

IL **BANFO**

ABORTO

POLITICA



FASHION

INDICE

Il Prometeo incasinato	pag.5
Aborto: una questione di diritti?	pag.8
Effetto Squid Game	pag.11
Un sacchetto di biglie	pag.14
Opporsi al matrimonio combinato	pag.16
Smetti di fumare, inizia a risparmiare!	pag.18
Fashion Wok	pag.20
I giovani e la politica	pag.22
Alla scoperta del Sonno	pag.24

Copertina e disegni di A. Ornaghi, M. Fassina, C. Lupo,
M. Imbriani, N. Carniti



Seguici su Instagram:
[@ilbanfo](https://www.instagram.com/ilbanfo)

EDITORIALE

E, proprio quando pensavate che ormai tutto fosse tornato esattamente come prima, la nostra (e vostra!) Redazione vi bussa alla porta con un giornolino più nuovo, più colorato e più curato che mai. Qual è il senso del cambiamento? Quello di non rimanere uguali a noi stessi mentre il mondo intorno a noi corre, gioca e cresce, come un bambino grande quanto tutta l'anima della Terra. Vogliamo seguirlo in ogni suo passo, guidarlo e farci guidare, al ritmo di una parola e di un valore che per noi sarà sempre essenziale: la Libertà. Godetevi queste fresche pagine di studenti, siate liberi di approvare o criticare, siate liberi di decidere, siate liberi di amare la Libertà.

Maddalena Mandelli e Redazione

Soliloquio. O forse no.

Letizia Fumagalli

4ALC

Da sempre abito l'uomo e l'uomo mi ha sempre cercata altrove. Come se fossi qualcosa di troppo bello per essere vero, che inequivocabilmente non può esistere nella natura umana imperfetta. Sembra quasi che io sia uno strano essere polimorfico, pronto ad adattarsi a ogni situazione, un termine il cui significato sia da modellare a proprio piacimento e a proprio vantaggio, una qualche specie di spirito armato e battagliero che combatte insieme ai suoi protetti. Forse sarebbe bello essere così, di sicuro sarebbe più facile, meno faticoso e doloroso ri-



spetto a quanto succede, in realtà, ogni giorno: **io, Libertà, che abito nella mente, nel cuore, nei sogni di una normalissima studentessa diciassettenne, ogni mattina mi sveglio e vengo a contatto con tutte le altre Libertà delle persone che incontro.** Non esiste un confine netto, preciso, ben definito, che limiti il mio raggio d'azione (altrimenti non sarei la Libertà, ovvio); posso fare ciò che voglio fino a che non intacco un'altra Libertà: in quell'istante, capisco che non esisto solo io. **Assumo piena consapevolezza di quanto le mie azioni possano rendere migliore o peggiore la vita di qualcun altro, di quanto la responsabilità di ciò che accadrà ricadrà soltanto su di me.** È un continuo mediare tra ciò che vorrei e ciò che vogliono gli altri: se mi imponessi arbitrariamente su tutte le Libertà delle persone che hanno un'opinione diversa dalla mia, senza tenere conto del loro punto di vista, delle loro necessità, della loro cultura... non sarei più degna di questo nome. **Non sono invincibile:** non rompo le catene attorno ai polsi, né i limiti imposti da vedute ristrette, non posso infrangere il silenzio sepolcrale che ricopre le fosse delle opinioni non convenzionali. Sono preziosa, perché grazie a me si trova la forza per chiedere un diritto, grazie a me la bellezza e l'arte divampano. Io rendo l'uomo virtuoso, io lo conduco a scegliere consapevolmente il meglio per tutti gli altri suoi simili.

Il Prometeo incasinato

Libertà di sciogliere le catene

Maddalena Mandelli

5ALC

Racconta Eschilo nella sua tragedia "Il Prometeo incatenato" che una volta, in quegli aurei tempi mitici dove dei e uomini camminavano a braccetto (o facevano anche ben peggio), un Titano, diciamo una sorta di gigante, aveva per fratello un grande sciocco ma si riteneva abbastanza sveglio, in fin dei conti. Il suo nome era Prometeo, che in Greco viene qualcosa come "Colui che capisce per primo" (se ve lo state chiedendo, il fratello si chiamava Epimeteo, "Colui che capisce dopo"), e

un giorno si mise in testa di dare una mano, dall'alto della sua immortalità e divina sapienza, a quegli strani vermicciattoli che sembravano essere gli uomini. Pare, infatti, che all'epoca non conoscessimo l'uso del fuoco, e conseguentemente nemmeno la tanto celebrata grigliata di Ferragosto, perciò l'aiuto del nostro Titano, che sottrasse un po' di fuoco agli dei e ci insegnò a governarlo, fu abbastanza provvidenziale. Ci si aspetterebbe qualche ringraziamento, no? E invece Prometeo viene punito dagli dei, finisce incate



nato alla roccia con un'aquila che gli becca il fegato ogni notte e (sapete, ci sono dei pro e dei contro anche nell'essere immortali) ritorna la notte dopo perché nel mentre l'organo è ricresciuto. La domanda è: perché? Perché gli dei, che i Greci concepivano come molto simili agli uomini ma incomparabilmente superiori, ci tenevano non poco a rimanere tali: **il progresso dell'uomo metteva a repentaglio il loro primato**, e, quindi, la loro unicità ontologica, la loro stessa necessità. E il buon Prometeo finisce nei casini. Ora, fuor di metafora, non vi sembra di essere rimasti ai tempi di Prometeo? Mi spiego meglio: non vi sembra che l'autosufficienza sacra e santa venga demonizzata come sovversiva autarchia, che la nostra indipendenza venga limitata dall'alto, da un sistema che tacitamente ci chiede di aver bisogno di lui per non sgretolarsi in un milione di briciole invisibili? C'è un retrogusto di primitivismo nella nostra società, non pensate? Bisogna fare e guadagnare, dare e poi ottenere, e per questo bisogna sostanzialmente saper obbedire: pensare, invece, molto poco. Si sopravvive, si sbrana il tempo e il prossimo, nel tornado dell'utilitarismo, nel tentativo di portare a casa qualcosa senza davvero chiederci il perché abbiamo quello che abbiamo, perché facciamo quello che facciamo, perché vogliamo quello che vogliamo. Siamo senza fuoco, siamo senza luce.

Ma la Luce della conoscenza, per fortuna, si può nascondere e coprire, non certo spegnere. Prima o poi emerge, e irradia, folgora, brucia. Prima o poi chi è stanco di essere tenuto al buio accetta il fiammifero che gli viene passato, **prima o poi qualcuno si sveglia dal sonno dell'ignoranza forzata** ("Il sonno della ragione genera mostri" disse il nostro Goya) e afferra un libro, va a scuola, fa ricerca, naviga nel mare in burrasca di Internet nel modo giusto, impostando attivamente la rotta invece di lasciarsi travolgere dai cavalloni. Ma poi arriva la punizione: chi si forma un'opinione (Ahi!) e poi ha addirittura il coraggio di esprimerla (Cielo, quale audacia!), chi parla fuori dal coro viene tacciato di narcisismo, di autocompiacimento, di sentirsi superiore al resto della comunità. Questo perché ci si sente bene, in una comunità squalidamente omogenea, forzatamente appiattita, comodamente levigata. Ci si muove in blocco, in gregge, e la pecorella che sbaglia sentiero finisce inevitabilmente per perdersi. **Guai a chi rinnega lo stagno in cui sta lentamente ammuffendo, perché ci si sta tutti insieme bene a mollo, guai ad accettare l'aiuto di Prometeo.** Credo che nessuno abbia espresso questo concetto, aspro ma in fondo abbastanza elementare, meglio di Immanuel Kant, autore che per altri motivi aborro e non comprendo, ma che riconosco essere una delle massime voci dell'Il

luminismo (come vedete, la metafora della Luce viene da lontano):

“[il sistema] dopo aver in un primo tempo istupidito gli uomini come fossero animali domestici e aver accuratamente impedito che queste placide creature osassero muovere un passo fuori dal girello da bambini in cui le ha imprigionate, in un secondo tempo descrive a esse il pericolo che le minaccia qualora tentassero di camminare da sole.” Ed è da sottolineare come per Kant, come del resto per me, il sistema non corrisponda necessariamente a un partito politico o a una classe specifica, quanto più a un contesto socio-culturale che si esprime in un un modus operandi quotidiano e procedurale, inconscio, silenzioso, che riduce l'individuo a un muto ingranaggio privo di principi o ambizioni. Non c'è spazio per la Mente, non c'è spazio per imparare.

E non c'è spazio per imparare semplicemente perché l'ambiente in cui viviamo non è stato progettato per insegnare, non deve insegnare. Nemmeno la scuola deve più insegnare, ragazzi, la scuola deve “formare nuovi lavoratori”, per dichiarazione implicita ma nemmeno troppo nel progetto di pcto e nella miriade di iniziative proposte, di subdole modifiche apportate di recente al tradizionale sistema scolastico. Certo che non si può solo teorizzare e sofisticare sui volatili libri di Greco e Filosofia, certo che il risvolto pratico

dell'educazione è utile e innegabile, e che la carriera va tenuta bene a mente lungo tutto il proprio percorso di studi; ma è il ragionamento di base a essere profondamente sbagliato, sbagliato e perfino pericoloso: **la scuola viene costruita non come strumento per pensare, pensare e basta, pensare liberamente, pensare autonomamente; ma come luogo per diventare lavoratori, per essere forgiati dalle impietose mani dell'autorità**, per diventare insomma altri “fattori” invece che “pensatori”. wPerciò mi rivolgo a voi, miei compagni di studio, anche se ancora per poco (fidatevi che questi cinque anni finiscono anche prima dell'intervallo): sfruttate, usate a vantaggio non solo vostro ma anche di chi vi sta intorno e potrà poi imparare da voi, ogni prodotto intellettuale che vi venga offerto, da parte dei docenti che sono al vostro fianco in quella meravigliosa palestra che è la Scuola, per evitare di finire sfruttati voi come dei prodotti, in un futuro sempre più vicino, voi uomini senza luce e senza calore. E quando vi chiederanno perché fate il Liceo, perché non “state imparando niente di utile”, rispondete a voce alta e chiara che siete fieri di non essere vincolati all'utile come Prometeo era incatenato al fianco della montagna. **Sì, gli dei puniscono Prometeo. Ma, alla fine, gli uomini imparano a dominare il fuoco. Gli uomini imparano a pensare.**

Aborto: una questione bioetica, politica o di diritti?

Libertà di decidere

Rebecca Rivolta

3E

Giustizia. Diritti. Vita. Libertà. Scelta. Emancipazione. Tutti questi concetti sono racchiusi in uno ancora più grande: l'aborto. Questo è però un tema controverso, che non può e non deve assolutamente essere preso alla leggera. Ne avrete sicuramente già sentito parlare, ma forse non sapete che questa parola deriva dal Latino e significa "venire al mondo prima del giusto tempo". Nel campo medico, più precisamente, indica l'espulsione dell'embrione dal corpo materno, durante i primi 6 mesi, in quanto, dopo tale periodo, il bambino potrebbe nascere e sopravvivere: nel caso in cui si interrompesse la gravidanza, dopo questo periodo di tempo definito, allora si tratterebbe di infanticidio. L'aborto è una tematica controversa che è ancora oggetto di un **acceso dibattito tra**

i cosiddetti "pro-life", schierati contro l'aborto, e i "pro-choice", a favore di esso.

I primi affermano che si tratti un omicidio anche se il feto non è ancora nato, poiché sostengono che la vita abbia inizio con la concepimento. Considerano l'aborto una negazione del diritto alla vita, lo ritengono discriminatorio, inumano, crudele, dal momento che significa punire il figlio per l'irresponsabilità della madre o del padre. Affermano che l'aborto nuoce alla



madre a livello mentale, emotivo, relazionale e fisico tanto da generare un dolore incancellabile. Al contrario, i "pro-choice" sostengono che un feto diventi un essere vivente solo dopo la nascita, quando è in grado di sopravvivere al di fuori dell'utero materno e, soprattutto, ribadiscono che non ci sono ancora dati scientifici che dimostrino che l'aborto causi dolore al feto. La possibilità di abortire è essenziale per dare alle donne controllo sui propri corpi, è cruciale per l'indipendenza femminile e per poter decidere sul proprio futuro. Inoltre, l'accesso a servizi di aborto sicuro è un diritto umano poiché la negazione di



esso costringe a condurre una gravidanza indesiderata, o a cercare un aborto non sicuro. L'aborto è necessario al fine del raggiungimento della giustizia sociale e di genere.

Tuttavia, questo non va certo visto o vissuto come una scusa per non utilizzare adeguatamente contraccettivi o per comportarsi superficialmente: **l'aborto è sì un diritto ma, al tempo stesso, non deve assolutamente porre in secondo piano una corretta educazione sessuale.**

Infatti, l'aborto costituisce comunque un trauma fisico ed emotivo per la donna. La stessa Chiesa, nel corso della storia, ha cambiato la propria posizione a riguardo: San Tommaso d'Aquino nel Medioevo riteneva che un feto divenisse un essere umano dopo 40 (se maschile) oppure 80 giorni (se femminile) e che solo a quel punto avesse l'anima.

Tuttavia, a partire dal XVII secolo, il feto è considerato una persona a tutti gli effetti sin dal momento del concepimento, motivo per cui la Chiesa è tutt'oggi contraria all'aborto, considerandolo un infanticidio. In Italia, però, secondo la legge n.194, l'aborto è consentito solo nei primi 90 giorni di gravidanza,

durante i quali il feto ancora non presenta cellule differenziate, ed è possibile intervenire per motivi di salute, economici, sociali o familiari. Ciò è legale dal 1978 e avviene o con metodo farmacologico (fino alla nona settimana) o chirurgico.

Purtroppo, però, non tutto il mondo funziona allo stesso modo....

In Cina, infatti, l'aborto non è affatto una questione di diritti o di bioetica ma di politica: è lo strumento per controllare i tassi di nascita e, conseguentemente, la crescita della popolazione. Circa 40 anni fa, con la politica del figlio unico, la Cina ha cercato di limitare i diritti riproduttivi delle donne, costringendole ad abortire con la forza, per evitare una crescita incontrollata della popolazione.

Oggi, nonostante il paese rimanga il più popoloso, i suoi tassi di natalità sono tra i più bassi al mondo e, in seguito ad anni di sterilizzazioni forzate, ora limitano gli aborti, permettendoli solo "per valide ragioni terapeutiche". Inoltre, a gennaio, la Polonia ha annunciato l'entrata in vigore della legge che vieta l'aborto, salvo per incesto, stupro o pericolo per la vita della madre. Recentemente, invece, in Texas



l'aborto è diventato illegale da

quando si sente il battito del feto, ovvero intorno alla sesta settimana, quando spesso le madri non sono ancora consapevoli di essere incinte, negando alle donne il diritto di decidere e di controllare il proprio corpo, mettendo in pericolo la vita di queste, rendendole più vulnerabili.

Dunque, l'aborto è il diritto della donna di poter decidere sul proprio futuro, sulla propria vita, è ciò che la protegge e tutela in caso di incesto o stupro; è l'unico metodo per non rendere questa pratica più pericolosa, clandestina e inaccessibile a coloro che sono più povere.

È, però, innegabile che questa sia una tematica difficile, complessa, controversa, che non possiamo né trascurare, né estremizzare.

Effetto Squid Game

Libertà di vivere, o di sopravvivere

Margherita Imbriani

5P

All'apparenza innocuo, il calamaro occupa un posto nella lista degli eccellenti predatori, si spinge talvolta fino al cannibalismo. Il meccanismo con cui si avvinghia alle sue prede senza lasciare loro scampo è lo stesso che vede coinvolti gli spettatori davanti a un'intrigante rappresentazione, che lascia loro come unica alternativa quella di continuare a guardare lo schermo.

Questo è l'effetto di "Squid game", la serie televisiva che dalla Corea del Sud è arrivata in tutto il mondo. Gran parte dei social è stata letteralmente invasa da riferimenti sulla serie, incuriosendo anche gli spettatori più svogliati, quelli che potrebbero smettere di seguire una serie quando manca anche un solo episodio... e, sì, io sono una di loro.

Non per cercare scuse, ma molte serie televisive negli ultimi tempi hanno avuto più visibilità di quante ne meritassero. Insomma... se anche gli spettatori più difficili,

mentre cercavano l'ennesima serie da svalutare, sono caduti nella trappola del calamaro, il fenomeno coreano si è davvero rivelato degno di nota. Una volta premuto il tasto play si entra in una realtà parallela. Per noi, a migliaia di chilometri da Seoul e dall'Isola di Jeju, immergerci nel contesto di un altro Paese rende la storia ancora più affascinante, però, mentre ci lasciamo incuriosire dai tteokbokki con la salsa piccante, i personaggi vengono trascinati, da non altri che sé stessi, in un brutale gioco ispirato alla tradizione locale.

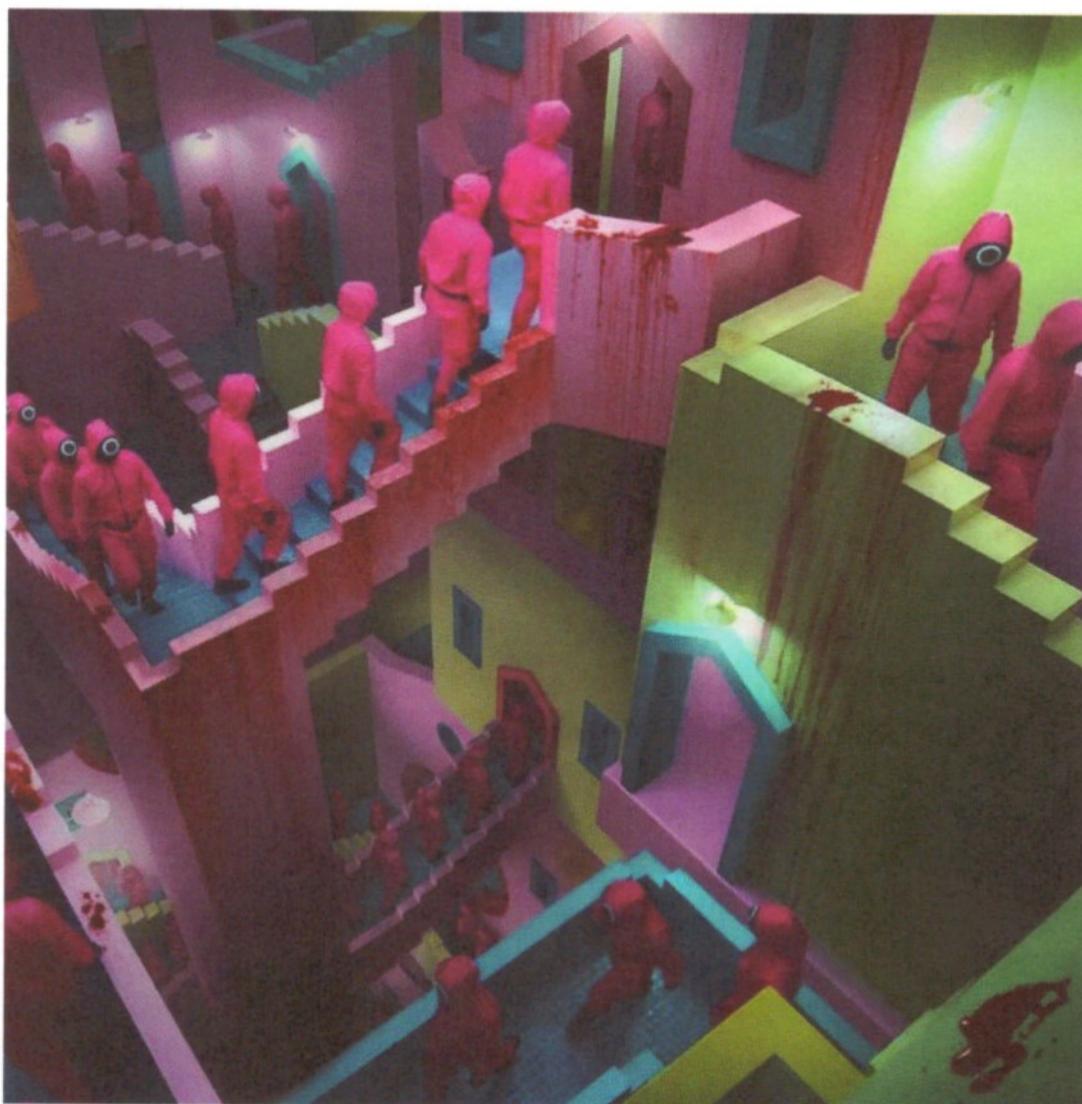
Il paradosso sta nella contrapposizione tra una condizione irrealistica e la pura verità, decontestualizzata e senza sconti.

Estraendo l'essere umano dal suo habitat, diventa possibile osservare la sua vera natura. Mi spiego meglio: è sempre troppo facile esprimere un parere su cosa fare in determinate situazioni quando si è sul divano con il plaid e una tisana.

La vera natura umana esplose nel momento in cui la realtà smette di avere un senso e ogni esitazione, dovuta al pensiero, avvicina alla morte. Quando la razionalità diventa solo un limite la natura umana si manifesta...e non la possiamo fermare. Di questo sono perfettamente consci i 456 partecipanti al gioco, pescati da situazioni difficili, che, coperti di debiti, accettano di andare verso

l'ignoto con la speranza di vincere un premio in denaro... molto, molto consistente.

Ognuno sarà costretto a decidere per l'unica cosa che gli rimane da giocare, la propria vita. Nelle loro mani sarà anche riposta la vita dei compagni, ognuno avrà così l'occasione di perdere o di ritrovare la propria umanità perduta insieme all'ultimo won, la moneta sudcoreana. Nonostante ci siano



chiare similitudini con altri programmi televisivi, tra cui i famosissimi “La casa di carta”, “Hunger games” e molte altre serie asiatiche poco diffuse in Europa, gli 8 episodi sono imprevedibili. Spesso, in pochi secondi, le redini del gioco si spezzano, lasciando il destino dei giocatori come in balia di cavalli imbizzarriti. Si stringono e si sciolgono alleanze, amicizie, fratellanze. **Sollievo e dolore si alternano senza pietà**, senza distinzioni di genere, età o etnia. Non per modo di dire: uno dei concetti fondamentali del gioco è l’uguaglianza, indiscussa, di tutti i partecipanti, vestiti uguali, che mangiano le stesse cose, che dormono l’uno accanto all’altro. Sono costretti a omologare le loro vite e a rinunciare alla loro individualità per il denaro, sacrificano il presente per la possibilità di un avvenire pieno di eccessi.

Fondamentalmente mantengono la pace tra di loro, almeno in apparenza, finché rimangono tutti nella stessa condizione miserevole e nessuno ha la possibilità di elevarsi dagli altri. **Il risultato è una finta solidarietà, sporca di falsità**, che sicuramente ognuno di noi ha sperimentato nel corso della vita.

Si vedrà molte volte che chiunque cerchi di aggirare la regola

dell’uguaglianza non andrà poi incontro a un ridente futuro.

La crudezza della narrazione non è eccessiva, infatti non sono necessari dettagli raccapriccianti quando lo spettatore ha già il fiato corto per l’angoscia suscitata da altri espedienti, tra cui la musica, non esattamente tratta dallo Zecchino D’Oro (non che quella non possa essere inquietante...), le inquadrature veloci e dinamiche, insomma, quei dettagli che ti fanno accendere tutte le luci in casa alla fine di un film.

Per evitare di dilungarmi troppo e rischiare qualche spoiler, anche se so che alcuni di voi sono spronati a iniziare una nuova serie proprio a causa di uno spoiler, mi fermo qui. Non mi resta nient’altro da aggiungere se non **un... due, tre, stella!**



Un sacchetto di biglie

Libertà di ricordare

Valentina Aviles Arias

2D

Ci sono molti modi per poter rivivere il passato: ascoltare musica, vedere filmati, riguardare vecchie foto, leggere... Il 27 gennaio di quest'anno è ormai passato, ma nulla ci impedisce di continuare a tornare con la memoria al ricordo di quasi 17 milioni di persone alle quali è stato sottratto con la forza il diritto di vivere. 1943: Un sacchetto biglie, tutto quello di cui un normale bambino di dieci anni aveva bisogno per giocare assieme ai propri amici... eppure **al giovane Joseph Joffo non fu concesso nemmeno quello.** Con un racconto autobiografico, l'autore ci dona i suoi giovani occhi innocenti per assistere al viaggio che fu costretto a compiere per fuggire dalla persecuzione nazista. Figlio di una famiglia ebrea di parrucchieri, Joseph è costretto a lasciare la Rue Marcart, dove aveva vissuto fino a quel momento, accompagnato dal fratello dodicenne, Maurice, per raggiungere i due fratelli maggiori nella Francia libera, a sud della Nazione, dove i

loro genitori si augurano che i figli possano essere tranquilli, al sicuro da qualsiasi minaccia, e che magari un giorno abbiano perfino la possibilità di recuperare quei bei momenti a loro sottratti... In pochi riuscirono in questo tentativo, e tra questi non vi furono sicuramente i fratelli Joffo. Infatti, anche dopo aver raggiunto la supposta zona libera, mancano ancora quasi tre anni per la fine della Seconda Guerra Mondiale, **tutto può succedere, e tutto succederà.**

Come accade con ogni testimonianza del periodo della persecuzione nazista, non ci si può aspettare di leggere una fiaba con il solito "E vissero per sempre felici e contenti", e, purtroppo, nulla di tutto quanto impresso nelle pagine di questo romanzo è inventato. Il libro è scritto con uno stile molto scorrevole, colloquiale, si riesce ad avvertire la sensazione che il lettore stia tenendo **un dialogo diretto con l'autore**, quasi come se, in qualche

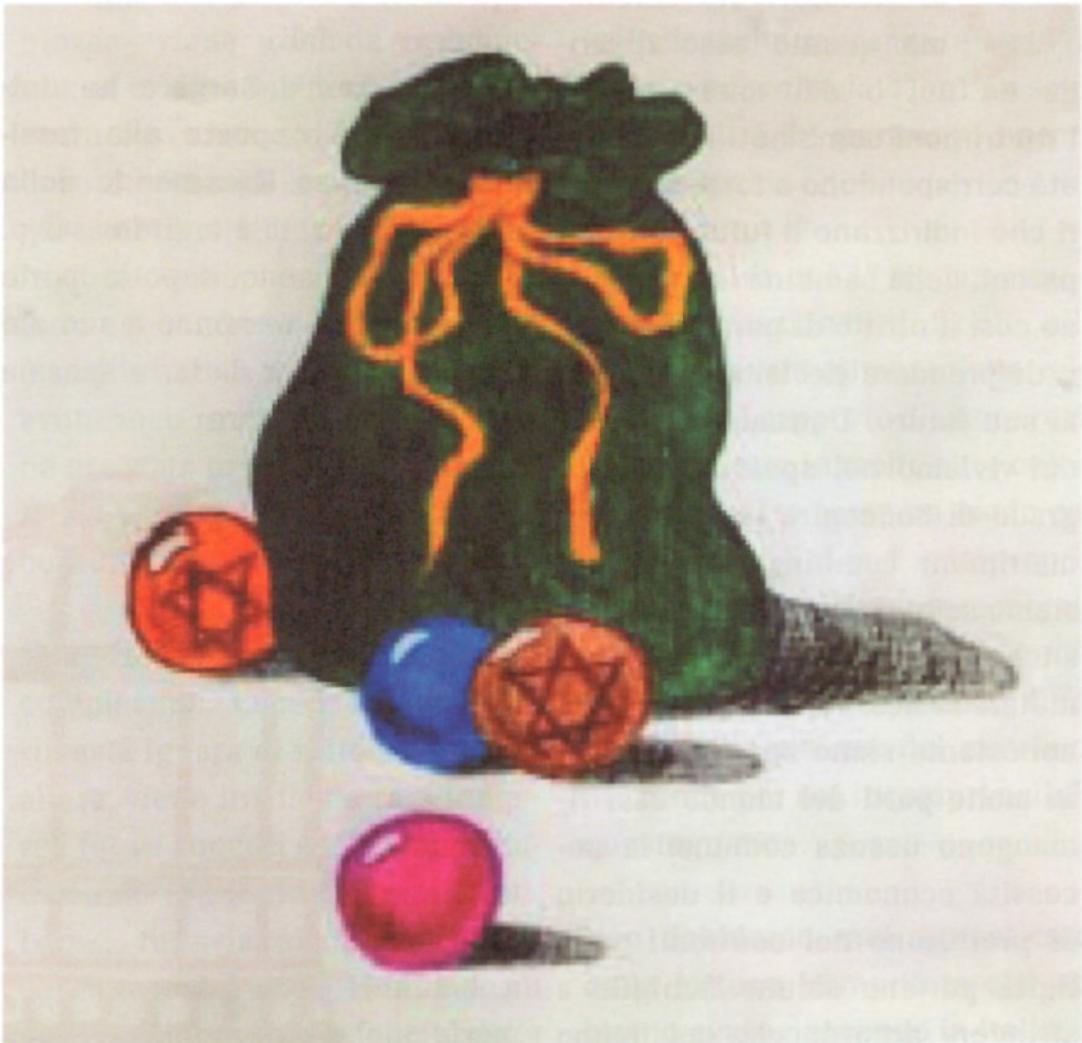
modo, questo possa accompagnare Joseph nella narrazione. Non è il primo racconto che leggo in cui persone innocenti sono state private della propria vita e della propria libertà.

Troppi uomini hanno perso la loro identità dentro e fuori i campi di concentramento, costretti a vivere in condizioni terribili, trattati alla stregua di animali. La gioventù, l'innocenza e la purezza di un bambino di dieci anni sono state sottratte con la forza

e con una brutale violenza dalle sue tenere braccia.

Nessuno potrà mai restituire quei bei momenti della vita che hanno perso alle vittime della Shoah, ma noi possiamo solo ricordare, tenere stretto nella nostra memoria il loro passato, per non sporcare il futuro che ci attende.

Consiglio a tutti la lettura di questo libro, perché **è dovere di tutti ricordare; ed è un diritto di queste vittime essere ricordate.**



Lamxi Sargara si oppone al suo matrimonio combinato

Libertà di dire no

Alice Lissoni

3E

Quante volte, pensando al futuro, ci chiediamo quanto esso dipenda da noi o dal volere altrui? **I matrimoni combinati in giovane età corrispondono a forze superiori che indirizzano il futuro altrui, i** parenti della bambina le precludono così il diritto di porsi domande e di prendere decisioni riguardo al suo futuro. L'attuale società in cui viviamo noi spesso non è in grado di concepire la pratica dei matrimoni combinati, in quanto siamo sempre spronati a prendere anche ardue decisioni in grado di mutare la nostra vita. Al contrario, nonostante siano spesso proibiti, in molte parti del mondo essi rimangono usanza comune: la necessità economica e il desiderio di protezione nei confronti della figlia portano alcune famiglie a stringere accordi, che col tempo

si trasformano in matrimoni per procurare possibili vantaggi economici e sociali.

In India **Lamxi Sargara ha detto no, si è opposta alla famiglia, ha preso il comando della sua vita** per mettersi in salvo. All'età di un anno, dopo la morte della nonna, suo nonno e suo zio si accordano per darla in sposa a un bambino di tre anni, abitante di un paese limitrofo.

Spesso accade, secondo un'usanza chiamata **Mousar**, che alla morte





di un parente più anziano, uno più giovane viene unito in matrimonio, e ciò è considerato di buon auspicio; questo è quello che è accaduto a Lamxi, il cui futuro era già stabilito all'età di un anno. In questo caso, i genitori, il cui affetto nei confronti della figlia non è mai venuto a meno, non hanno avuto voce in capitolo, la decisione era stata presa dal nonno e dallo zio e approvata dalla società in cui tutti loro vivevano.

Il giorno del suo diciottesimo compleanno, Lamxi, la quale era rimasta ignara di tutto ciò fino ad allora, viene invitata a raggiungere i futuri suoceri e a unirsi in matrimonio con il promesso sposo.

Lamxi, tuttavia, si oppone e cerca aiuto nel fratello Hunuman, il quale desidera solo la felicità della

sventurata; Hunuman contatta un ente di beneficenza per uomini e donne bisognosi e grazie a esso, in particolare alla giovane avvocatessa Kriti Bharti che l'ha difesa e al Dipartimento per lo sviluppo delle donne e dell'infanzia del Governo, il matrimonio viene annullato. Grazie al suo coraggio, Lamxi si è salvata da un destino non desiderato, **diventando così un esempio per tutte le bambine sottoposte a questa ingerenza.** Nel gennaio di quest'anno è riuscita anche a sposarsi per amore. Nonostante infonda molta speranza, questo rimane un caso isolato, cui ne sono seguiti altri, ma purtroppo ancora troppo pochi.

Per molti di noi il matrimonio è l'ufficializzazione di fronte alla legge ed eventualmente alla religione di un rapporto d'amore reciproco, mentre in molte altre culture esso è visto come un modo per proteggere sé stessi e la propria famiglia, e come un dovere morale nei confronti della società; a mio parere, questa sostanziale differenza nella visione del matrimonio rende per noi incomprensibile questa pratica.

Non dobbiamo mai dimenticarci della fortuna immeritata che abbiamo avuto nascendo in Italia.

Smetti di fumare, comincia a risparmiare!

Libertà di riprendersi la propria vita

Francesco Ciccarello

1ALC

Diciamocelo ragazzi: credo che ormai anche i muri conoscano a memoria le solite raccomandazioni, del tipo “Fumare fa male”, “Le sigarette uccidono”, “Il fumo causa cancro e tumori”, etc... Non sono qui per dirvi che queste affermazioni non siano vere, ma per invitarvi a un ragionamento: vi siete mai chiesti



quante cose super alla moda e anche utili potreste comprare con i soldi che spendereste per le sigarette? No? Il mio compito è proprio quello di farvelo capire!

Partiamo dai fatti: un'azienda inglese ha dimostrato tramite degli studi che, smettendo di comprare sigarette, un fumatore medio, che cioè ne consuma circa 4 al giorno,

risparmierrebbe € 400 annui, che potrebbe investire in altri modi o conservare finché non trova il modo giusto di usarli. Questo risparmio varia in base alla tipologia di fumatore: se fumate meno di 4 sigarette, il risparmio derivato sarà minore ma, comprando abitualmente meno sigarette, vi rimarranno comunque più soldi in tasca rispetto a chi fuma di più, anche se non smetterete completamente di fumare.

Se invece siete dei fumatori incalliti e fumate anche un pacchetto al giorno, smettendo totalmente **risparmiereste la grande cifra di €1800 annui!** A questo punto vi starete chiedendo: "Ma io come posso fare a risparmiare questi soldi? E poi in cosa li posso investire?". Ci sono delle soluzioni molto pratiche a tutte e due le domande.

Ecco come fare. Pensate a qualcosa, oltre al fumo, che vi piacerebbe avere, qualcosa di facilmente acquistabile: una felpa all'ultima moda, un videogioco... e fissatevelo come meta.

Dopodiché mettete giorno per giorno i soldi che dovrete usare per le sigarette (prendiamo come unità di misura il pacchetto classico da €5) in un salvadanaio (evitate l'acquisto di sigarette per poi farvele comprare

da altri, altrimenti l'esperimento non funziona). Dopo un po' di tempo avrete raggiunto abbastanza soldi per comprarvi ciò che volevate. **Non è fantastico?** Per quanto riguarda cosa potreste comprarvi, in questo paragrafo ci sono alcuni esempi: desiderate l'ultimo disco di Harry Styles, Fine Line? Costa €20 circa, equivalente a 4 pacchetti di sigarette e a 80 sigarette. L'unica differenza sta nel fatto che Harry Styles può causare dipendenza da musica, che non è nociva, le sigarette invece lo sono. Stupefacente, vero?

Un'altra idea: in questi giorni state lavorando come dei muli per cercare di avere un aumento di stipendio o studiando ardentemente al fine di prendere un bel voto nella verifica di Greco della settimana prossima, e nel frattempo state pensando alle vacanze estive fra tre mesi? Perché non organizzare una settimana in crociera appena finita la scuola? Radunate qualche amico che come voi ha deciso di risparmiare e mettete insieme i soldi. In questo modo migliorerete il vostro stile di vita e alla fine dell'anno scolastico riuscirete a partire con tutta calma. **Spero che vi sia venuta voglia di smettere, quindi...**

BASTA FUMARE, INIZIA A RISPARMIARE!!!

Fashion Wok

Libertà di essere noi stessi

Sofia Galbiati

3ALC

Siamo tornati. Da ormai due mesi a questa parte andiamo tutti i giorni a scuola, tutti insieme. Ci troviamo, parliamo, ridiamo, ma soprattutto ci guardiamo. Tra ragazzi e ragazze, ragazzi e ragazzi, ragazze e ragazze.

Finalmente possiamo di nuovo osservare e farci osservare. E quale modo migliore di attirare gli sguardi della tua crush se non con un outfit perfetto? **I vestiti che indossiamo fanno parte di noi.**

Attraverso le nostre scelte di stile esprimiamo le nostre passioni, le nostre idee e i nostri desideri. Insomma, un look adatto può diventare una maniera efficace di presentarsi alle altre persone. Quest'anno che si stende davanti a noi è una pagina bianca, da riempire a nostro piacimento: rendiamolo stiloso, particolare e spensierato.

Ecco a voi qualche spunto per raggiungere questo obiettivo: i trend previsti per la stagione autunno-inverno 2021-2022. Dopo

le quarantene e la didattica a distanza degli anni scorsi, l'energia accumulata è alle stelle. Esplodete pure! Le parole chiave sono **fantasia, avventura e divertimento: colori e texture fantasiose fanno al caso vostro.**

Le tonalità di tendenza quest'anno sono tre: marrone caramello, viola glicine e verde prato. Un must-have, se volete proprio spiccare tra la folla, sono i maglioni super colorati, stile cardigan di Harry Styles.

Nei giorni in cui non andranno i caloriferi saranno i vostri migliori amici! Ovvio, in ogni caso il fascino dell'outfit total black non svanisce mai: se un giorno non sapete cosa mettervi (e siete in un ritardo tra-

gi





co) jeans e maglietta nera sono sempre una scelta sicura ed elegante, soprattutto se arricchiti da accessori particolari e ben visibili. Tenete bene a mente che **“semplice” non coincide necessariamente con “banale”**, affatto! Gli outfit più chic e classy sono quelli pensati ma non esagerati.

Basta guardare come si vestono le modelle fotografate dai paparazzi mentre sono “off duty”: Kendall Jenner, Bella e Gigi Hadid, Adut Akech, Vittoria Ceretti... Tutte loro riescono a colpirci indossando capi super basic, ma coordinati perfettamente.

Non esitate, però, a far uscire tutta la vostra personalità con i vestiti. Le tinte animalier rimangono un'arma efficace per creare un look grintoso e audace. Scegliete quella che vi piace di più: zebra, leopardata, tigrata... Mi raccomando, però, una sola per volta! In generale, sperimentate l'oversi-

ze. Vale per tutti i capi: cappotti, pantaloni, camicie, magliette...

Non c'è bisogno di indossare vestiti super aderenti per catturare l'occhio. Con un capo oversize, l'outfit diventa moderno e unico: provate per credere! E per gli accessori? Usate e abusate di orecchini, collane e anelli dalla forma inusuale. Più sono, meglio è!

Con un anello su ogni dito, orecchini particolarmente vistosi e catene super heavy al collo sembrerete appena usciti da un photoshoot per Gucci.

Insomma, non abbiate paura di buttare fuori il vostro vero io. Lizzo, durante il suo concerto a Glastonbury nel 2019, ha espresso benissimo questo concetto: **“We can't save the world if we don't save ourselves first”**.

Non possiamo salvare il mondo se non salviamo prima noi stessi. Per vivere felici, aperti e in armonia con gli altri bisogna imparare ad accettare e a esprimere chi siamo davvero.

La confidence rende anche più attraenti, è risaputo.

Allora, cosa state aspettando? Ribaltate il vostro armadio, andate a fare shopping, cercate il mercatino dell'usato più vicino: rendiamo la nostra scuola la più cool dell'universo!

I giovani e la politica

Libertà di agire sul mondo

Mattia Montalbano

3E



Oggigiorno, è sempre più tangibile una discrepanza tra ciò che i giovani e ciò che gli adulti pensano. Infatti, quest'ultimi ritengono che noi adolescenti non siamo tanto interessati alla vita pubblica del nostro Paese, perché troviamo noiosi tutti i suoi aspetti che ci vengono insegnati a scuola. Io, come penso anche molti di voi, ritengo invece che **la nostra generazione sia costantemente immersa nella vita politica del nostro Paese, poiché siamo più interessati all'aspetto "diretto" della politica stessa, cioè all'espone liberamente ciò che pensiamo, al ma-**

nifestare contro qualcosa che reputiamo sbagliato, come ad esempio il surriscaldamento globale, il razzismo o la discriminazione dei membri della comunità LGBTQIA. Infatti, siamo stimolati principalmente da una politica di stampo ambientale, anti razziale e tale da lasciare spazio alla libertà di espressione e da permettere a tutti di vivere civilmente, senza distinzioni razziali o di genere. La nostra generazione è, molto più di quanto potrebbe sembrare, letteralmente circondata da spunti che ci fanno riflettere sulla vita politica. Quotidianamente, infatti, i telegiornali mostrano immagini

forti, che suscitano dolore e orrore, basti pensare a quelle che riguardano l'immigrazione, alle continue guerre in Oriente o alle tensioni tra Nazioni. Queste immagini, dal punto di vista morale, non ci lasciano indifferenti. Inoltre, i social network sono, oggi più che mai, centro della vita politica del nostro Paese. Grazie a questo fattore, abbiamo l'occasione di entrare immediatamente a contatto con la realtà politica. Per di più, la nostra generazione, non dimentichiamoci, è stata costretta, ed è costretta tutt'oggi, a vivere parte della sua adolescenza durante un periodo caratterizzato da continue restrizioni e decreti legge, i quali, ovviamente, **non ci hanno lasciati senza domande**: ci siamo chiesti, infatti, cosa questi fossero e a cosa servissero, da chi e in che condizioni si potessero emettere. Grazie a queste domande che ci siamo posti, anche a scuola, abbiamo scoperto il funzionamento del nostro Stato e della nostra vita politica. In aggiunta, il trascorrere il nostro tempo a scuola ha aiutato noi giovani a vivere in una società più multi-etnica che mai, a sottostare a regole di comportamento e ad avvicinarsi alla vita pubblica, in quanto **la scuola stessa è una "simulazione" di ciò che è veramente la nostra democrazia** (infatti si svolgono, ad esempio, assemblee di istituto o di classe, o manifestazioni). Dunque, noi tutti, consciamente o

inconsciamente, abbiamo sviluppato nell'ultimo periodo un nostro modo di pensare e di agire, sorto in gran parte dalla circostanza in cui viviamo, e, inevitabilmente, abbiamo sviluppato un interesse per la vita politica. D'altro canto, alcuni nostri coetanei tendono a disprezzare la politica, principalmente per il fatto che questa viene insegnata a scuola in maniera prettamente teorica nella materia di Educazione civica.

Dunque, potenzialmente, potremmo cadere in un disinteresse nei confronti della vita pubblica, nonostante la politica sia essenziale per il vivere civile fuori da scuola. Quindi, cosa potrebbe fare la scuola affinché non si incorra in questa conseguenza? A parer mio, questa dovrebbe insegnare ai propri studenti come esprimersi correttamente e come far valere le proprie opinioni, di modo che ognuno possa parlare liberamente riguardo la propria, personale idea di politica. L'obiettivo della scuola, infatti, è di preparare delle persone, dotate di intelletto, alla vita pubblica al di fuori dell'istituzione scolastica stessa. In conclusione, penso, come spero pensiate tutti voi, che la nostra generazione, per tutti i motivi precedentemente citati, **influirà attivamente sulla futura vita politica del nostro Paese**, evitando, così, di cadere in una forma di anarchia profondamente negativa.

Alla scoperta del sonno: l'inizio del viaggio

Libertà di dormire

Gabriele Giardini

5N



Benvenuti e Benvenute. State per intraprendere un viaggio alla scoperta del Sonno. In questa prima edizione ci concentreremo sulle prime due tappe del viaggio alla scoperta del sonno. Ci siamo Fabri? Pronti. Partenza. Via.

PERCHÉ DORMIAMO?

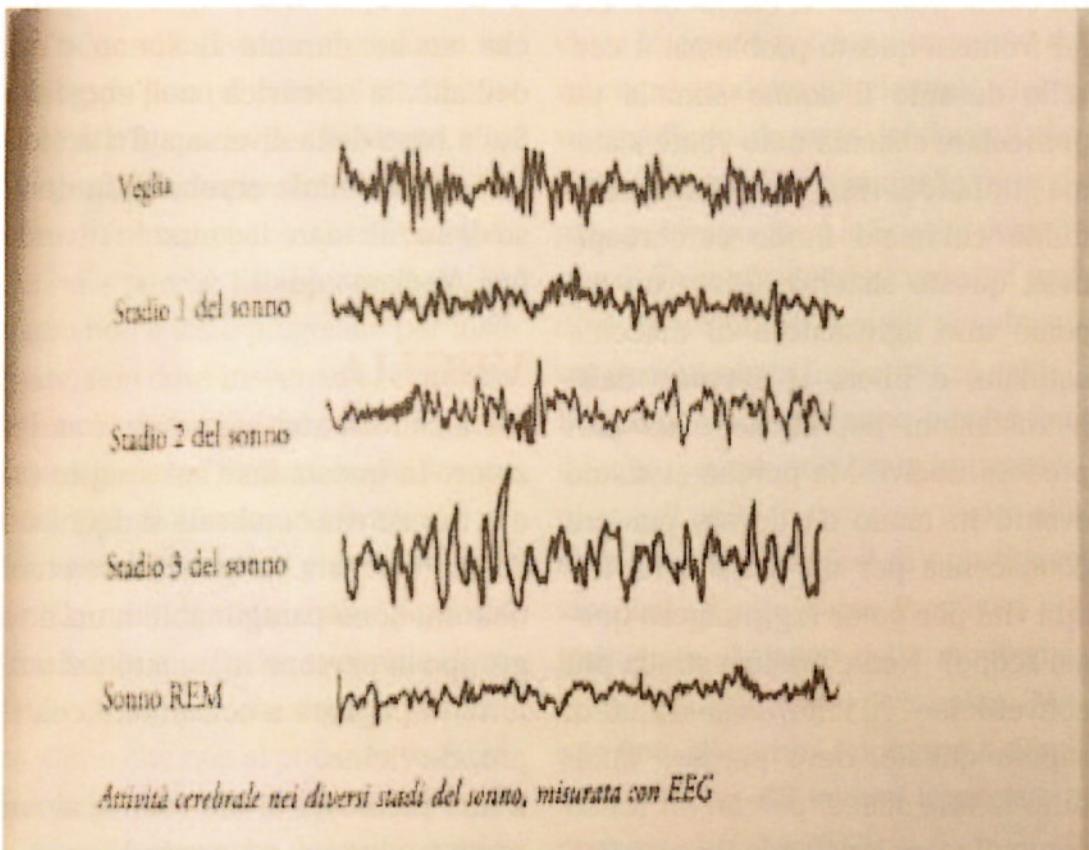
Immagino che tu sia uno studente (ssa), e che ora, casualmente, tu abbia sonno. In caso contrario, per i prossimi istanti credo tu non possa davvero fare a meno di pensarci, e credo anche che ti sia sorta la domanda: "Ho veramente sonno?". Al di

là di questo, ti sei mai chiesto qual è la vera finalità del sonno o perché tu debba proprio dormire? Scopriamolo insieme.

Da secoli gli scienziati hanno fatto il possibile per trovare la risposta definitiva a questa domanda. Anzi-ché portare a una teoria generale sulle ragioni per cui dormiamo, tut-tavia, gli studi hanno prodotto un gran numero di ipotesi alternative. **Un'idea molto accreditata, ad esempio, è che il sonno abbia una funzione rigenerante.** Durante l'arco della giornata, infatti il tuo corpo e il tuo cervello si sono visti impegnati nello svolgimento di

una miriade di mansioni, che hanno portato a un avido consumo di ener-gia e di sostanze importanti. Usia-mo l'ATP, ossia l'adenosintrifosfato, per produrre energia, il glucosio per produrre altra ATP, gli amminoacidi per sintetizzare le proteine, e così via. Di notte, durante il sonno, il corpo può concedersi una tregua da questa attività frenetica e finalmente ricostituire le riserve che durante il periodo di veglia sono state consu-mate. Sebbene questo motivo possa giustificare ampiamente la necessità di dormire, esso è solo un tassello del mosaico che è il sonno.

Oltre che a consumare energia, il corpo e il cervello producono co



stantemente una serie di sostanze potenzialmente tossiche. La produzione di esse dipende dalla mole di lavoro che il corpo compie durante la giornata: evidentemente una persona attiva impiega molta più energia rispetto a una persona sedentaria; conseguentemente stressa maggiormente il suo corpo e produce più prodotti di scarto. Parlando di prodotti di scarto, è doveroso menzionare un gruppo peptidico, noto come beta amiloide. Sostanze come questa si accumulano nelle cellule neuronali durante l'arco della giornata e, se non vengono scartate, possono alla lunga dare luogo all'insorgenza di malattie neurologiche tra cui la **malattia di Alzheimer**. Per far fronte a questo problema, il cervello durante il sonno stimola un particolare sistema noto come sistema glinfatico. Tramite un particolare fluido chiamato fluido cerebrospinale, questo sistema agisce un po' come uno sgrassatore di macchie ostinate, e libera il cervello dalle incrostazioni peptidiche e da altri prodotti nocivi. Ma perché ci siamo evoluti in modo da dovere perdere conoscenza per un terzo della nostra vita per poter raggiungere questo scopo? Non c'era una strada più conveniente? Al lettore che desidera sapere questo, devo porgere anzitutto le mie scuse, perché mi rendo conto di stare lanciando il sasso e di

stare nascondendo la mano. Tuttavia, anziché perdere tempo su domande potenzialmente senza risposta come queste, molti neuroscienziati si sono orientati verso un'altra destinazione: scoprire cosa succede durante il sonno.

FASI DEL SONNO

Nella seconda metà del Ventesimo secolo i neuroscienziati partirono dalle scoperte fatte sull'elettroencefalogramma dal Dott. Hans Berger, e iniziarono a esplorare l'attività cerebrale durante il sonno. In quegli anni la comunità scientifica era scettica nei confronti della possibile attività celebrale notturna, e fu dunque inaspettato scoprire che anche durante il sonno c'era dell'attività elettrica nell'encefalo. Sulla base della diversa attività elettrica delle cellule cerebrali, fu deciso di suddividere il sonno in diverse fasi. Vediamo quali.

VEGLIA

Sei a scuola, stai seguendo una lezione. In questa fase sei sveglio (a) e la tua attività cerebrale si definisce desincronizzata. In questa fase i tuoi neuroni sono paragonabili a un fitto gruppo di persone in un auditorium, tutte impegnate a conversare con il proprio vicino.

È una cacofonia di voci, senza alcun ritmo apparente, e a produrla sono

i tuoi neuroni che generano potenziali d'azione (scariche elettriche) in momenti diversi. Su un elettroencefalogramma (che da questo momento abbrevieremo in EEG) questo stato di veglia assomiglia a un mucchio di scarabocchi disegnati uno accanto all'altro.

STADIO 1 DEL SONNO

Sei molto stanco e la conferenza sulla "Fenomenologia dello Spirito" è tanto noiosa quanto incomprensibile. Decidi di chiudere gli occhi, ma solo per un momentino. La situazione, chiaramente, ti sfugge di mano e inizi a dormicchiare: sei entrato nella fase 1 del sonno. I tuoi muscoli si rilassano e la frequenza cardiaca diminuisce. I tuoi neuroni iniziano a generare potenziali d'azione in modo più sincronizzato.

La cacofonia assume un ritmo. Il tracciato dell'EEG è più regolare e ha una frequenza leggermente minore rispetto allo stato di veglia. Accomodati, i tuoi successivi dieci minuti li passerai in questa fase.

STADIO 2 DEL SONNO

Nello stadio 2 compaiono dei nuovi tratti sul tracciato dell'EEG: i fusi del sonno e i complessi K.

Queste sequenze sono caratteristiche del secondo stadio del sonno e sono utilizzate dalla comunità scientifica per operare una distinzione tra

le diverse fasi del sonno.

Su un tracciato EEG le prime si presentano come rapide successioni di creste d'onda, le seconde come onde con creste e valli molto pronunciate.

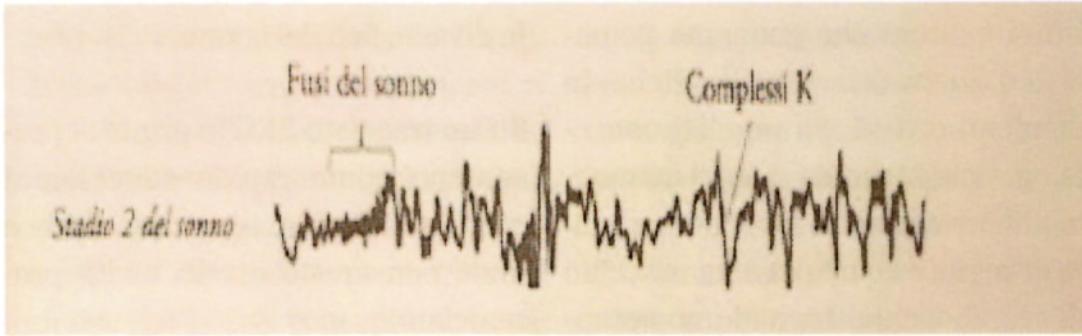
Non è ancora chiaro cosa stiano a indicare queste forme d'onda, o perché siano tipiche dello stadio 2. Possiamo affermare con certezza, però, che esistono e solo in questo stadio.

Anche nello stadio 2 il sonno è relativamente leggero, ma quando si entrerà nello stadio 3 la situazione cambierà in maniera radicale

STADIO 3 DEL SONNO

Lo stadio 3 del sonno viene sovente chiamato anche il sonno a onde lente, perché l'EEG registra onde lente e grandi, di ampiezza alta e frequenza molto più bassa. Nello stadio 3 l'attività celebrale è molto diversa dall'attività desincronizzata dello stadio di veglia. I neuroni si coordinano e in gruppo producono potenziali d'azione secondo uno schema ben ritmato.

Se dovessimo fare la stessa similitudine di prima, in questo caso le persone nell'auditorium non sarebbero più impegnate in conversazioni singole ma canterebbero all'unisono come un coro di monaci gregoriani. Questo stadio dura circa 45 minu



ti ed è fondamentale per gli effetti rigenerativi del sonno menzionati prima. In questo stadio il sonno è profondo.

FASE REM

La fase REM è la fase finale del sonno e ha una durata tipicamente di 15-25 minuti. Il nome REM sta, in Inglese, per "Rapid Eye Movement" ossia movimento oculare rapido. Dall'esterno il corpo sembra stare attraversando la fase di riposo più profonda, ma l'unica contraddizione apparente è che il movimento oculare sotto le palpebre è molto rapido.

I tuoi muscoli sono completamente rilassati e se una persona qualunque ti prendesse il braccio e lo lasciasse cadere sul banco, tu non opporresti neanche la minima resistenza. La particolarità che dall'esterno non si riesce a cogliere è che l'attività cerebrale in questa fase è molto simile a quella in fase di veglia.

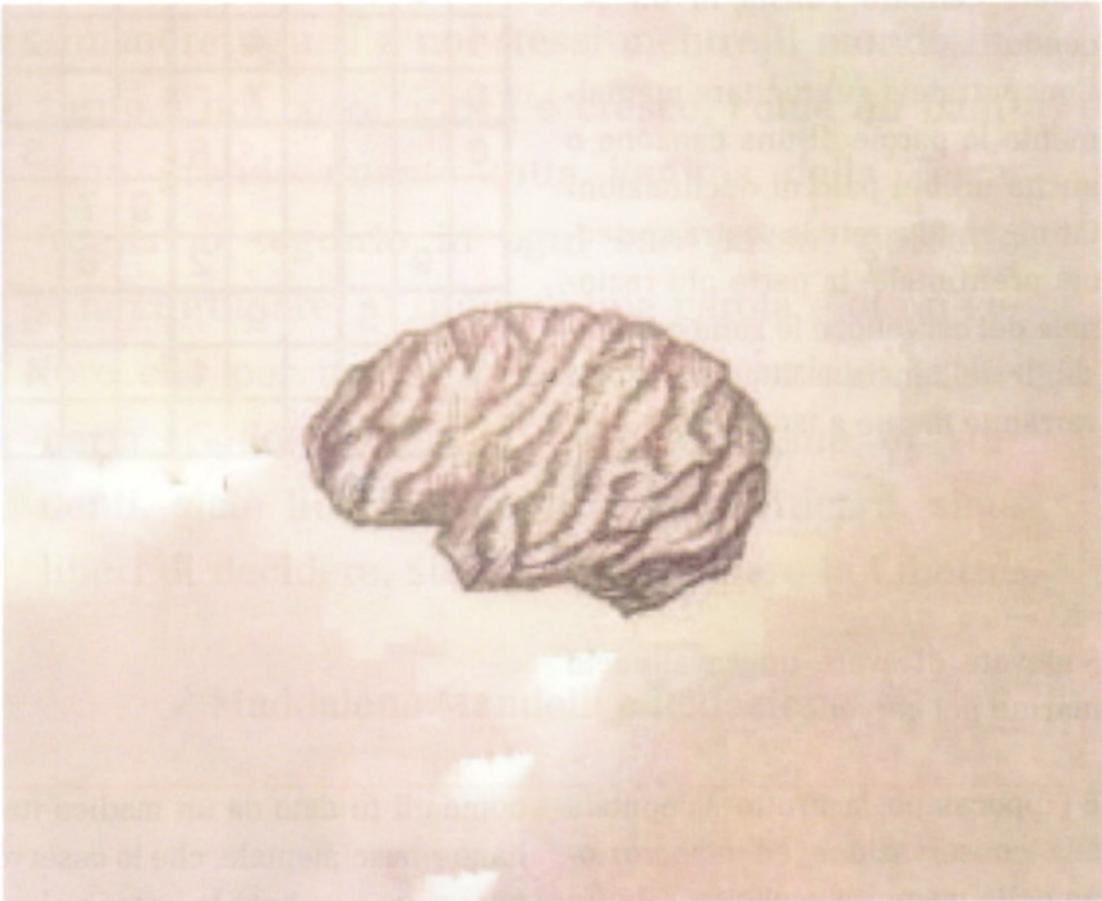
Il tracciato dell'EEG nella fase REM cambia conformazione rispetto a quello del terzo stadio del sonno per assumere un aspetto similare a

quello della fase di veglia. Per questa discrepanza tra attività motoria e cerebrale il sonno REM è stato chiamato anche "sonno paradossale". È in questa fase che sperimentiamo i sogni più vividi, e si ritiene che i movimenti oculari del sonno REM corrispondano ai movimenti che faremmo se stessimo osservando le scene che si svolgono nei nostri sogni. Conclusa la fase REM si chiude il primo ciclo del sonno, dalla durata complessiva di circa 80-100 minuti. Durante la notte, il nostro corpo va, complessivamente, incontro a circa 4-6 cicli.

Con il progredire dei cicli, il tempo trascorso nella fase 3 diminuisce leggermente per concedere più spazio alla fase REM. Nella prossima tappa del nostro viaggio vi insegnerò a calcolare da quante fasi REM è composto il vostro sonno; ma per questa edizione è tutto. Se è stata di vostro gradimento vogliatene bene a chi l'ha scritta. Ma se invece fossi riuscito ad annoiarvi, credete che non s'è fatto apposta. Alla prossima.

Neurogames, per volare subito dalla scienza ai vostri amati giochi

Mentre state leggendo questa questa frase, il vostro cervello ha già corretto la ripetizione della parola "questa" per rendere il periodo più comprensibile: un'altra prova della capacità di adattamento del nostro sistema nervoso. Vi sentite già più intelligenti, vero?



9	1						
6	8			5	3	4	
					1		
	7			2		8	5
5	3			4	2	1	
		2	5	9	8		3
3		5		7			6
			3	4		8	
						4	

Potete leggere una trattazione di filosofia economica in un ambiente rumoroso come un centro commerciale, ma basta che qualcuno vi chiami per nome anche a bassa voce perché la vostra attenzione venga subito carpita: colpa delle vostre strutture cerebrali interconnesse.

Volete calmare l'ansia in un secondo?

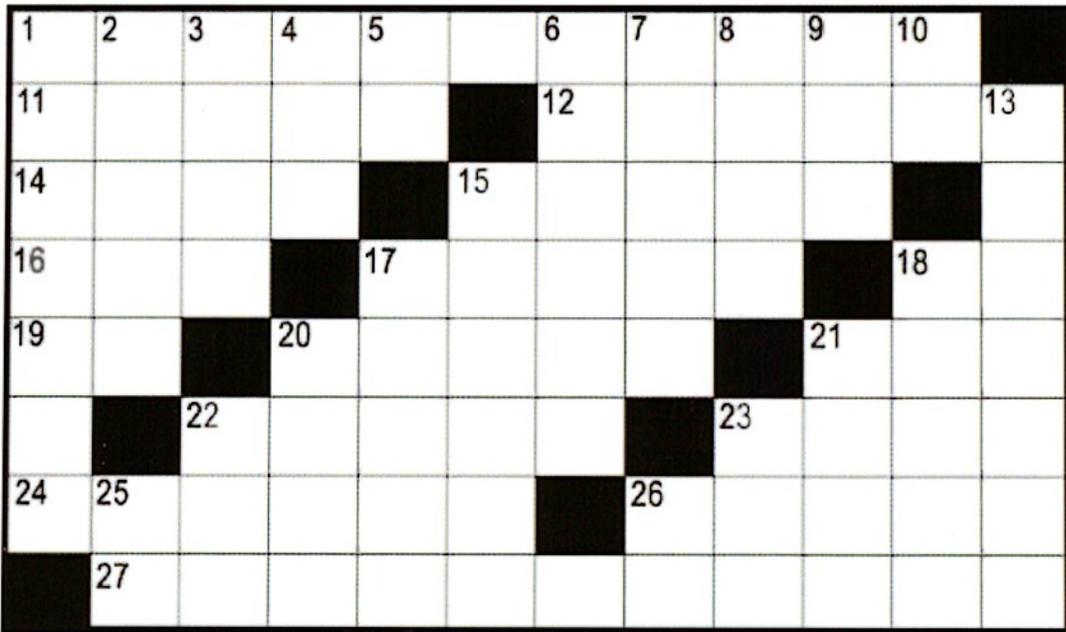
Concentratevi sul recitare mentalmente le parole di una canzone o anche un bel paio di declinazioni latine: riattiverete la vostra corteccia prefrontale, la parte più razionale del cervello, e le zone responsabili dell'ansia e delle emozioni verranno messe a tacere.

	3			5		4		7
1				4				2
9				7				
6					8			3
						9	7	
	9				2		6	
		5		2				6
3					1			4
		6						

Sapevate di avere un cavalluccio marino nel cervello?

È l'ippocampo, la struttura deputata alla conservazione ed elaborazione della memoria esplicita; il buffo

nome gli fu dato da un medico italiano rinascimentale, che lo osservò per primo e ne notò la forma unica.



ORIZZONTALI

- L'argomento dei libri per gli appassionati di cucina.
- Agro come il limone.
- Con il tempo, assume una colorazione giallastra.
- La tradiscono gli sbadigli.
- Provoca molti fallimenti.
- Un calciatore d'attacco.
- Smancerie da smorfiosette.
- Lo si dice chiaro e tondo.
- L'inizio della salita.
- Vi si siede lo scolaro.
- Chi è vendicativo, lo rende per focaccia.
- Uccelli simili ai merli.
- L'isola del celebre Colosso.
- E' lieto a ogni nascita
- Così si dicono i Musulmani quando si incontrano.
- Sposa il Principe Azzurro.

VERTICALI

- Fanno parte della morsa.
- Si sfilaccia abbottonando.
- Ascolta per poi riferire.
- Indica quanto manca.
- Mettono fine al lavoro.
- Le dilata uno starnuto.
- Un animale come la capra.
- Guidò gli Ebrei nell'Esodo.
- In mezzo al labirinto.
- Le hanno cani e gatti.
- Una che ha lo stesso nome.
- L'avvoltoio delle Ande.
- Sta fra la Terra e Giove.
- Rafael, grande tennista.
- E' vicinissima a Colonia.
- La notte vi dura sei mesi.
- Il chiodo del golf.
- E' più grosso del "mouse"
- Iniziali di Capossela.
- Le consonanti dei sani.

**ABBANDONANDO LE NOIE E LE PROFONDE
TRISTEZZE**

**CHE CARICANO DEL LORO PESO
L'ESISTENZA BRUMOSA,**

FELICE COLUI CHE PUO CON ALI VIGOROSE

**SLANCIARSI VERSO CAMPI LUMINOSI E
SERENI,**

**COLUI I CUI PENSIERI, SIMILI ALLE
ALLODOLE,**

**LIBERI SI SLANCIANO VERSO I CIELI AL
MATTINO,**

**CHI PLANA SULLA VITA E COMPRENDE
SENZA SFORZO**

**IL LINGUAGGIO DEI FIORI E DELLE COSE
MUTE!**

**ELEVATION
CHARLES BAUDELAIRE
LES FLEURS DU MAL
1857**