è la soluzione per vincere la battaglia contro il cambiamento climatico?

Non c'è una sola soluzione, ma tante messe insieme. Sicuramente dobbiamo ridurre il 50% delle emissioni entro il 2050.

Mangiando la carne due volte a settimana anziché cinque riduciamo del 50% le emissioni di gas serra. Le nuove generazioni già lo fanno.

Ogni singola azione sostenibile diventa parte di un rinnovamento globale. Il sistema di car sharing presenta tantissimi vantaggi dal punto di vista economico, della vivibilità dei grandi centri urbani e soprattutto dal punto di vista ecologico. Eppure è ancora poco diffuso. È chiaro che il futuro è nelle elettriche.

Greta Thunberg non prende nemmeno l'aereo, pur di non contribuire ad aumentare le emissioni di Co2.

## Castelluccio Dei Sauri, **15 MARZO 2019**

di ELENA MANZO, SOFIA ROCCIA, VALERIO VISCONTI



Gli alunni delle scuole dell'infanzia, primaria e secondaria, hanno partecipato alla manifestazione *FRYDAYS FOR FUTURE*.

Alle ore 9:00, un corteo festoso e colorato è partito dal piazzale della scuola e ha attraversato le strade della cittadina, per giungere fino in piazza Municipio. In testa alla sfilata lo striscione dell'Istituto Comprensivo di Bovino – Castelluccio dei Sauri – Panni Global Strike for Future tenuto da alunni della secondaria; a seguire i bambini dell'Infanzia, della primaria e della secondaria. Tutti esibivano cartelloni preparati nei giorni precedenti, che chiedevano di bloccare il processo del cambiamento climatico.

Genitori, nonni e cittadini si sono uniti agli studenti in segno di solidarietà e condivisione.

Giunto all'ingresso del Palazzo del Comune, gli alunni hanno sostato continuando a manifestare pacificamente, cantando canzoni in tema, come: " Il ragazzo della via Gluck", " Cara terra mia", " L'ombelico del mondo", " Volare" fra suoni di rullanti e tamburelli.

Nella sede del Comune, ad accoglierli non era presente il sindaco, ma la consigliera alla Pubblica Istruzione, la dott.ssa Rina Capobianco. Alcuni

docenti hanno ringraziato tutti i presenti e le istituzioni. Tre studenti hanno preso la parola per spiegare il motivo della manifestazione e l'importanza di fermare subito i cambiamenti climatici. Una ragazza, Sara Cirjaliu, ha letto un messaggio a nome di tutti i presenti ed ha affidato una lettera alla Consigliera, perché la consegnasse alle Istituzioni politiche italiane ed europee.

Terminata la manifestazione, prima di rientrare in ricordo della giornata studenti e professori hanno scattato delle foto.

Infine, gli alunni si sono incamminati verso la scuola, consapevoli di aver partecipato ad un momento importante per la storia della Terra.





## LE MERAVIGLIE DI NAPOLI

*Visita alla capitale del Regno delle due Sicilie*

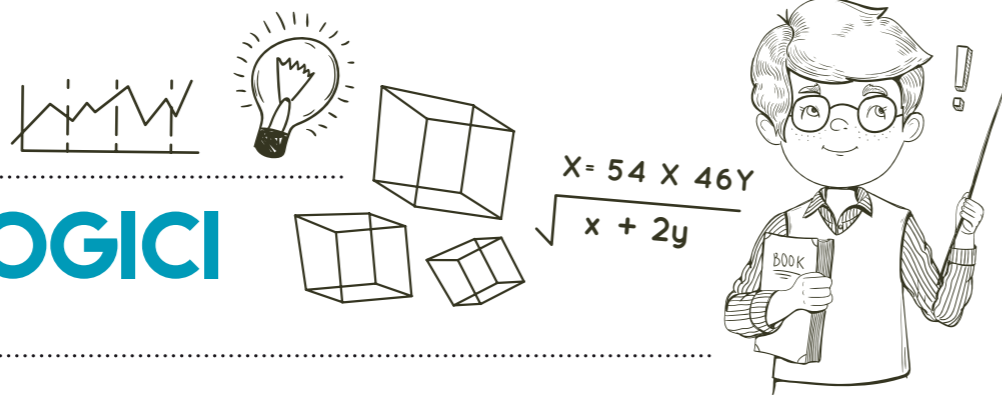
Il 26 Febbraio 2019 gli alunni delle classi Terze della scuola di Bovino, Panni e Castelluccio hanno fatto un viaggio di istruzione nella città di Napoli. Prima tappa: il teatro San Carlo dove gli studenti hanno assistito alla rappresentazione di una commedia di Carlo Goldoni, intitolata "IL MONDO DELLA LUNA".

Questo teatro, tra i più antichi teatri d'opera europei ancora attivi, venne fatto costruire da re Carlo III di Borbone, e inaugurato il 4 novembre 1737, il giorno dell'onomastico del sovrano. In seguito gli alunni hanno visitato piazza del Plebiscito e il Maschio Angioino costruito da Carlo d' Angiò che nel 1266, dopo aver sconfitto gli Svevi, salì al trono di Sicilia e trasferì a Napoli la capitale del Regno: la fortezza con le sue cinque grandi torri rappresenta uno dei simboli più noti di Napoli. Successivamente è stata visitata la galleria

Umberto I che è stata costruita a fine '800: sulle colonne dell'arco di destra ci sono 4 statue che rappresentano le 4 stagioni. Da qui partono due strade importanti: via Toledo e via Verdi. Il vicino Palazzo Reale di Napoli costruito nel 1600 per il re di Spagna fu la residenza storica dei viceré spagnoli per oltre centocinquanta anni, e poi della dinastia borbonica dal 1734 al 1861. Oggi è sede della Biblioteca nazionale. Il palazzo subì molti restauri e venne ampliato sempre di più, con l'aggiunta di altri due cortili, oltre a quello d' onore. Elemento di pregio è lo scalone costruito per volere di Inigo Velez de Guevara tra il 1651 e il 1666. Numerose e riccamente decorate le sale visitabili, tra le quali la saletta neoclassica, varie anticamere, la sala del trono e il teatrino di corte. E la visita non poteva che concludersi con la degustazione delle buonissime sfogliatelle!

a cura di  
GIUSEPPE RUTIGLIANO

## GIOCHI LOGICI



I giochi d'autunno, meglio conosciuti come giochi logici, sono stati lanciati nel 2001 dall'Università Bocconi di Milano.

Gli studenti, hanno a disposizione 90 minuti per risolvere una serie di giochi matematici. Anche quest'anno scolastico, il nostro Istituto ha partecipato. La gara si è svolta il 13 novembre 2018, all'interno di ogni singolo plesso, sotto la severa direzione di un docente.

Ci sono varie categorie di competizione: CE, allievi di quarta e quinta elementare; C1, studenti delle classi prima e seconda scuola secondaria di I grado; C2, studenti della classe

terza della scuola secondaria di I grado e della classe prima della scuola secondaria di II grado. Dopo lo svolgimento, le prove vengono raccolte e inviate presso la sede della Bocconi, dove una commissione li corregge e successivamente comunica i nominativi dei primi tre classificati, ad ogni istituto che ha partecipato.

Sono state delle prove che hanno richiesto molta attenzione e molto impegno. Ci siamo allenati molto in tutte le classi di tutti i plessi del nostro Istituto per affrontare al meglio questi "giochi". Ora si attendono i risultati e speriamo bene. Come si dice: vinca il migliore.

## PROGETTO LETTURA "UNA VALIGIA DI LIBRI"

*Se gli studenti non vanno in biblioteca, la biblioteca va dagli studenti*



Il 28 gennaio 2019, nelle classi della Scuola primaria e secondaria di Castelluccio dei Sauri è cominciato il progetto di servizio civile "Una valigia di libri" del Centro Studi Diomede.

Ogni lunedì, dalle ore 10 alle ore 11, a turno, quattro volontarie del servizio civile sono presenti nel corridoio dell'Istituto con la loro "valigia" piena di libri interessantissimi, che vengono prestati agli alunni.

I ragazzi escono dalle loro classi per poter restituire il testo preso precedentemente e magari sceglierne uno nuovo. È un appuntamento molto atteso.

Nella valigia sono presenti tutti i generi narrativi:

avventura, giallo, fantastico, ecc., e per tutte le fasce d'età: bambini, adolescenti e adulti.

Si tratta di un'iniziativa molto bella, perché avvicina i ragazzi alla lettura. Molti scoprono per la prima volta quanto possa essere piacevole leggere un libro, senza però dover fare compiti, esercizi o riassunti, come a scuola. La lettura "libera" è un'altra cosa. Inoltre, non dimentichiamo che fra i diritti del lettore c'è quello di non terminare il libro se non lo si trova avvincente.

I volontari del Centro Studi Diomede, presso la loro sede nel pomeriggio offrono anche un servizio di supporto allo studio.



## PROVE INVALSI 2018 - 2019

Le prove nazionali invalsi nelle scuole secondarie italiane inizieranno già dal 4 aprile, cioè quasi a termine del percorso scolastico.

Lo scopo delle prove invalsi è valutare i livelli di apprendimento di alcune competenze fondamentali della lingua italiana, della matematica e della lingua inglese che la normativa prevede che tutti i ragazzi possiedano.

Dall'anno scorso sono entrate nelle scuole le prove invalsi in formato CBT (CBT = computer based testing). L'elaborazione delle prove dura circa 18 mesi, l'invalsi si avvale della collaborazione di insegnanti, dirigenti scolastici e ricercatori esperti. Ogni esperto propone dei quesiti che vengono testati in modo collegiale. Ciascuno di essi per essere inclusi nelle prove devono soddisfare dei precisi criteri.

**IL DIBATTITO.** La reale efficacia del test è stata sottoposta a diverse critiche. Secondo alcuni le prove misurano l'apprendimento nozionistico degli studenti, come i vecchi

“quiz”, ormai in contro-tendenza.

Fino a due anni fa, questa prova era parte integrante dell'esame conclusivo del primo ciclo e quindi il risultato contribuiva a definire il voto finale. Dal 2018, la prova determina i livelli di competenza di ogni singolo alunno, che vengono trasmessi alle scuole secondarie di secondo grado. Inoltre, sempre dal 2018, sono state inserite anche le prove di inglese di lettura e di ascolto.

Al di là delle critiche positive e negative, gli studenti italiani devono svolgerle.

Nelle classi terze il clima si fa teso, subito dopo il secondo quadrimestre. Anche i docenti sembrano preoccupati. Infatti, non appena qualcosa va male, un brutto voto al compito, un impreparato, evocano questa prova come uno spettro maligno che si agita sulle teste di ogni povero malcapitato studente italiano. Ma noi .... Please Keep Calm. Allora in bocca al lupo a tutti i candidati!

## TEMPO DI SCELTE

Comincia il nostro futuro

Non è facile avere le idee chiare. Non solo, l'offerta formativa è vasta ed è quindi difficile essere certi di aver valutato ogni strada percorribile. Si tratta di una scelta difficile per i ragazzi, perché a volte sono confusi e non sempre il futuro è chiaro. Ogni percorso scolastico potenzia attitudini diverse attraverso l'approfondimento di discipline differenti.

Dal prossimo anno, il nostro Istituto avrà anche la scuola secondaria di II grado. Un'opportunità in più per i ragazzi del nostro Istituto.

Prima di prendere una decisione definitiva, bisogna pensare al proprio futuro dopo le superiori: scegliere di cercare subito un lavoro? Oppure, proseguire il percorso di studi all'università o in altre direzioni? Ogni fase di passaggio è carica di emozioni, aspettative, paure e ansie. Si passa da una situazione di sicurezza, a un'altra totalmente nuova. Eppure, rappresenta un tassello importante, che si aggiunge alla crescita e va affrontato con serenità ed entusiasmo. La scuola secondaria di I grado finisce davvero molto in fretta. Consultarsi con professori e familiari e con altri ragazzi e ragazze, che hanno già fatto le proprie scelte, è

fondamentale. Non sempre conoscere le scuole e la loro offerta formativa è di aiuto, quando le idee non sono chiare. A volte le idee si confondono di più, anche a causa dei tempi stretti a disposizione. Difficile stabilire cosa fare, ma ecco un decalogo di cose da non fare:

- 1 «Vado in quella scuola perché ci vanno i miei amici».
- 2 «Mi hanno detto che in quella scuola c'è poco da studiare».
- 3 «Vado in quella scuola perché si iscrive un ragazzo/una ragazza che mi piace».
- 4 «Scelgo quella scuola perché è più vicina e posso alzarli più tardi».
- 5 «Vado in quella scuola perché non c'è matematica».
- 6 «Vado in quella scuola perché c'è mio fratello».
- 7 «Ho paura di non farcela».
- 8 «Mal che vada, finirò a lavorare con mio padre».
- 9 «Ho paura di decidere».
- 10 «Ho paura di deludere papà o mamma».

Al termine delle iscrizioni, nell'istituto comprensivo Bovino – Panni – Castelluccio dei Sauri il 33,9% degli studenti ha scelto il liceo scientifico, 33,9% l'istituto tecnico, il 25,4% il professionale, il 3,4% il liceo delle scienze umane, 1,7% liceo linguistico e infine l'1,7% il liceo musicale.

Ci siamo. Ora mancano gli esami e la promozione, però!

## I GIARDINI PENSILI DUCALI DI BOVINO

15619 voti "del cuore"

Castelli, conventi, parchi: il nostro Paese è ricco di luoghi che pur emozionando chi li visita, si presentano in condizioni disastrose essendo stati trascurati per anni.

Cambiare il destino di questi luoghi è lo scopo della campagna annuale del FAI (Fondo Ambiente Italiano) in collaborazione con l'Intesa San Paolo, "I luoghi del cuore": l'iniziativa che ha raccolto oltre cinque milioni di voti nelle edizioni precedenti, si è chiusa il 30 novembre 2018.

Anche Bovino ha partecipato a questo censimento, candidando i Giardini Pensili del Castello Ducale di Bovino. La sezione locale della Pro Loco di Bovino ha coordinato la raccolta delle firme. Sono stati coinvolti, inoltre, i ragazzi dell'Istituto Comprensivo che ce l'hanno messa tutta, fogli alla mano, per far firmare quante più persone possibili durante le festività paesane.

Una parte dei voti è stata ottenuta grazie ai turisti che



dopo aver visitato il paese, hanno votato online a favore dei Giardini.

Di certo non è stato facile per una cittadina di poco più di 3.000 abitanti raggiungere un risultato del genere, ma con 15.619 voti i Giardini Pensili Ducali si sono classificati al 25° posto.

Non è stata sicuramente una sconfitta per il popolo bovine, anzi! Noi pensiamo che questa iniziativa e il risultato del 25° posto ha portato i Giardini e il nostro paese ad essere conosciuti in tutta Italia; la speranza è che vengano valorizzati sia dal punto di vista culturale che da quello turistico.

## INTERVISTA AI RAGAZZI DEL PROGETTO SPRAR

I cambiamenti climatici influenzano le migrazioni? Lo abbiamo chiesto a Karamba (Guinea), Zaman (Pakistan) Denis e Samuel (Ghana), a Bovino da qualche mese grazie al progetto SPRAR:

**Quali sono gli effetti dei cambiamenti climatici nei vostri Paesi?** Soprattutto la siccità. L'acqua corrente non c'è in tutte le zone e spesso è contaminata.

**Come è gestita la spazzatura?** Non c'è un sistema di raccolta differenziata ma molte discariche. In Pakistan il problema più grande sono i gas di scarico delle automobili.

**Su cosa si basa l'alimentazione tipica?** In Ghana i prodotti tipici sono il cocco che, con il mango e le banane, viene esportato anche in Italia. In Pakistan l'alimentazione si basa su riso, formaggi, tanta frutta e a differenza degli



altri paesi la carne bovina non viene mangiata, perché la mucca è sacra.

**Quale lavoro vorreste fare?** Per ora stiamo studiando l'italiano, magari per conseguire la licenza media.

I sogni di questi ragazzi sono precisi: calciatore, elettricista, costruttore, autista, avvocato. FORZA, SIAMO CON VOI.





Dossier

Concorso Giornalisti nell'Erba XIII  
Codice Elaborato 1549798138030

# Te la bevi o mangi la foglia?

a cura della REDAZIONE DI BOVINO

Ormai essendo molto semplice trovare e diffondere notizie sul web, ci capita spesso di imbatterci nelle cosiddette fake news o “bufale”, notizie false ma credibili che riescono ad attirare l'attenzione trattando di temi scottanti o al centro del dibattito nel periodo in cui la notizia viene pubblicata.

Per far sì che la notizia si diffonda, il suo inventore inserisce in essa elementi ingannevoli come foto modificate o inerenti a un altro contesto o titoli “urlati” che inducono gli utenti del web a condividerla a loro volta.

Ma perché diffondere queste bufale? I motivi principali possono essere o di carattere economico o di carattere politico. Infatti una bufala raggiunge in media molti più click di una notizia vera, e per questo i siti che diffondono bufale riescono a guadagnare attraverso la pubblicità: più una bufala è cliccata, più chi la diffonde ci guadagna. Riguardo all'aspetto politico, invece, una notizia falsa può addirittura influenzare le elezioni di un paese.

La cosa che rende gravi le fake news è che, così come possono trattare scorrettamente argomenti superficiali, possono anche diffondere informazioni false su argomenti di una certa importanza, come la notizia dei vaccini come potenziale causa di autismo.

Il fenomeno ha raggiunto proporzioni preoccupanti, tanto che sul sito dell'Istituto Superiore di Sanità (ISS) c'è una sezione dedicata proprio a smontare bufale e falsi miti.



Quanto abboccano gli italiani?

Secondo un sondaggio effettuato da Doxa nel 2018, più del 40% degli italiani non riesce a riconoscere una bufala da una vera notizia. E infatti più del 50% ammette di essere caduto nel tranello delle fake news. Ancor più preoccupante il dato che ben il 38% degli ultra venticinquenni e quasi il 60% tra chi ha superato i trent'anni non si preoccupano di verificare se una notizia che gira sui social network (o sul web) sia vera o meno. Una persona su dieci crede alle bufale più celebri, come quella che l'ex presidente della Camera Laura Boldrini abbia una sorella che gestisce più di cento cooperative per offrire rifugio ai migranti, oppure quella riguardante la presunta frase di Donald Trump sulla Statua della Libertà che incoraggerebbe l'immigrazione negli USA.

Il fact checking come vaccino contro le Fake News

Il fact-checking è l'attività di verifica dei fatti attraverso la raccolta e il confronto delle fonti: ha origine all'interno dei giornali e controlla che gli articoli siano ben scritti e diano informazioni corrette e complete. Negli Stati Uniti questa attività è diffusa da molti anni in ambito giornalistico.

Negli ultimi anni il Fact Checking è diventata un'attività indipendente dalle redazioni; questo cambiamento è dovuto in gran parte dalle nuove tecnologie e alla diffusione di Internet, che ha reso più accessibile la verifica delle fonti.

In Italia nel 2016 è nata Factcheckers.it, un'associazione che si impegna nella diffusione della “cultura della verifica delle fonti tra studenti, docenti, organizzazioni educative”, fornendo anche materiale (cartaceo e non) a scopo didattico affinché si insegni come controllare le fonti e si ostacoli la diffusione delle notizie false.

## Fake News

Cosa sono e come riconoscerle



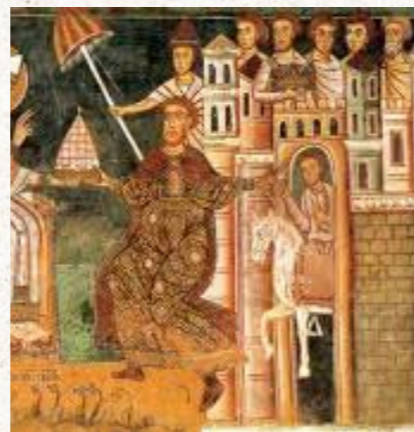
# Le Fake News nella Storia

Le fake news non sono un'invenzione dell'era del web: numerose sono state le bufale nel corso della storia, alcune delle quali hanno avuto importanti conseguenze, a volte drammatiche.

La Donazione di Costantino è un documento, fabbricato probabilmente nel periodo tra il 750 e l'850 d.C. a Roma, con il quale l'imperatore Costantino avrebbe donato nel 314 a Papa Silvestro I la giurisdizione civile su Roma, sull'Italia e sull'intero Occidente, e avrebbe onorato la Chiesa romana attribuendole i poteri e le dignità dell'Impero: fu l'inizio del potere temporale della Chiesa cattolica. Soltanto molti secoli dopo, nel '400, l'umanista Lorenzo Valla dimostrò in modo inequivocabile che la donazione era un falso. Lo fece in un approfondito studio storico e linguistico, che tra l'altro dimostrava che la lingua in cui era stato redatto il documento era un latino che risentiva degli influssi barbarici.

A partire dal XII secolo si diffuse nei resoconti storico-geografici la figura di un leggendario monarca dell'Oriente cristiano: il "Prete Gianni", potente sovrano cristiano a capo di un vasto e ricchissimo regno al di là delle terre islamiche, che data la sua inimicizia nei confronti dei musulmani avrebbe potuto costituire un alleato contro gli "infedeli". Quest'ultimo dato ebbe un'importanza fondamentale in quanto provocò i tentativi di vari stati europei di mettersi in relazione con il fantomatico alleato monarca d'Oriente.

È ormai risaputo che le fake news servono anche a spostare enormi capitali nei mercati azionari, e non solo nell'era di Internet. L'esempio più famoso risale al 1814. Un uomo, che dice di essere il Colonnello Du Bourg, entra in una locanda di Dover e dice di avere la notizia più importante degli ultimi



La falsa donazione di Costantino

La leggenda del Prete Gianni

La falsa morte di Napoleone



Le "Petroleuses", donne incendiarie



L'uomo di Piltdown, il falso anello mancante tra l'uomo e la scimmia



vent'anni: Napoleone è morto, fatto a pezzi dai cosacchi, la guerra è finita. Mentre il presunto colonnello fa perdere le sue tracce, la notizia di locanda in locanda arriva a Londra. Con la morte del tiranno francese, il trono sarebbe ritornato ai Borbone: quando la notizia giunge alla borsa di Londra, i maggiori azionisti iniziano a investire sui titoli di stato, che hanno un'impennata moltiplicando il loro valore. I presunti colpevoli? Le indagini appurarono che sei investitori, tra cui Sir Thomas Cochrane, ammiraglio e uomo politico inglese, avevano venduto titoli governativi lucrando enormemente.

Durante i tumultuosi eventi della Comune, le donne parigine si organizzarono costituendo comitati. Il 28 marzo 1871 i parigini proclamarono la Comune di Parigi; il 1 aprile il governo di Versailles dichiarò guerra alla Comune, e molte donne parteciparono alla resistenza armata. Le comunarde, che si distinguevano poiché indossavano una sciarpa e un bracciale rosso, si impegnavano a riunirsi tutti i giorni e presentare un rapporto scritto degli avvenimenti della giornata. Si prevedevano anche il rifornimento per i combattenti delle barricate, l'assistenza ai feriti, l'uso delle armi in caso di necessità, l'acquisto di petrolio: da qui, come è noto, l'appellativo di "petroleuses" dato a molte comunarde. La sera del 23 maggio scoppiarono gli incendi che distrussero le Tuileries, la Corte dei Conti, il ministero delle Finanze, il Consiglio di Stato, il palazzo della Legion d'onore e molte abitazioni. Nacque così la leggenda delle pétroleuses, creata e alimentata dalla storiografia reazionaria, secondo la quale «orde di donne vagabondavano a caso con un secchio di petrolio in mano», ad appiccare il fuoco. In realtà, fin dal tempo dell'assedio, il petrolio aveva sostituito a Parigi l'introvabile carbone e alle donne serviva per tutti gli usi domestici.

Tra il 1912 e il 1914 Charles Dawson, un archeologo britannico trovò presso Piltdown, nel Sussex, dei presunti resti di un ominide con il cranio grande e la mandibola simile a quella di una scimmia: diventò la scoperta dell'anello mancante tra l'uomo e la scimmia nella storia dell'evoluzione umana. In realtà si trattava di una truffa, come svelato solo negli anni '50: il teschio era il frutto di un assemblaggio tra la calotta cranica di un essere umano e la mandibola di un orangutan, con l'inserimento di alcuni denti di scimpanzé.

Recenti analisi scientifiche hanno dimostrato che i resti provengono da un orangio, mentre delle ossa umane non è stato possibile stabilire l'età; le ossa sono ricoperte da una patina simile ad uno stucco da dentista, usata sia per colmare le crepe che per sigillare le cavità, forse per rendere le ossa più pesanti, anche perché i fossili pesano di più delle ossa giovani.



Tra le fake news che hanno cambiato radicalmente la storia ci sono i Protocolli dei Savi di Sion, un falso documento che ebbe gravissime conseguenze, apparso in forma abbreviata nel 1903 e in forma integrale nel 1905.

Diffusi inizialmente in Russia dall'Ochrana, la polizia segreta dello zar russo, i Protocolli erano il resoconto di presunte sedute segrete nelle quali i capi dell'ebraismo progettavano il dominio mondiale tramite l'agitazione terroristica e la finanza. Lo scopo dei Protocolli era quello di disseminare l'odio verso gli ebrei e giustificare i pogrom, persecuzioni di ebrei violente e ricorrenti nella Russia zarista. I Protocolli vennero pubblicati varie volte da diverse testate giornalistiche e in diversi paesi ottenendo la massima diffusione nel primo dopoguerra. Le conseguenze più gravi si ebbero in Germania, dove inizialmente i politici usarono i contenuti dei Protocolli per scaricare sugli ebrei la colpa della disfatta nella Prima guerra mondiale e dell'inflazione. Nonostante nel 1921 sia il "Times" di Londra che un intero libro scritto dallo statunitense Herman Bernstein avessero dimostrato la falsità dei Protocolli, Adolf Hitler li usò come giustificazione delle sue teorie razziste contro gli ebrei, citandoli nel suo libro "Mein Kampf" (La mia battaglia, pubblicato nel 1924 durante la prigionia).

La bufala per eccellenza è sicuramente il radiodramma La Guerra dei mondi, trasmesso in diretta la sera della vigilia di Halloween del 1938: Orson Welles, durante la trasmissione The Mercury Theatre on the air, mise in atto una trasposizione radiofonica della Guerra dei mondi di H.G. Wells che documentava un'invasione marziana. Essendo una trasmissione esente da pubblicità, le occasioni per ricordare al pubblico che non si trattava di un notiziario, bensì di una recitazione, erano poche. Molti ascoltatori, inoltre, si sintonizzarono solo dopo l'inizio della trasmissione, ascoltando quello che sembrò loro un vero notiziario e non un radiodramma. Sentendo parlare di attacco e di nubi tossiche, molti pensarono ad un attacco tedesco, dato che solo un mese prima c'era stata la crisi cecoslovacca che aveva fatto temere l'inizio di una Seconda guerra mondiale. Nei giorni successivi si diffusero notizie (non confermate) relative ad incidenti stradali, suicidi e attacchi di panico provocati dalla trasmissione radiofonica: probabilmente la vera bufala fu proprio quella legata ai fenomeni di isteria collettiva, mentre, come affermò il sociologo statunitense Paul Felix Lazarsfeld "l'aspetto più interessante è il fatto che, spaventandosi, le persone non fossero in grado, o non volessero, controllare se quelle informazioni fossero vere o meno. [...] Possiamo sostenere che il vero pericolo non sia dato dal credere in qualcosa, ma dal non controllare se ciò sia vero".

## I Protocolli dei Savi di Sion



## "La Guerra dei Mondi" di Orson Welles



# Te la bevi o mangi la foglia?

E tu, abbrocchi facilmente alle fake news o sei capace di leggere tra le righe e fiutare le bufale? Insomma, te la bevi o mangi la foglia? Certamente ognuno di noi è convinto di saper distinguere una bufala da una notizia vera: ma ne siamo proprio sicuri? Mettiamoci alla prova con un test!

### 1. BERE CAFFÈ AUMENTA IL RISCHIO DI TUMORI?

- A No, perché è una bevanda tipica della nostra tradizione
- B Solo se bevuto in grandissime quantità
- C Sì, perché contiene sostanze nocive per l'uomo: l'ho letto su Facebook

### 3. L'ACQUA NON VA BEVUTA DURANTE I PASTI

- A E' vero, gonfia e rallenta la digestione
- B Non è vero, l'acqua svolge un ruolo importante nella digestione
- C Lo sanno tutti...

### 2. I GRANI "ANTICHI" CONTENGONO MENO GLUTINE E SONO PIÙ SALUTARI?

- A Sì, perché fanno parte della nostra tradizione
- B Non è dimostrato
- C Sì, ormai è virale sui social

### 4. L'ACQUA DEL RUBINETTO FA VENIRE I CALCOLI RENALI?

- A Sì, mio nonno ha avuto i calcoli per questo motivo
- B No, le acque ricche di calcio, invece, sono utili nella prevenzione della calcolosi renale
- C Sì, l'ho letto su un sito di controinformazione



### 5. È VERO CHE LE CIPOLLE HANNO DELLE PROPRIETÀ ANTIBATTERICHE?

- A Sì, ma solo se bollite
- B No, perché i batteri si propagano con i contatti diretti e non esistono "magneti batterici"
- C Non so, cercherò conferma su Facebook

### 6. CONVIENE ELIMINARE IL PESCE DALLA DIETA PERCHÉ CONTAMINATO DAL MERCURIO?

- A Sì, infatti il pesce non fa parte della dieta mediterranea
- B No, dato che è ricco di sostanze nutritive bisogna consumarlo variandone le specie
- C Sì, il mare è inquinato e quindi il pesce è tossico: da qualche anno la notizia si è diffusa sulla rete

### 7. SALTARE I PASTI FA PERDERE PESO?

- A Sì: "se bello vuoi apparire, un poco devi soffrire"
- B No, perché il cervello è spinto a desiderare cibo, e si arriva più affamati al pasto successivo
- C No, meglio trovare una dieta sul web

### 8. È GIUSTO ESCLUDERE ALCUNI ALIMENTI COME PANE E PASTA DALLA PROPRIA DIETA?

- A Sì, ma è difficile perché in Italia siamo abituati a mangiare pasta e pane tutti i giorni
- B No, escludere completamente alcuni alimenti dalla propria dieta può provocare gravi carenze nutrizionali
- C Sì, infatti sul web ci sono molte diete senza carboidrati

### 9. L'OLIO DI PALMA CONTIENE COMPOSTI CANCEROGENI?

- A Sì, infatti le nostre nonne non l'hanno mai usato
- B Sì, ma con una normale alimentazione è molto difficile raggiungere le quantità che aumenterebbero il rischio di sviluppare un tumore
- C Sì, ormai è di dominio pubblico grazie ai social

### 10. FARE UNA DIETA CHE DIMINUISCE DRASTICAMENTE LE CALORIE FA PERDERE PESO?

- A Sì, è ovvio che mangiando molto meno si dimagrisce
- B No, perché l'organismo tende a conservare il tessuto adiposo come riserva di energia
- C No, bisogna trovare una dieta sul web

### 11. L'ACQUA NON VA BEVUTA DURANTE I PASTI

- A E' vero, gonfia e rallenta la digestione
- B Non è vero, l'acqua svolge un ruolo importante nella digestione
- C Lo sanno tutti...

### 12. I PRODOTTI VEGETALI ACQUISTATI NELLA GRANDE DISTRIBUZIONE SONO PIENI DI PESTICIDI?

- A Certo, bisognerebbe acquistarli direttamente dai produttori
- B No, i prodotti che arrivano sugli scaffali dei supermercati subiscono numerosi controlli
- C Sicuramente, meglio acquistare online

# Soluzioni e... spiegazioni

## 1. CAFFÈ... AMARO PER LA SALUTE E PER L'AMBIENTE?

Da diversi anni si è diffusa la moda del caffè in capsule, accompagnata da notizie di possibili danni alla salute. Come sempre, è opportuno affidarsi a fonti attendibili e ufficiali. Negli anni '90 lo IARC aveva inserito il caffè tra le potenziali sostanze cancerogene, nella categoria 2B, per poi concludere nel 2016 che non ci sono prove che il suo consumo aumenti il rischio di tumore. La sostanza incriminata in realtà è l'acrilammide, che viene prodotta in modeste quantità durante la tostatura dei chicchi e dei cereali e nella cottura ad alte temperature di alimenti contenenti amido, come patate, pane e biscotti: molti produttori di questi alimenti per precauzione hanno diminuito le temperature di tostatura. Riguardo al caffè, secondo una ricerca portoghese il rischio di tumori per un uomo adulto di corporatura media (70 kg) aumenterebbe solo se bevesse 400 tazzine di espresso al giorno!

## 2. GRANI ANTICHI E GRANI MODERNI: QUALI SONO I PIÙ SALUTARI?

Negli ultimi anni si è assistito ad un forte incremento di intolleranze e allergie al glutine. Questo problema ha suscitato nelle persone la curiosità di conoscere quali tra i grani fossero più salutari ma con l'avvento della globalizzazione, e con la diffusione della rete su scala mondiale, si sono diffuse facilmente notizie false, come quella che riguarda i grani antichi, che sarebbero più salutari di quelli moderni in quanto contenenti meno glutine. Si tratta di un insieme di varietà di grano, tra cui Tumminia, Saragolla, Senatore Cappelli, Russello, Bidì, Biancolilla, Ardito, Maiorca e Perciasacchi che, pur non essendo modificati geneticamente, sono il risultato di incroci ed ibridazioni, dunque non possono essere definiti "tradizionali". Per quanto riguarda il ridotto quantitativo di glutine, disponiamo di diversi pareri scientifici che sono tuttora contraddittori. Allo stesso modo, la medicina non è ancora riuscita a dare un'opinione

sull'argomento, nonostante abbia verificato un potenziale effetto benefico dei grani antichi su alcuni parametri cardio-metabolici ed infiammatori. Alla luce di questi dati, non si può quindi affermare che i grani antichi siano più salutari, anche se rappresentano una parte importante della biodiversità.

## 3. L'ACQUA NON VA BEVUTA DURANTE I PASTI?

Contrariamente a quanto si pensa, non è una buona abitudine quella di non bere acqua durante i pasti. L'acqua infatti serve a migliorare la consistenza degli alimenti ingeriti svolgendo quindi un ruolo importante nella digestione: per questo bisognerebbe berne durante i pasti fino ad un massimo di 600/700 ml. L'abitudine di non bere durante i pasti ma solo prima non ha nessun effetto dimagrante, ma favorisce il senso di sazietà, portando a ridurre la quantità di cibo nel pasto.

## 4. L'ACQUA DEL RUBINETTO FA VENIRE I CALCOLI RENALI?

L'Italia è la prima in Europa e seconda nel mondo, nel consumo dell'acqua in bottiglia, con una media di circa 206 litri all'anno a persona, ma è un pregiudizio quello che l'acqua in bottiglia sia più salutare di quella del rubinetto.

È, inoltre, una falsa convinzione pensare che bere l'acqua del rubinetto, anche quella ad elevato residuo fisso, vale a dire ricca di sali di calcio e magnesio, possa favorire la formazione di calcoli renali. È stato dimostrato infatti che anche le acque ricche di calcio sono utili nella prevenzione della calcolosi renale; viceversa, una dieta povera di calcio può aumentare il rischio di sviluppare questa patologia. Per prevenire i calcoli renali ciò che conta di più è la quantità totale di liquidi che si assumono nell'arco della giornata, quantità che dovrà essere adeguata a consentire una corretta diluizione delle urine.

## 5. LA CIPOLLA ASSORBE I MICROBI?



È diffusa la credenza che le cipolle poste, per esempio, vicino al lettino dei bambini possano prevenire tosse e raffreddore. Questo falso mito risalirebbe agli inizi del 1900, quando un medico incontrò una famiglia di contadini che sosteneva di essere sfuggita all'influenza per aver messo cipolle tagliate a fette nella propria dimora: le fette di cipolla avrebbero così attratto microbi, virus e batteri. In realtà non esistono "magneti batterici" perché i microbi si propagano ad esempio attraverso starnuti o contatti diretti. La cipolla rimane comunque un alimento molto salutare e benefico: contiene infatti calcio, ferro, fosforo, zinco, sodio e potassio. Studi scientifici dimostrano che la cipolla previene le malattie cardiovascolari e controlla la pressione arteriosa e il colesterolo.

## 6. TUTTO IL PESCE È CONTAMINATO DAL MERCURIO?

Nell'ambito della Dieta Mediterranea il pesce riveste un ruolo fondamentale. Molti studi dimostrano che questo alimento, consumato nelle giuste quantità in una dieta equilibrata può contribuire al mantenimento dello stato di salute e fornisce un insieme di benefici grazie a proteine, vitamine, minerali e acidi grassi. A causa delle fake news al giorno d'oggi sempre più persone stanno eliminando dalla propria dieta l'assunzione di pesce. Si crede infatti che tutto il pesce sia contaminato da mercurio, ma non è così. Il mercurio è un metallo noto per essere altamente tossico, in particolare a causa della sua capacità di danneggiare il sistema nervoso centrale. Ma il contenuto di mercurio nel pesce cambia a seconda della specie: i pesci predatori di grossa taglia, come pesce spada e tonno, sono più facilmente contaminati da mercurio rispetto ai pesci più piccoli. L'autorità europea per la sicurezza alimentare (EFSA) consiglia di consumare pesce 2-3 volte a settimana, variandone le specie e limitando il consumo di quelle che potrebbero avere un maggiore contenuto di mercurio, come i grossi predatori: squalo, pesce spada, tonno, nasello.

## 7. PER DIMAGRIRE BASTA SALTARE I PASTI?

È pensiero comune che saltare i pasti sia un metodo valido ed efficace per perdere peso, e purtroppo questa pratica viene sperimentata da molti. Quando si salta un pasto, però, avviene un calo di zuccheri nel sangue, con due conseguenze importanti: in primo luogo, il cervello è spinto a desiderare cibo, e soprattutto, aumenta il desiderio di carboidrati per mantenere gli zuccheri a valori normali. Inoltre, dopo aver saltato

un pasto, non solo si arriva più affamati a quello successivo, ma si ha la tendenza ad abbuffarsi di cibo spazzatura. Saltare i pasti, dunque, non è una scelta salutare; sarebbe meglio, piuttosto, nutrirsi di 5/6 pasti piccoli durante la giornata, con una giusta quantità di proteine e zuccheri.

## 8. LA PASTA FA SEMPRE INGRASSARE, L'ANANAS INVECE FA DIMAGRIRE

Non esistono né alimenti buoni né alimenti cattivi: tutti gli alimenti vanno inseriti nella dieta nelle giuste proporzioni. Escludere completamente alcuni alimenti dalla propria dieta può provocare gravi carenze nutrizionali. Questo vale soprattutto per i carboidrati (pane, pasta) che oltre a fornire energia contribuiscono alla sensazione di sazietà; inoltre questi alimenti specialmente se integrali contengono fibre, indispensabili per il corretto funzionamento dell'intestino. In conclusione, un'alimentazione equilibrata deve essere varia e rapportata all'attività fisica svolta.

## 9. L'OLIO DI PALMA È CANCEROGENO?

L'olio di palma è molto usato nell'industria dolciaria e di prodotti da forno, perché costa poco ed è semisolido, quindi particolarmente adatto a sostituire il burro nella preparazione dei dolci. L'olio di palma e quello di palmisto contengono elevate quantità di acidi grassi saturi, pericolosi per la salute di arterie e cuore. Inoltre, uno studio pubblicato nel 2016 dall'EFSA (agenzia europea per la sicurezza alimentare) segnala anche che a temperature superiori ai 200°C questi oli sviluppano sostanze che, ad alte concentrazioni, possono cambiare il patrimonio genetico delle cellule. L'EFSA, però, non ha mai chiesto il bando dell'olio di palma perché è difficile che concentrazioni pericolose siano raggiunte con la normale alimentazione; inoltre negli ultimi anni il contenuto di queste sostanze nei prodotti industriali è drasticamente diminuito poiché le industrie hanno modificato i processi produttivi. E' indubbio che l'olio di palma ha anche un impatto sull'ambiente e la sua coltivazione è considerata poco sostenibile. In conclusione è consigliabile non abusare di cibi contenenti olio di palma, ma non c'è alcun motivo ragionevole per eliminarli del tutto.

## 10. 7 CHILI IN 7 GIORNI: UNA DIETA RAPIDA, EFFICACE E SICURA?

In caso di obesità o di sovrappeso è pericoloso prendere precauzioni fai-da-te. Fare una dieta che fa diminuire drasticamente il numero di calorie impedisce all'organismo

di adattarsi alla nuova condizione: la massa grassa non diminuisce perché, adattandosi al nuovo regime alimentare, l'organismo tende a conservare il tessuto adiposo come riserva di energia. Fare una dieta drastica comporta un danno alla massa muscolare e un rallentamento del metabolismo. Ricominciando a mangiare normalmente, poi, si riprendono facilmente i chili persi. Questo comporta la necessità di intraprendere un'altra dieta. Inoltre fare una dieta squilibrata è pericoloso per la salute perché non assicura tutti i nutrienti di cui l'organismo ha bisogno. I cicli ripetuti di aumento e diminuzione della massa corporea, dovuti soprattutto a diete non corrette, determinano una perdita della massa magra e un aumento della massa grassa. Pertanto in caso di obesità è opportuno rivolgersi ad un medico che stabilirà un regime dietetico basato su tutti i nutrienti di cui ha bisogno l'organismo.

## 11. I PRODOTTI VEGETALI ACQUISTATI NELLA GRANDE DISTRIBUZIONE SONO PIENI DI PESTICIDI?

I prodotti che arrivano sugli scaffali dei supermercati subiscono numerosi controlli che ne garantiscono la sicurezza per la salute. Ad esempio i prodotti vegetali messi in commercio non devono contenere pesticidi e antiparassitari superiori ai limiti massimi consentiti dalla legge; per garantire ciò Carabinieri, ASL e corpo forestale dello stato effettuano svariati controlli nelle cooperative, nei mercati specializzati, negli ipermercati e nei supermercati. Questo sistema di controllo garantisce che i prodotti che vengono acquistati nei supermercati, nei negozi alimentari e nei mercati abbiano un elevato livello di qualità e di sicurezza per il consumatore.

## 12. LO ZUCCHERO DI CANNA È MIGLIORE RISPETTO ALLO ZUCCHERO BIANCO?

Quante volte abbiamo sentito parlare dello zucchero di canna come migliore di quello bianco? In realtà entrambi i tipi di zucchero, dal punto di vista chimico, contengono esattamente la stessa molecola, quella del saccarosio. La differenza è che mentre lo zucchero bianco contiene solo saccarosio, quello bruno contiene anche qualche residuo di melassa (tra l'1% e il 5% a seconda dei tipi di zucchero grezzo in commercio), che gli dà un aroma un po' diverso. Nella melassa sono presenti, in quantità molto bassa, alcuni minerali (soprattutto potassio) e vitamine. Volendo un'alternativa allo zucchero, dunque, si può usare il miele, un dolcificante usato fin dall'antichità.

# Il tuo Profilo

## MAGGIORANZA DI RISPOSTE A

Sei un tipo "all'antica" e fai un eccessivo riferimento alla tradizione. Sei facile preda delle fake news: dovresti essere più attento e verificare da dove arrivano le notizie! Non sempre ciò che appare vero lo è.

## MAGGIORANZA DI RISPOSTE B

Sei un vero fact-checker: non abocchi facilmente alle fake news, verifici le fonti, rifletti prima di condividere. Complimenti!

## MAGGIORANZA DI RISPOSTE C

Sei un fanatico dei social, ma non hai ancora imparato a difenderti dalle fake news: abocchi troppo facilmente alle bufale fidandoti eccessivamente della condivisione. Guarda il nostro decalogo per la verifica delle notizie.



LE NOSTRE FONTI <https://www.issalute.it/index.php/falsi-miti-e-bufale/l-alimentazione> • <https://www.doxa.it/fake-news-un-italiano-su-2-ci-casca/> • <https://www.airc.it> • [www.factcheckers.it](http://www.factcheckers.it) • <https://tg24.sky.it>

IMMAGINI DA [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com) • [www.shutterstock.com](http://www.shutterstock.com)



**DECALOGO PER LA VERIFICA DELLE NOTIZIE**

Ispirandoci a Craig Silverman, esperto di fact-checking, ti diamo alcune dritte per non abboccare alle fake news

- 1. CONTROLLA L'URL**  
spesso non ce ne accorgiamo, ma il sito su cui stiamo cliccando è una copia di uno più famoso, come "La Gazzetta della Sera", "Repubblica", "Il Fato Quotidiano"
- 2. LEGGI LA PAGINA "CHI SIAMO"**  
Potresti scoprire che la notizia viene da un sito di satira
- 3. OCCHIO ALLE DICHIARAZIONI**  
Se provengono da una persona nota, inserendo la frase su Google tra virgolette si può controllare se le stesse parole sono state riprese anche da altre fonti; altrimenti sarebbe meglio approfondire
- 4. SEGUI I LINK**  
in questo modo puoi arrivare alla fonte della notizia e verificarne l'attendibilità; in generale, è meglio essere diffidenti degli articoli che hanno pochi (o nessun) link
- 5. FAI UNA RICERCA INVERSA DELLE IMMAGINI**  
basta andare su Google Immagini e caricare un'immagine sospetta per scoprire se è stata già pubblicata altrove o se si riferisce a un altro evento
- 6. VERIFICA LA DATA E IL LUOGO**  
A volte vengono riproposte vecchie notizie come se fossero attuali
- 7. CONFRONTA PIÙ FONTI**  
Cerca riscontri su più siti: se la notizia è stata riportata da un solo sito, meglio essere prudenti
- 8. SII PRUDENTE**  
"Se una storia sembra troppo bella per essere vera, oppure ti provoca una forte reazione emotiva, è meglio calmarsi per un momento"
- 9. E SE FOSSE UNO SCHERZO?**  
verifica che la notizia non provenga da siti di satira
- 10. PENSACI, PRIMA DI CONDIVIDERE!**

Il dossier è stato realizzato nell'ambito del progetto PON-10.2.2A-FSEPON-PU-2017-538  
LABORATORIO DI GIORNALISMO AMBIENTALE a BOVINO

a cura della  
REDAZIONE DI CASTELLUCCIO DEI SAURI

# Rete, rete delle mie brame

QUAL È LA NOTIZIA PIÙ FALSA DEL REAME?



Il regno della rete è sempre più pieno di false notizie fra le quali è difficilissimo orientarsi. Produrre fake news è diventato un vero e proprio lavoro specialistico, ma soprattutto un business. La fabbrica delle "false notizie" è sempre al lavoro, pronta a sfornare su tutto il pianeta campagne organizzate di disinformazione da diffondere attraverso i social, che oggi coinvolgono ben 48 Paesi. E la diffusione sale a dismisura. Secondo la *University of Oxford* solo un anno fa gli stati coinvolti erano appena 28.

La tecnica è sempre la stessa: si prende spunto da dati reali, per dare credibilità alla fonte. Successivamente li si collega ad un tema di sicuro interesse per i lettori, che, come si dice, colpisce alla pancia. Infine, il fenomeno viene ingigantito, cioè "viralizzato" utilizzando toni particolarmente allarmanti ed insinuando

nei lettori la paura per il "pericolo" oppure suscitando sdegno o rabbia.

Una fake news fatta circolare in rete ha una buona rendita: circa 2 euro ogni mille visualizzazioni. Bisogna sapere che un sito oltre ad offrire una notizia, vera o falsa che sia, vende spazi pubblicitari. Quindi, l'informazione circola



assieme ai prodotti pubblicizzati in tutte le visualizzazioni.

Le finalità della produzione di false notizie sono molteplici: possono essere diffuse con la finalità di guadagnare soldi attraverso le visualizzazioni; possono essere utilizzate per screditare personaggi pubblici, soprattutto politici; possono avere come finalità il boicottaggio di alcuni marchi e prodotti commerciali presenti sul mercato.

In Italia le fake news prendono anche il nome di "bufale". Secondo il linguista Tullio De Mauro, l'uso figurato di *bufala* sarebbe attestato dal 1960 e deriverebbe dal romanesco. Avrebbe avuto origine in ambito gastronomico, non con riferimento alla mozzarella di bufala, ma alla carne. Alcuni ristoratori romani disonesti, infatti, avevano il malcostume di servire carne di bufala spacciandola per pregiata carne di vitella.

## A TAVOLA: LA BUFALA È SERVITA!

Ben il 70-80% delle bufale riguarda prodotti alimentari, che vengono dichiarati contaminati o pericolosi per la salute. Lo schema è sempre lo stesso, semplice ed efficace: la finta notizia riguarda un prodotto diffuso e di largo consumo, come pane, pasta, latte uova o formaggio, contaminato da un composto subito definito "cancerogeno" o da un batterio patogeno ben conosciuto dal pubblico, immediatamente etichettato come "killer". Poi si abbinano questi elementi ad una storia verosimile per ottenere un'elevata visibilità. Più il marchio del prodotto additato è noto, tanto più la notizia avrà possibilità di rapida diffusione. Si ricordi il recente caso delle micotossine che contaminavano il grano e che coinvolse i maggiori marchi produttori di pasta in Italia.

Quando la notizia riguarda un problema di salute pubblica, gli allarmismi ingiustificati si diffondono rapidamente e tendono ad ingigantirsi, se le istituzioni, nello specifico il Ministero della salute, non intervengono subito nel fornire corrette

indicazioni. I chiarimenti e le informazioni reali dovrebbero arrivare il più presto possibile. La valutazione del rischio serve a spiegare che, ad esempio, l'arsenico nell'acqua minerale o anche in quella di rubinetto ci può essere, ma in quantità tali da non fare male; che nel pesce può essere presente del mercurio. Anche il tonno contiene sempre un pizzico di mercurio, ma la legge fissa limiti precisi entro i quali il rischio avvelenamento non esiste.

A volte le fake news colpiscono alcuni prodotti alimentari, facendo leva sulle paure che i consumatori provano verso le materie prime importate, come il pomodoro cinese contaminato da larve, l'olio di palma, altamente nocivo, lo zucchero semolato, che provocherebbe dipendenza in chi lo assume, il latte, proveniente da chissà quale lontana terra. L'elenco sarebbe lunghissimo. Spesso si tratta di messaggi creati da lobby e associazioni del settore che, il più delle volte vengono rilanciate dai media senza essere verificate e tanto meno smentite dalle istituzioni pubbliche.

In Italia manca un Istituto che valuti le notizie allarmistiche che si diffondono in rete e che sia in grado di fare una effettiva valutazione del rischio. Per questo motivo, nel nostro Paese, ogni notizia

che riguarda gli alimenti si trasforma per l'opinione pubblica in una emergenza, che si diffonde rapidamente attraverso i social, acquistando credibilità.

Ecco un elenco di alcune delle bufale più diffuse negli ultimi tempi: ➔

La nostra Redazione ha voluto vederci chiaro su alcune di queste notizie.



- 1 Il grano canadese è ricco di micotossine
- 2 L'olio di palma è nocivo
- 3 L'olio di palma è sostituito con grassi peggiori
- 4 La farina bianca è veleno
- 5 Il latte può essere bevuto solo dai lattanti e fa male agli adulti
- 6 I cibi privi di lattosio sono più salutar
- 7 I cibi privi di glutine sono più salutar
- 8 Lo zucchero dà dipendenza
- 9 Lo zucchero semolato fa male
- 10 Lo zucchero semolato è sbiancato con additivi chimici nocivi
- 11 Lo zucchero di canna è meno calorico di quello semolato
- 12 Lo zucchero di canna è più naturale
- 13 Lo zucchero è il principale alimento del cervello
- 14 Il pesce è contaminato dal mercurio
- 15 La frutta va mangiata lontano dai pasti

## PESCE AL FORNO IN CROSTA DI MERCURIO

### 1 ALLARME PESCE AL MERCURIO

Con l'inquinamento industriale cresce a dismisura la preoccupazione ed è allarme mercurio. La fonte principale di assunzione di mercurio, infatti, è rappresentata dal cibo. In particolare dal pesce. E la presenza di elevate percentuali dell'elemento rilevate nei nostri mari spaventa i consumatori di sushi e spaghetti ai frutti di mare. È necessario bandire il pesce dalle nostre tavole? Certamente no. Basta diversificarne il più possibile il consumo e acquistarlo con consapevolezza, privilegiando le specie meno inquinate.

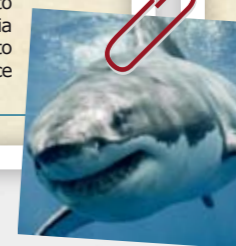
### 2 SCIENZE

I risultati della ricerca pubblicati dal quotidiano «Usa Today»

### Il pesce nuota in un mare di mercurio

Povero in grassi e colesterolo, ricco di proteine, prezioso alleato delle diete ipocaloriche, amico del cuore e della pressione, il pesce è sempre stato considerato un alimento indispensabile per una dieta sana. Dal sushi al tonno in scatola, negli ultimi tempi, in molti hanno puntato su un maggior consumo di pesce per limitare i rischi del morbo della Mucca Pazza. E invece, scorpacciate di frutti di mare e affini possono comportare un pericolo per la salute. Insieme al pesce, infatti, si rischia di ingerire anche elevate quantità di mercurio, un vero e proprio veleno. Un recente studio condotto a San Francisco rilancia l'allarme sull'avvelenamento alimentare di tonno, pesce spada, squalo

Squalo bianco "al mercurio": può essere pericoloso anche quando a morderlo siamo noi



### 3 A causa dell'aumentare dell'inquinamento e della radioattività dei nostri mari, il pesce è diventato un vero e proprio pericolo per la nostra salute

Allarme inquinamento in Italia, ecco 5 pesci da non mangiare – L'alimentazione ormai è diventata una vera e propria incognita, ormai sono tantissime le cose da evitare, anche quelle che in teoria fanno bene alla salute. A causa dell'aumentare dell'inquinamento e della radioattività dei nostri mari, il pesce è diventato un vero e proprio pericolo per la nostra salute. Quando andiamo al supermercato troviamo pesci pescati da tutto il mondo ma con etichette che fanno pensare siano stati pescati la mattina presto, altri vengono allevati in acqua sporche e cariche di sostanze chimiche. Le contaminazioni di mercurio nel pesce sono un grande problema per la salute pubblica.

### contenenti pericolose particelle di metalli pesanti altamente cancerogeni Cibi contaminati: ecco l'elenco delle marche assolutamente da evitare

La ricerca condotta da due scienziati di Modena, il dott. Stefano Montanari e la moglie dott.ssa Antonietta Gatti, ha dimostrato la presenza di so-





Questi sono solo alcuni esempi di informazione che circola in rete e che riguarda il pesce contaminato da mercurio. I titoli risultano davvero allarmanti. Scopriamo anche che i mari italiani sono radioattivi.

La forma di mercurio più comune presente nella catena alimentare è il metilmercurio, che ha maggiore capacità di penetrare nel nostro organismo. Si accumula soprattutto nei globuli rossi ed è così trasportato in giro attraverso il sangue. Arriva alla ghiandola mammaria e passa nel latte materno. Contrariamente al mercurio inorganico, il metilmercurio è in grado di attraversare la placenta, la barriera cerebrale e quella cerebrospinale, raggiungendo così cervello e sistema nervoso centrale. Studi recenti hanno confermato il nesso tra l'esposizione fetale al metilmercurio e il ridotto sviluppo neurologico del bambino. Non sono stati evidenziati effetti negativi a livello neurologico nel caso della popolazione adulta.

Il mercurio non è presente in uguale modo in tutti i mari. Ci sono aree più inquinate ed aree che lo sono meno. Per questo motivo, le concentrazioni di mercurio negli alimenti ittici presentano un alto grado di variabilità, che dipende da vari fattori.

## LO ZUCCHERO FA MALE ... SE USATO IN QUANTITÀ ECCESSIVE!

Lo zucchero di canna fa meno male rispetto a quello bianco. Quest'affermazione è spesso ripetuta, soprattutto sui social, tanto che ormai è diventata opinione comune. Chi si mette a dieta sostituisce lo zucchero bianco con quello di canna nella convinzione di poterne usare di più, perché meno calorico e più salutare.

Il professor Pellegrino Conte, docente di Chimica Agraria presso l'Università di Palermo sul suo blog di divulgazione scientifica, La chimica alla portata di tutti, affronta proprio il problema delle bufale costruite ad arte. In riferimento allo zucchero, smentisce che quello di canna sia meglio di quello raffinato. In realtà sono la stessa cosa. È vero che contiene una bassa percentuale

Pesci e molluschi sono considerati dei "serbatoi di mercurio", anche se ciò non è del tutto vero. I mammiferi marini sembrano più sensibili. Nell'acqua di mare, il mercurio è presente solo in piccole concentrazioni, ma viene assorbito sotto forma di mercurio metilico dalle alghe, che sono all'inizio della catena alimentare. Queste vengono poi mangiate dal plancton e dagli altri organismi più in alto nella catena. I pesci assorbono efficacemente il mercurio metilico e lo espellono facilmente, anche se lentamente.

L'UE stabilisce che nei pesci venduti in Europa il quantitativo massimo di mercurio presente debba essere pari a 0,5 milligrammi per ogni chilogrammo di prodotto edibile, eccezion fatta per pesce spada, tonno, anguilla, branzino, scorfano, palamita e luccio, per i quali è tollerato 1 milligrammo al chilo. Nessun allarme però. Un rapporto dell'Agenzia Europea Efsa (European Food Safety Authority) sostiene che consumare una volta prodotti che contengono mercurio oltre i limiti fissati non provoca intossicazione negli adulti. Le indicazioni della comunità scientifica sono chiare: le donne in gravidanza e i bambini non dovrebbero mangiare specie come palombo, verdesca, smeriglio, il pesce spada e i tonni di grandi dimensioni. Per tutti, vale la regola di consumare pesci di piccole dimensioni.

di vitamine, però per assumerne un giusto corrispettivo giornaliero, dovremmo usare più di 100 grammi al giorno, cosa vietata dalle linee guida dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, che raccomandano di usarne il 10% in meno.

La credenza che lo zucchero di canna sia migliore è nata da una necessità commerciale. È bastato convincere i consumatori che "raffinato" significa "non salutare", perché fa pensare ad un processo chimico e "non raffinato" significa quindi "migliore". Invece il termine "raffinato", non è sinonimo di "pericoloso" o "tossico". In realtà, nel processo di purificazione dello zucchero di canna ci si ferma ad uno stadio precedente la sbiancatura, c'è un po' più di melassa che dà quel colore marroncino e quel



sapore tipico, ma è trattato allo stesso modo dello zucchero bianco, con un processo di lavorazione che utilizza l'acqua calda.

Lo zucchero è un alimento che ultimamente fa parlare molto di sé.

Anche questa è una fake news. Sicuramente cibi zuccherati attivano nel nostro cervello un senso di gratificazione, questo meccanismo avviene con tutti gli alimenti che reputiamo buoni, ma non crea dipendenza. Soprattutto, non è più pericoloso della cocaina. Gli effetti che essi producono sul sistema nervoso non sono assolutamente paragonabili.

In tanta confusione, l'unico consiglio che si può dare è quello di scegliere il tipo di zucchero che si preferisce, ma usarne meno.

## L'OLIO DI PALMA FA MALE?

La domanda che assilla i consumatori del mondo occidentale: L'olio di palma fa male?

A livello ambientale, sì!

La conversione di ampie porzioni di foreste pluviali in monoculture di palme da olio produce grandi quantità di emissioni di CO2 e determina una deforestazione dagli effetti molto gravi anche sulla biodiversità, che fra l'altro minaccia i biomi di quelle regioni in cui ciò avviene.

A livello salutistico, no!

O meglio: l'olio di palma non è né più, né meno dannoso degli altri tipi di grassi saturi.

L'olio di palma negli ultimi anni è diventato il nemico più temibile per la nostra salute. Bandito da numerosi marchi e prodotti, è stato talmente tartassato che la dicitura "senza olio di palma" è ormai presente sulla maggior parte delle confezioni di alimenti esposti nei supermercati. Anche le pubblicità televisive lo ripetono in continuazione. Ma perché questa ossessione nei confronti di un ingrediente nel passato largamente utilizzato?

Dal punto di vista nutrizionale, è composto in prevalenza da grassi saturi, certo non salutari

## Lo zucchero dà più dipendenza della cocaina

Da un'analisi degli studi che ne comparano le reazioni al consumo, è emerso che lo zucchero induce effetti tipici della dipendenza maggiori di quelli dati da droghe come la cocaina

Lo zucchero raffinato, quei cristalli bianchi così belli, attraenti, buoni, potrebbero avere effetti peggiori della cocaina. Almeno a livello di dipendenza. Secondo una review pubblicata dal *British Journal of Sports Medicine*, infatti, il consumo di zucchero raffinato indurrebbe effetti psicoattivi – abuso, desideri impulsivi – sovrapponibili se non addirittura superiori a quelli di altre sostanze che provocano assuefazione.

se assunti in grande quantità. Ma è anche ricco di acido palmitico, fitonutrienti e fitosteroli benefici per la salute, di acidi grassi monoinsaturi e polinsaturi simili a quelli dell'olio di oliva, come l'acido oleico e linoleico. Questi elementi, del resto, esercitano numerose funzioni fisiologiche e sono utili specialmente per la crescita nei primi anni di vita: basti pensare che il latte materno è composto in prevalenza proprio da grassi saturi, tra cui l'acido palmitico, lo stesso dell'olio di palma.

Perché si è diffusa tanta diffidenza?

Un motivo è certamente di tipo commerciale. Le aziende produttrici di prodotti da forno dolci e salati si sono affrettate ad eliminarlo e a sottolineare che i loro alimenti erano "sicuri" perché privi della sostanza dannosa.

Però, l'origine di questa notizia allarmante parte dall'Agenzia europea per la sicurezza alimentare (Efsa), che in passato ha dato un parere negativo sui glicidolesteri (in particolare il 3-MCPD) che si formano dai trattamenti termici dei grassi e degli olii, tra cui anche dell'olio di palma, ritenendo che rendessero cancerogeno il prodotto in cui erano presenti.



I consumatori erano spaventati.

Successivamente, la stessa Agenzia europea ha rivisto il proprio parere, arrivando ad una nuova conclusione: i consumi di prodotti contenenti olio di palma sono privi di rischi per la maggior parte dei consumatori. Un reale pericolo esiste solo negli eccessi.

I consumatori di nutella si sono rasserenati.

Si potrebbe concludere che non c'è nessun pericolo quando si seguono diete alimentari bilanciate e corrette, che sono alla base del nostro benessere.

La Redazione Green della scuola secondaria di Castelluccio dei Sauri (Fg) ha voluto indagare personalmente in merito agli orientamenti dei consumatori e quanto questi, consapevolmente o inconsapevolmente, vengono influenzati nelle loro conoscenze e scelte dai social. A tal fine,

abbiamo creato un questionario di indagine da somministrare a conoscenti, parenti, docenti, educatori, collaboratori scolastici, ecc., cioè ad adulti che in genere vanno al supermercato e scelgono/selezionano i prodotti da acquistare. L'obiettivo dell'indagine era quello di capire innanzitutto quanto i social influenzano la nostra vita, le nostre scelte, le nostre idee e quindi quanto credibilità siamo disposti a dare al web.

Al questionario abbiamo dato il titolo di **ALIMENTAZIONE E SALUTE**, per non fornire troppi indizi agli intervistati, nel timore che potessero falsare le loro risposte, per apparire distaccati e non influenzabili. In realtà avremmo dovuto intitolarlo **IO E LE BUFALE ALIMENTARI**.

Il questionario si è rivolto a diverse fasce di età, dai 20 in poi. La richiesta della professione serviva a capire, in modo indicativo, il grado di istruzione.

Abbiamo fatto domande che sembravano vaghe, ma che in realtà volevano verificare se gli intervistati usassero internet e per quali motivi.

I SEZIONE II SEZIONE III SEZIONE IV SEZIONE V SEZIONE

## Rapporto con la rete



Consulta internet per cercare nuove ricette di cucina?

Sì  A volte  Mai

È solito fare acquisti su internet?

Sempre  Qualche volta  Mai

Poi siamo passati a misurare quanto si ritenevano informati rispetto a ciò che accade in Italia e nel mondo, chiedendo anche quale fosse la fonte da cui solitamente si informano.

I SEZIONE II SEZIONE III SEZIONE IV SEZIONE V SEZIONE

## Informazione e mass media



Ritiene di essere una persona informata rispetto a ciò che accade in Italia e nel mondo?

Molto  Abbastanza  Poco

Come si informa?

Giornale  Telegiornale  Radio  
 Social  Con il sentito dire

Il passaggio successivo è stato più diretto. La domanda ha riguardato il loro rapporto con i social e quanto reputavano di esserne influenzati negli acquisti.

I SEZIONE II SEZIONE III SEZIONE IV SEZIONE V SEZIONE

## Uso dei social

Ha uno o più profilo social (escludendo whatsapp)?

Sì, uno  Sì, più di uno  No

Ritiene che la pubblicità influenzi i suoi acquisti

per nulla  poco  abbastanza  molto

Ritiene che i social influenzino i suoi acquisti

per nulla  poco  abbastanza  molto

### QUESTIONARIO

## Alimentazione e Salute

I SEZIONE II SEZIONE III SEZIONE IV SEZIONE V SEZIONE

### Dati anagrafici e sociali

Sesso  M  F

Professione

Fascia di età  20 - 30  31 - 40  41 - 50  
 51 - 60  61 - 70  oltre





Infine, la quinta sezione del questionario ha riguardato gli stili di acquisto e le loro motivazioni.

I SEZIONE

II SEZIONE

III SEZIONE

IV SEZIONE

V SEZIONE

## Stili di acquisto

Quando fa la spesa, fa attenzione agli ingredienti contenuti nei prodotti alimentari che vuole acquistare?

- Sì  No  Qualche Volta  Non ci faccio caso

Quando fa la spesa, le capita di comprare prodotti che contengono olio di palma?

- Sì  No  Qualche Volta  Non ci faccio caso  
 Se sì, quali prodotti?  Se no, perché?

Nei supermercati molti prodotti da frigo sono privi di lattosio. Lei come si orienta?

- Acquisto sempre prodotti con il lattosio  Acquisto qualche volta prodotti con il lattosio  
 Acquisto solo prodotti senza lattosio  Non ci faccio caso  
 Se acquista senza lattosio, perché?

Nei supermercati molti prodotti da frigo sono privi di lattosio. Lei come si orienta?

- Acquisto sempre prodotti con il lattosio  Acquisto qualche volta prodotti con il lattosio  
 Acquisto solo prodotti senza lattosio  Non ci faccio caso  
 Se acquista senza lattosio, perché?

In famiglia consumate zucchero semolato o zucchero di canna?

- Semolato  Di Canna  Usiamo altri dolcificanti  
 Perché?

Nei supermercati molti prodotti sono privi di glutine. Lei cosa preferisce?

- Acquisto sempre prodotti con il glutine  Acquisto qualche volta prodotti con il glutine  
 Acquisto solo prodotti senza glutine  Non ci faccio caso  
 Se acquista senza glutine, perché?

Ritiene che una corretta dieta alimentare deve prevedere il consumo di pesce?

- Sì  No  Non so

Lei abitualmente consuma prodotti ittici (pesce)?

- Molto spesso (3 /4 volte a settimana)  Spesso (2 volte a settimana)  
 Raramente (1 volta a settimana)  Mai  
 Se mai, perché?

Abbiamo rielaborato le risposte tenendo conto della fascia di età di appartenenza degli intervistati del genere e del grado di istruzione.

Il 75% degli intervistati è di sesso femminile, di fascia di età compresa fra i 31 e i 50 anni. Il 70%, in base alla professione svolta, ha un livello di istruzione medio-alto. Utilizza spesso la rete come strumento di intrattenimento e con fiducia, infatti il 50% di loro fa abitualmente acquisti in rete.

Dal punto di vista dell'informazione, il 70% delle donne dichiara di essere abbastanza informata; il 21%, molto informata; solo il 9% ritiene di esserlo poco. Il telegiornale è il mezzo di informazione prevalentemente utilizzato, 40%; i social, 25%; la radio, 17%; i giornali, 12%; il 6% delle intervistate, apprende le notizie da racconti di parenti, amici e conoscenti.

Possiede uno o più profili social il 54% del nostro campione femminile, ma dichiara di esserne poco o per nulla influenzata negli acquisti il 92%.

Quando fa la spesa, l'83% è attentissima agli ingredienti contenuti nei prodotti alimentari che acquistano. Solo lo 0,8% non ci fa caso. Non compra prodotti contenenti olio di palma il 33%, poiché reputa nocivo questo ingrediente. Solo un'intervistata ha dichiarato di non usarlo per non contribuire alla deforestazione.

Lo zucchero bianco semolato è utilizzato dal 62% delle intervistate, perché ne preferisce il sapore. Il 37% consuma lo zucchero di canna, perché più salutare dato che non è sbiancato con agenti chimici. Infine, il 96% delle donne ritiene che una corretta dieta alimentare deve contenere prodotti ittici. Il

4% non li reputa importanti, anzi non si fida del prodotto perché potenzialmente avvelenato.

Il lattosio e il glutine vengono evitati solo da soggetti intolleranti.

Il 25% degli intervistati è di sesso maschile, di età compresa fra i 41 e i 60 anni. Il 50% ha un livello di istruzione medio-alto. Utilizza poco la rete per intrattenimento e non fa acquisti in rete. Dichiara di essere abbastanza informato, il 50%; molto, l'altro 50%. I mezzi di informazione maggiormente utilizzati sono i giornali, telegiornali e social. Il 75% ha uno o più profili social ed il 63% ritiene di non esserne influenzato.

Il campione maschile dichiara di non fare sempre caso agli ingredienti dei prodotti che acquista, olio di palma compreso; utilizza lo zucchero semolato; ritiene che una corretta dieta alimentare deve contenere prodotti ittici e li consuma volentieri.

Da un confronto del campione maschile e femminile emergono molte differenze: rispetto alle donne, gli uomini utilizzano meno la rete internet per fare acquisti, ma la percentuale cresce quando analizziamo i profili social. Fanno meno attenzione agli ingredienti presenti nei prodotti che acquistano e consumano. Si informano nello stesso modo, anche se la percentuale di uomini che utilizza il giornale è più elevata.

In linea generale, le fake news che riguardano il cibo hanno apparentemente maggiore presa sul sesso femminile. Tuttavia, va ricordato che il numero delle donne che si occupa di riempire le dispense di casa e che si preoccupa di preparare il pranzo per la famiglia è maggiore rispetto agli uomini.





**ISTITUTO COMPRENSIVO  
Scuola Infanzia, Primaria e Secondaria di 1° Grado”  
BOVINO-CASTELLUCCIO DEI SAURI- PANNI**

Via dei Mille, 10 – 71023 BOVINO (FG)  
Tel. 0881 913089

Codice fiscale 80031240718 Codice Scuola FGIC81600N

e-mail: FGIC81600N@istruzione.it

PEC: fgic81600n@pec.istruzione.it

Sito web [www.istitutocomprensivobovino.it](http://www.istitutocomprensivobovino.it)



Dirigente scolastico Prof. DE MASI GAETANO  
DSGA: GAUDIANO IDA



**Progetto PON Bovino**

Docente esperta Prof.ssa STEFANIA RUSSO  
Docente tutor Prof.ssa DANIELA LEGGIERI



**Redazione di Castelluccio**

Docente referente  
Prof.ssa BARBARA D'ORONZO

**PROGRAMMA OPERATIVO NAZIONALE**

“Per la scuola - Competenze e ambienti per l'apprendimento” 2014-2020 - FESR Asse II



UNIONE EUROPEA

**FONDI  
STRUTTURALI  
EUROPEI**

**pon  
2014-2020**

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE-FESR)



MIUR

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Dipartimento per la Programmazione  
Direzione Generale per Interventi in materia di edilizia  
scuolastica, per la gestione dei fondi strutturali per  
l'istruzione e per l'innovazione digitale  
Ufficio IV

Asse I - Istruzione - Fondo Sociale Europeo (FSE).

Obiettivo specifico 10.1. - Riduzione del fallimento formativo precoce e della dispersione scolastica e formativa.

Azione 10.1.1 - Interventi di sostegno agli studenti caratterizzati da particolari fragilità.

Codice identificativo progetto: 10.1.1A-FSEPON-PU-2017-412 "Scuola aperta, officina dei saperi".

**REDAZIONE BOVINO** Caranfa Matteo, Cappetta Erika, Campanella Claudia, De Carlo Veronica, De Palma Simona, Dota Angelo, Liscio Sara Pio, Lo Conte Anastasia, Lombardi Francesco, Lombardi Natasha, Loreto Michele Nicodemo, Mancini Marika, Rotondo Antonio, Ruscillo Antonio, Russo Sara, Salvagno Federica, Sanseverino Francesca, Scapicchio Ambra, Sciaraffa Michela, Spano Sofia, Zambri Lorenzo

**REDAZIONE CASTELLUCCIO DEI SAURI** Abazia Giovanni, Ciotti Vittorio, Cirjaliu Sara, Cocco Marco, Colotti Benedetta, De Rosa Giuseppe P, Manzo Elena, Mauriello Greta, Mele Francesco, Pignatiello Anna, Roccia Sofia, Rutigliano Giuseppe, Visconti Valerio, Volpe Flavio