



sui protagonisti  
della DAD

Anno Scolastico 2020 - 2021



associazione CITTADINI DEL MONDO o.d.v.  
21018 Sesto Calende - p.za Berera – Casa del Cuore

Telefono: 3349165318 [cittamondo@gmail.com](mailto:cittamondo@gmail.com) <https://cittadinidelmondo.blog>

“ZOOM”, come la piattaforma che ci ha permesso di rimanere uniti in questo anno di forzato distanziamento.

Ma “ZOOM” anche come strumento che ci permette di focalizzare, ingrandendole, le cose vicine e di avvicinare quelle lontane.

Questa edizione del nostro tradizionale ‘libro di scuola’ è un segno di resistenza e di fiducia.

Abbiamo iniziato questo anno scolastico ‘in presenza’, cioè –quasi– normalmente in locali attrezzati.

‘Quasi’ normalmente: in realtà tutti con la mascherina sul viso, in luoghi che non erano le nostre solite aule scolastiche, ma locali in edifici diversi trasformati per l’occasione in aule.

E, nonostante tutte le precauzioni, lo stare fisicamente insieme è durato poco. Ben presto abbiamo dovuto fare scuola a distanza e in questa modalità abbiamo continuato per tutto l’anno.

Noi insegnanti, oltre che abituarci all’uso delle tecnologie, abbiamo dovuto inventarci una didattica nuova, che riuscisse a coinvolgere tutti e ciascuno, pur in una situazione che favoriva noia e distrazioni.

Gli studenti si sono dovuti adattare a condividere i tempi della scuola con figli, familiari, mancanza di spazi appropriati, difficoltà di concentrazione, strumenti tecnologici molto semplici.

Bene. Ce l’abbiamo fatta.

Anche se ci mancano lo sguardo diretto, l’interscambio immediato, il contatto fisico, tanto più importante in quanto a volte supplisce alla mancanza della parola per esprimere idee ed emozioni.

GRAZIE ai nostri studenti, che ci hanno creduto e hanno avuto fiducia in noi.

E grazie a ZOOM, cui questo libro è dedicato.

I docenti: Alessandra, Donatella, Franco, Giampiero, Giovanni, Mauro (Ettore), Mirella, Trisha.

## **PRESENTAZIONE E INDICE**

I materiali che costituiscono questo libro sono stati organizzati per corsi. Ogni corso della nostra scuola ha prodotto articoli, racconti, riflessioni, con un linguaggio che rispecchia i differenti livelli di conoscenza della lingua italiana. Le varie parti sono in successione che rispecchia la progressiva padronanza della lingua.

Le prime due parti contengono i materiali prodotti dai corsi di livello A1, A2 e B1 e trattano l'argomento: Didattica a distanza e Zoom come piattaforma telematica.

Nella terza parte si trovano articoli provenienti da diversi gruppi, con livelli di conoscenza della lingua che variano dall'A2 al B1. Ci sono ricordi del proprio paese, momenti di festa e incontri con la sofferenza.

La quarta parte può intitolarsi: "Guardare vicino, guardare lontano": dal vicino delle nostre storie personali al lontano del mondo, che non ci è estraneo. I testi sono scritti dal gruppo della terza media e, più in generale, dagli studenti di livelli B1-B2.

La quinta parte, infine, è prodotta dal gruppo serale, più avanzato, e contiene riflessioni sul nostro momento storico.

	Pag.
<b>Parte prima:</b>	2
"DAD: Donatella a Distanza"	
<b>Parte seconda:</b>	14
Punti di vista	
<b>Parte terza:</b>	21
Esperienze di festa e di sofferenza	
<b>Parte quarta:</b>	34
Con zoom dalla mia storia...al cielo stellato	
<b>Parte quinta:</b>	55
Uno sguardo sul mondo – Pensieri sul nostro tempo	

## Parte prima:



### CLASSE MATTINO 1

#### **LA MIA ESPERIENZA A SCUOLA**

Sono in Italia da 15 mesi, pertanto devo imparare la lingua italiana. Questo per meglio comunicare con le persone e per questo motivo mi sono iscritta a scuola, ma purtroppo l'ho fatta quasi un mese e mezzo a causa del covid-19 e confinamento.

Nonostante quello la mia maestra decide di continuare a studiare con l'applicazione Zoom, è stata una buona idea perché posso imparare diversi vocaboli e alcune regole, ovviamente tutto quello grazie all'impegno della nostra maestra. In questa occasione grazie mille Donatella.

**ASSIA (Marocco)**



## **ZOOM IL NOSTRO SALVATORE AL TEMPO DEL COVID**

Sono Mariem, tunisina, sono in Italia da 5 anni. Parlo della mia esperienza personale con due bambini: uno che fa la scuola elementare e io faccio il corso di italiano.

All'inizio vorrei ammettere che questa esperienza mi è stata molto vantaggiosa perché in questo periodo stare a casa e senza uscire, senza difficoltà, posso imparare l'italiano in sicurezza grazie alla mia brava maestra e grazie a Zoom. Per mio figlio non è stato facile ma è stato necessario per non contagiare e non essere contagiati.

Con un bambino alle elementari l'approccio al computer non è facile, è più difficile mantenere alta attenzione, la concentrazione è labile, ma piano piano i bambini con aiuto delle famiglie e degli insegnanti sono riusciti a capire come funziona e la scuola a casa è diventata la nostra routine giornaliera, fondamentale è stata l'organizzazione.

I bambini hanno fatto lezione di tutte le materie.

Questa la nostra esperienza: c'è il bene come c'è il male ma siamo fortunati e tanti altri paesi poveri non hanno avuto questa esperienza (didattica a distanza/Zoom).

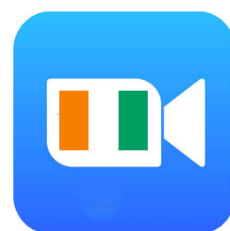
Un grazie a tutti i maestri, tutte le scuole, grazie all'Italia e grazie a Zoom se possiamo avanzare. **MARIEM** (Tunisia)



## **ZOOM**

Zoom è un'applicazione che ci permette di seguire bene i corsi, ci permette di parlare e ascoltare. Mi piace molto l'applicazione perché stiamo migliorando il nostro corso di italiano.

**SARA** (Costa d'Avorio)



## **ZOOM SUONANDO IN BRASILE**

Sono una brasiliana a cui piace molto imparare. Quando sono arrivata in Italia, ho iniziato a seguire un corso di lingua, inizialmente faccia a faccia con maschera e distanziamento. In aula sono presenti pochi alunni di diversa nazionalità.



Col passare dei giorni ho iniziato a capire e imparare la lingua italiana.

Questo è stato possibile solo con l'aiuto di un'insegnante molto brava di nome Donatella, una persona dal cuore grande quanto l'universo e orgogliosa della sua professione.

Adesso non possiamo più vederci a causa della pandemia, così Donatella ha deciso in modo molto intelligente di continuare e ha avuto la brillante idea di incontrarci online. Zoom è l'app più utilizzata al momento e grazie a questa ci siamo riuniti di nuovo.

Gli orari e i giorni sono gli stessi, ma ogni studente si collega dalla sua casa e ci parliamo attraverso uno schermo.

E' un'ottima esperienza perché possiamo continuare a seguire le lezioni anche se non sono in Italia.

Bene, ora sono in Brasile ma riesco a connettermi anche se il fuso orario è diverso. La sveglia suona molto presto alle 04:30Mi preparo in attesa della lezione della maestra Donatella.



**DANIELE** (Brasile)

## **SE NON CI FOSSE STATO ZOOM**

Da quando è iniziato il covid la gente ha iniziato a usare Zoom per comunicare con i compagni di classe e per studiare. Anche io sono una di quelle che hanno usato Zoom per imparare la lingua italiana. Questa app. ci ha aiutato a comunicare. Se non ci fosse stato Zoom non ci saremo trovati come adesso.



Speriamo di tornare come prima. **SIHAM** (Marocco)

## ***COSA CI UNISCE.***

Per quanto la tecnologia influenza negativamente la società, ZOOM mi fa sognare! Mi fa abbracciare il futuro, mi fa conoscere la cultura, condividere le storie, le esperienze, mi fa conoscere l'Italia, il Togo, la Tunisia, la Costa d'Avorio, gli Stati Uniti senza nemmeno uscire di casa.

Mi collego con tutti quei paesi attraverso Bia, Mariem, Sara, Siham, Steve... ogni martedì e giovedì. Tutto questo è possibile grazie alla squadra volontaria che dedica parte del loro tempo per insegnarci l'italiano. La Tecnologia, l'amore, l'empatia, il tempo, i sogni, la speranza  
- ZOOM è ciò che ci unisce nel 2021.

**JÉSSICA** (Brasile)



## ***LA MIA ESPERIENZA A SCUOLA***



Le lezioni con la Zoom mi sono state molto di aiuto per apprendere la conoscenza parlata e scritta della lingua italiana.

Ora inizio a comprendere la lingua italiana più nell'orale che nello scritto, ora riesco a dialogare con persone italiane con meno difficoltà e questo mi aiuta moltissimo nel farmi capire.

Tutto questo grazie alla mia prof. Donatella di Italiano, che in tutte le lezioni in didattica ci insegna a scrivere e parlare la lingua.

Tramite la scuola ho conosciuto altre persone straniere e provenienti da altri stati lontani dall'Italia. Persone che provengono dal Brasile, dal Marocco, dall'America, ecc.

Sono ansiosa di superare l'esame finale con esito positivo, ne sarei molto contenta e soddisfatta dopo tutto l'apprendimento fatto in questi mesi.

Un grande ringraziamento alla mia prof. Donatella per il suo insegnamento.

**ZUZEL** (Cuba)





## **DA HOLLYWOOD AL LAGO MAGGIORE**

Non avevo intenzione di trasferirmi in Italia, sposare una modella e comprare una barca ... è semplicemente successo.

Ero perfettamente felice di lavorare dalle sessanta alle settanta ore alla settimana inseguendo il sogno americano di assicurarmi di avere le stesse cose materiali dei miei vicini.



Poi è successo, mi sono innamorato di una bellezza italiana che sarebbe diventata mia moglie. In quel preciso momento, la mia vita è cambiata. Stare con Aurora mi ha insegnato che nella vita c'era molto di più del semplice lavoro.

Che un equilibrio tra Dio, salute, amore, arte, avventura, viaggi e passione per il lavoro è veramente "LA Dolce Vita". Per sviluppare un equilibrio, ogni febbraio andavamo in un paese diverso per sperimentare una cultura diversa. Io lavoravo da remoto sul mio computer. Avevo teleconferenze con i miei clienti con Zoom, Skype e Teams.

Nel 2020 abbiamo deciso di fare una pausa da Hollywood e volare in Costa Rica. Nel mezzo delle nostre due settimane di vacanza in Costa Rica, il Coronavirus ha iniziato a perdere il controllo. All'improvviso siamo rimasti bloccati in Costa Rica.

Dopo cinque mesi in Costa Rica, si è aperta una finestra da cui potevamo uscire dal Costa Rica. Abbiamo avuto la possibilità di tornare a Hollywood o andare in Italia. Il virus peggiorava di minuto in minuto negli Stati Uniti. Gli Stati Uniti erano nel mezzo di una rivolta politica a causa delle elezioni. In quel momento, l'Italia aveva un buon controllo del virus e un sistema sanitario superiore agli Stati Uniti. Eravamo fiduciosi che l'Italia fosse la nostra migliore opzione. Inoltre, abbiamo famiglia e amici nella nostra piccola città in Italia. Il nonno di mia madre era del Lago di Garda, non lontano dal paese di Aurora sul Lago Maggiore.



Trasferirsi in Italia è stata la decisione migliore della mia vita. Dopo aver ottenuto il mio permesso di soggiorno, la prossima cosa che ho dovuto fare è imparare l'italiano. Sono davvero fortunato che mia suocera mi abbia fatto conoscere Donatella Freddi, insegnante di lingue presso la SCUOLA DI LINGUA ITALIANA PER STRANIERI DI SESTOCALENDE. Dato che Covid era ancora un problema mondiale, ho potuto frequentare i miei corsi di italiano con il mio computer e la tecnologia Zoom. Dato che ho lavorato per anni a distanza per i miei clienti negli Stati Uniti, ho scoperto che imparare l'italiano al computer con Zoom è preferibile piuttosto che prendermi del tempo dalla mia giornata impegnativa e viaggiare per le lezioni. È una vera benedizione che l'Associazione Cittadini del Mondo di Sesto Calende (Varese) offra corsi di italiano per STRANIERI.



**STEVE** (Stati Uniti d'America)



**IL NOSTRO GRUPPO DISEGNATO  
DA JESSICA**

## **LA MIA ESPERIENZA CON ZOOM**

Sono Bia EKLOU-SADZI, Togolese di trent'anni.

Questa è la prima volta che seguo corso online su Zoom.

Ammetto che sia una bella esperienza perché anche se non siamo in contatto diretto con la Maestra e gli altri compagni di classe c'è un'atmosfera, un certo legame che si è formato tra di noi che non riesco a spiegare.



La nostra maestra Donatella è sempre attenta alle nostre preoccupazioni. D'altra parte, studiare su Zoom a casa non è facile con un bambino piccolo. Non mi lascia studiare ed è difficile controllarlo e studiare allo stesso tempo.

Ma alla fine è comunque una bella esperienza perché nella vita per avere successo devi adattarti a qualsiasi situazione.

Un sincero ringraziamento alla nostra Maestra per la sua disponibilità, entusiasmo, motivazione e amore per l'insegnamento.

Grazie mille di tutto Maestra Donatella. Che Dio benedica e rafforzi Lei e tutta la squadra di "Cittadini Del Mondo" Sesto Calende.

**BIA (Togo)**



## **CLASSE DEL POMERIGGIO**

### **NOVEMBRE 2020**

Nel novembre del 2020 ho iniziato a studiare a casa online. Non possiamo più andare a scuola. Usiamo un'applicazione chiamata Zoom. È davvero fantastico perché possiamo studiare e imparare la lingua italiana e possiamo anche tenerci al sicuro e posso vedere la mia maestra, i miei amici che ho incontrato a scuola.

Si chiamano Rina, Amina e Mrida dalla Bangladesh, Aida, Imen e Narjes dalla Tunisia come me, c'è anche Gabriella dal Perù, c'è anche una nuova ragazza che si chiama Fatima dal Marocco:

Mi piace molto la mia maestra lei è molto gentile ... spero che torniamo a scuola presto.



**DORSAF** (Tunisia)

### **LA SCUOLA ON LINE**

Causa coronavirus non potevo più andare alla scuola per studiare la lingua italiana. Fortunatamente hanno deciso di studiare on line.

Per me va benissimo perché abito lontano dalla scuola e ho un bimbo ancora piccolino.

Però i punti negativi è che mi mancano i miei amici e la passeggiata con loro sul lago, e mi manca anche la mia maestra e l'ambiente della scuola.



**IMEN** (Tunisia)

### **A SCUOLA CON ZOOM**

Zoom è un'applicazione gratuita con il video che permette di comunicare dal proprio telefono.

Grazie a questa applicazione riesco frequentare le lezioni da casa, cosa che non potevo fare perché ho una bimba di tre anni. In più Zoom mi ha permesso di fare nuove amicizie.

Per questi motivi mi piace molto l'applicazione.



**NARJES** (Tunisia)

## **LEZIONE CON ZOOM**

Quest'anno che c'è il coronavirus per forza dobbiamo fare il corso di italiano con Zoom con la maestra Donatella che è una bravissima persona, che dà energia, dà il massimo di spiegazione per far capire meglio la lezione.

E mi dà la voglia per studiare e per contattare gli amici e soprattutto la nostra maestra è simpatica e sempre con il sorriso. Rimango ad aspettare quei due giorni della settimana è veramente un divertimento. Spero che il prossimo anno torniamo insieme a scuola.



**AIDA** (Tunisia)

## **E INDOVINA UN PO'**

Zoom è una delle migliori applicazioni nei social media. Sono una studentessa della scuola di stranieri, per la situazione pandemica non vado a scuola per colpa del covid-19.

Sto iniziando i miei studi a casa con Zoom, e indovina un po', è stata un'applicazione incredibile, incontrare la mia insegnante e i miei compagni di classe, quindi mi piace molto. Grazie Zoom.



**MRIDA** (Bangladesh)

## **GRAZIE ZOOM**

Quest'anno di scuola non è stato facile per nessuno con la pandemia ma, sul piano personale è stato appropriato perché io faccio la badante ed era molto difficile andare a scuola però con Zoom ho potuto studiare dal mio lavoro. Ho imparato tanto e sono contenta di avere conosciuto molte persone anche se non è la stessa cosa come andare a scuola. La maestra è stata sempre molto buona e comprensiva con tutti perché non è stato facile usare questo mezzo online e so che tutti hanno imparato tanto da lei. Grazie a Zoom non abbiamo smesso di imparare la lingua italiana e spero solo che finisca la pandemia e potere conoscere personalmente i miei compagni di classe e vedere la mia cara maestra Donatella.



**ANA STHEFANY** (Perù)

## PICCOLA CLASSE DEL POMERIGGIO 2

### ***NOI TRE***

Mi chiamo Zahra, ho due figlie ed un marito, abbiamo conosciuto un'app. di nome Zoom molto soddisfacente a quanto pare... mi ha aiutata a finire l'anno, ad imparare di più di quanto so e a conoscere nuove persone e capire la loro vita.

Ogni volta la mia maestra Donatella, la mia compagna Aishe ed io ci divertiamo sempre, ci conosciamo meglio e pian piano impariamo a scrivere e a parlare di più. Vorrei ritornare a quei tempi dove con la mia maestra parlavamo e ridevamo senza fine.



**ZAHRA** (Marocco)

### ***INTERVISTA***

#### ***Parlami di te.***

Mi chiamo Aishe, sono albanese, sono in Italia dal 2009 ma non parlo bene l'italiano.

#### ***Vai a scuola ?***

Sì. Faccio la scuola di italiano con Zoom a Sesto Calende.

Prima ero in una classe grande ma ora sono in una classe molto piccola (siamo solo in tre) : la maestra, io e la mia compagna di classe che si chiama Zahra, viene dal Marocco e abita a Sesto Calende come me.

La mia maestra si chiama Donatella e è molto brava e gentile.

#### ***Ti piace fare lezione?***

Sì, molto. Sono comoda con Zoom perché posso curare il mio nipotino.



**AISHE** (Albania)

## CLASSE MATTINO 2

### ***SONO ZINEB LAOUANE***



Un anno e mezzo fa sono venuta in Italia da mio marito Poi sono entrata in una biblioteca per imparare l'italiano, poi nel momento in cui è arrivato il covid mi sono fermata. Poi ho trovato fatica a comunicare con la gente in generale e quando abbiamo fatto il battesimo per mia figlia è venuta da noi Siham e mi ha detto che c'è una maestra che insegna

l'italiano con una applicazione che si chiama Zoom e la maestra si chiama Donatella Freddi è molto gentile e aiuta gli stranieri a superare tutte le difficoltà della lingua. Grazie alla applicazione Zoom stiamo imparando tante cose nuove ed è anche più facile per le mamme che hanno figli a casa: perché possiamo tranquillamente studiare e fare i compiti e seguire senza problemi.



Grazie mille Donatella per la tua pazienza e per il tuo tempo prezioso.

**ZINEB** (Marocco)

### ***GRAZIE, GRAZIE MILLE***

Mi chiamo Manar, sono marocchina, sono sposata, ho 2 figlie, una si chiama Asiya e ha 7 anni, la seconda si chiama Safrà, ha 3 anni e sono molto belle. Abito a Monvalle, in Italia ho passato cinque anni, non parlo l'italiano a casa, sempre parlo in arabo e un giorno è arrivata la mia amica e mi ha detto che c'è una scuola per stranieri per parlare in italiano a Laveno. Io ci voglio andare ma il problema è che dove abito non c'è il pullman. Ho una vicina di casa che si chiama Miryam, ci ha portato la prima volta e a scuola ho conosciuto tante donne, anche la maestra che si chiama Donatella è molto gentile, ci portava a scuola in auto. Sono molto contenta, con la mia maestra adesso facciamo la scuola con Zoom. Grazie, grazie mille.

**MANAR** (Marocco)





***BISMIALLAH RAHMANI RAHIM!! IN NOME DI ALLAH IL MISERICORDIOSO.***

Ecco per me quest'anno davvero speciale, sono tornata a studiare la lingua italiana e sono davvero contenta.

Ti ringrazio cara mia maestra. Il mio nome è Fatiha e sono marocchina.

**FATIHA** (Marocco)



### ***HO INIZIATO A IMPARARE***

Io sono MahailaHimi, ho 23 anni, sono sposata da sette anni e sono in Italia da cinque anni. Ho due figli e non parlo bene l'italiano. Un giorno stavo parlando con una mia amica che si chiama Kadija e mi ha suggerito di studiare usando l'applicazione Zoom con la maestra che si chiama Donatella Freddi.

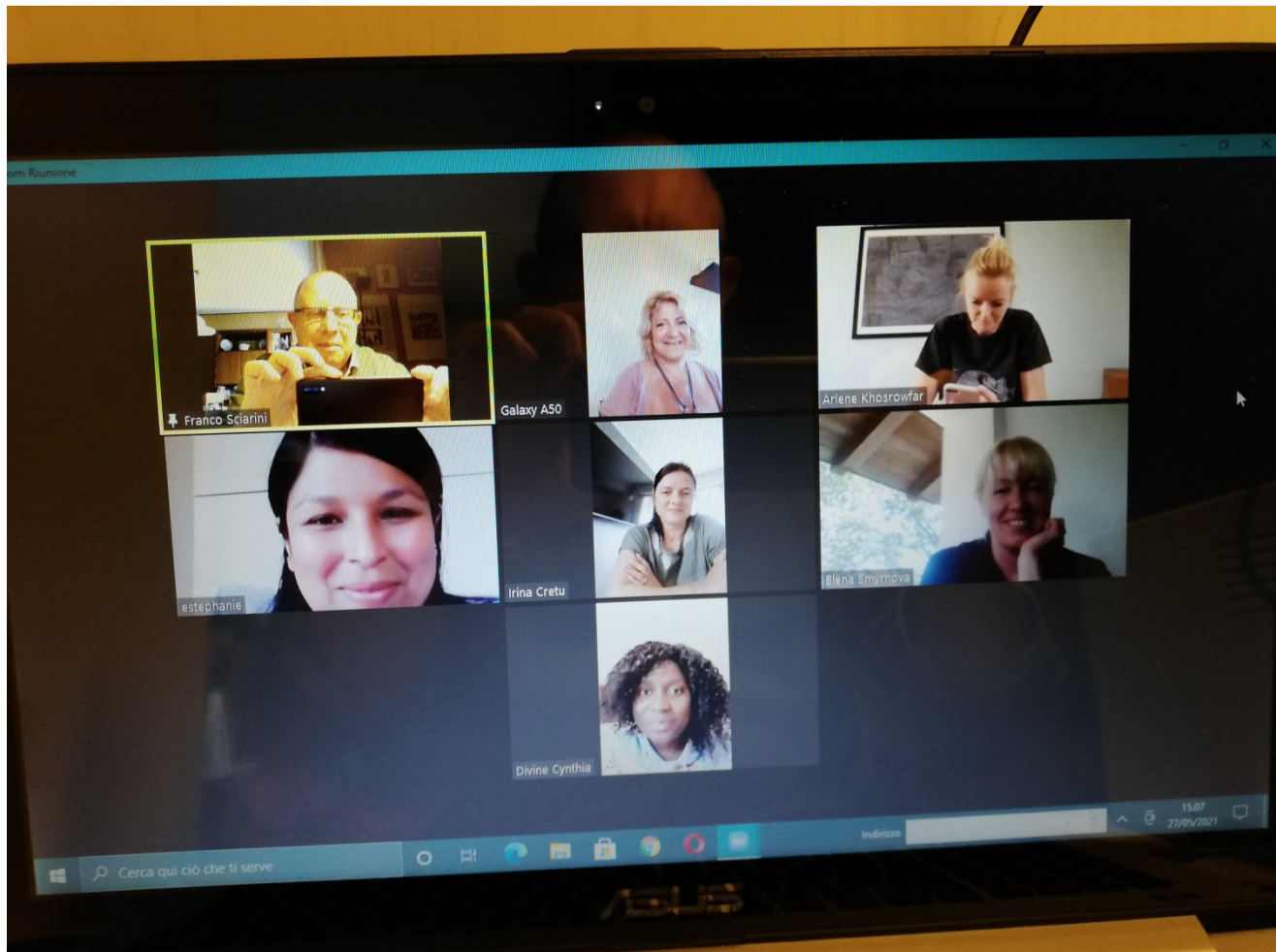
L'idea mi è piaciuta ed è iniziata con la maestra, mi è piaciuta la gentilezza con cui ci ha trattato e insegnato gratuitamente. Anzi è un insegnante di classe nei suoi rapporti e adora gli stranieri. L'esperienza con la maestra Donatella è meravigliosa, grazie perché con te ho iniziato a imparare.

Grazie Donatella Freddi.

**MAHAILA** (Marocco)



## Parte seconda: PUNTI DI VISTA



### Impressioni sulla DAD

In questi giorni confusi e convulsi, mentre tutti siamo immersi in un'emergenza sanitaria che stravolge le routines di studio, lavoro, vita, ci hanno costretto a studiare a distanza, a sperimentare. L'insegnante, dalla proprio casa, tiene una videoconferenza a tutti gli alunni che possono accedere contemporaneamente, qualsiasi dispositivo abbiano.

Prima di questo momento di pandemia, io frequentavo la scuola per adulti in presenza, con i miei colleghi, trovandomi benissimo, ma questa nuova abitudine tecnologica non dà quelle emozioni che solo un contatto umano regolare può dare. Con la didattica a distanza è più facile distrarsi rispetto alle lezioni in classe, è più difficile chiarire dei dubbi.

Comunque, grazie alla piattaforma sto imparando ad utilizzare applicazioni che mi facilitano la possibilità di avvicinare i miei cari che sono lontani, vederli, parlare con loro, e viceversa.

**(Irina)**

## **Quindi, parliamo di Zoom...**

Zoom: parola inglese che significa ingrandire. Un dispositivo che ti consente di ingrandire un'immagine. Penso che ognuno di noi almeno una volta nella vita l'abbia utilizzato in fotografia, ad esempio, quando è necessario riprendere uccelli, animali, insetti e altri scatti che non si possono fare a distanza ravvicinata. A volte è bello essere un po' paparazzi e guardare impercettibilmente dietro le quinte di un grande teatro chiamato Vita, in un mondo che è inaccessibile per noi vicino ...

Ma c'è anche un altro uso ..

L'anno scorso è stato particolare e strano. Ha cambiato le regole di vita per il mondo intero. Siamo a casa da diverse settimane ormai. È particolarmente importante in condizioni di isolamento trovare vie di comunicazione, perché la vita va avanti. A questo punto, Zoom viene di nuovo in nostro soccorso: una piattaforma di videoconferenza basata su cloud.

Ho scoperto Zoom per la prima volta quando la nostra scuola di italiano per stranieri, come molte altre, è passata a questa forma di studio. L'ho trovato molto comodo e facile da usare. Per le persone che lavorano o hanno altri impegni o vincoli di tempo, Zoom è una manna dal cielo. Quando lo schermo del monitor si accende, le distanze, le città e i Paesi scompaiono tra di noi e mi sento di nuovo come in una classe, accanto al mio insegnante e ai miei amici. Non vedo l'ora che arrivino le nostre lezioni, di solito sono molto vivaci e due ore volano come un istante. I miei compagni di classe sono venuti in Italia da diversi Paesi e mi piace molto questo mix di culture e accenti. Eravamo tutti uniti dalla lingua italiana. Il nostro insegnante ha talento nel trovare vari compiti interessanti e insoliti per noi e trova sempre il tempo e le ragioni per ridere e scherzare. Sono grata a Zoom per averci dato l'opportunità di stare di nuovo insieme.

**(Elena)**



## **Un grido di dolore: voci dalle Superiori di Sesto Calende**

Dopo un mese dalla sospensione dell'attività didattica a causa della pandemia da coronavirus, sulla scena dell'istruzione italiana ha fatto il suo ingresso la DAD.

In termini di vantaggi e svantaggi, con la DAD si cambia molto.

Con la Didattica a Distanza si ha un carico di lavoro eccessivo, i docenti danno troppo da studiare, troppi compiti...non capiscono, a volte, la situazione: se si dice che non sentiamo, se si blocca il video, se la rete non va e ci si scollega, ci sentiamo ripetere che è un nostro problema.

Un giorno, una nostra compagna di classe aveva l'interrogazione di inglese, ha acceso la telecamera - noi la vedevamo bene - ma la professoressa ha detto che l'interrogazione non era valida perché non la vedeva: un altro nostro compagno ha ipotizzato che forse era la connessione ad essere difettosa, ma la prof ha dimostrato di non fidarsi.

Per me è difficile fare la DAD, perché dobbiamo sempre stare davanti al computer, ascoltare quello che si dice, e non sempre si sente, e perdiamo la lezione. Inoltre, se si hanno dei dubbi, in DAD bisogna aspettare la lezione successiva, mentre in presenza si possono chiarire subito. L'unica cosa che mi piace è che in DAD non si deve stare con la mascherina.

**(Sukhdeep)**

Qualche anno fa sarebbe stato impensabile pensare alla DAD, ma l'anno scorso a causa dell'epidemia, questo è stato l'argomento più dibattuto dai ragazzi.

Abbandonare la scuola e rinchiudersi in casa davanti al PC: questa situazione sembrava avere dei vantaggi. Fare tutto da casa, senza perder tempo ad andare a scuola, grazie ai vari dispositivi. Ma, nello stesso tempo, era una cosa abbastanza strana, perché, se prima non riuscivamo a mantenere la concentrazione, parlando con le amiche e facendo scherzi, adesso diventava difficile guardare una compagna, che prima era seduta vicino a me, solo sullo schermo.

D'altra parte, sia per noi che per gli insegnanti, è stata una sfida, anche se, per alcuni, risultava troppo difficile fare lezione (penso al prof di Scienze motorie). Inoltre, a causa di difficoltà di connessione, qualche insegnante non riusciva a vederci e...ci metteva una nota!

E se durante la prima quarantena facevamo 2/3 ore al giorno, adesso è cambiato tutto, facciamo l'orario completo, che stanchezza...stare davanti a uno schermo per 6, a volte 8, ore non è sicuramente salutare. Per lo meno, a scuola, tra un cambio d'ora e l'altro avevamo il tempo per parlare tra di noi e distrarci un po'.

Voglio proprio sperare che l'emergenza finisca al più presto e si possa tornare alla normalità.

**(Gurwinder)**

## **ZoomArt**

Mentre studiavo all'Università in una scuola d'Arte, allo stesso tempo lavoravo come grafico in un'agenzia pubblicitaria: per la TV, spot, annunci sui giornali, design di marchi per diverse aziende.

Tutto ciò è stato molto piacevole per me, ogni volta che entravo nella stanza buia dimenticavo tutto il resto, ero felice, mi concentravo solo su quello che stavo facendo.

Nello sviluppo delle foto, utilizzando un obiettivo per ingrandire o ridurre le immagini, ritoccandole, vedevo poi il risultato di design grafico, e questi erano momenti perfetti: non mi davo limiti, diventavo più forte e consapevole, questa attività artistica era per me indispensabile come respirare.

**(Guler)**

## MEGLIO CHE NIENTE

Dall'inizio del lockdown uso Zoom per lavorare e insegnare. Prima, insegnavo inglese ai miei studenti in Biblioteca e prendevo lezioni di italiano nella nostra scuola di Cittadini del Mondo. Ho anche amiche italiane che cercavo di incontrare almeno una volta alla settimana al bar conversando in inglese e in italiano e prendendo un caffè.

Due mesi fa, mi sono anche iscritta a un corso della Croce Rossa. Inizialmente le lezioni erano in sede, ma quando siamo diventati "zona rossa" abbiamo incominciato ad usare "Google Meet". Ovviamente questa situazione non è l'ideale, tuttavia è meglio di niente. Preferirei incontrare tutti faccia a faccia, il che, secondo me, è il modo migliore per comunicare, ma dobbiamo adattarci alla situazione in cui ci troviamo.

In effetti, quando insegno in presenza, è più facile coinvolgere la classe, includendo conversazioni tra studenti e giochi divertenti e stimolanti attraverso i quali muoversi per la classe o scrivere alla lavagna. Invece, insegnare on-line richiede più tempo per preparare il materiale appropriato. Si cerca di incorporare brevi video e quiz, ma trovare il materiale migliore non è sempre facile e a volte ciò è frustrante.

Allo stesso modo, da studentessa, frequentando on-line mi mancano i miei compagni e l'interazione sociale all'interno della classe. E preferisco l'informalità di incontrare le mie amiche italiane per un caffè piuttosto che la formalità di una sessione di Zoom.

Nonostante questi svantaggi, sono felice di continuare a insegnare e imparare, in qualunque modo si possa fare. Apprezzo molto gli sforzi extra cui gli insegnanti sono costretti per aiutarci al meglio.

**(Susan)**



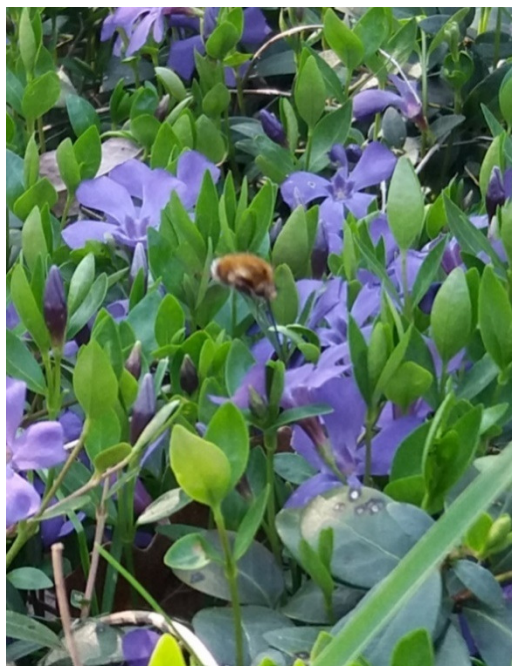
## Mamma in DAD

Zoom: è un modo di vedere la vita. E lo dico perché un giorno, il 23 febbraio 2020, arriva un annuncio in televisione che cambia la vita di molte persone per un'emergenza sanitaria che, giorno dopo giorno, fa crescere in tutti la paura, la disperazione, per la perdita di un familiare, per la perdita del lavoro, per la perdita – naturalmente – della propria salute.

Ricordo che iniziavano le code al Supermercato e, al momento di entrare, si vedevano tanti spazi vuoti negli scaffali, perché la gente si comprava di tutto. Come mamma, con tutti i bambini in casa, ero disperata, dovevo gestire tutto, ad iniziare dalla Didattica a Distanza. Alcune volte dovevo rimanere insieme a mia figlia, perché magari non riusciva a fare una o un'altra cosa, e, contemporaneamente, trattare con gli altri figli più piccoli perché non facessero rumore e permettessero a mia figlia di seguire la lezione con tranquillità.

Siamo in una situazione nella quale abbiamo dovuto imparare una nuova forma di vita, nel prendersi cura ognuno di sé stesso e degli altri.

**(Estephanie)**



## RITORNO IN FAMIGLIA

Durante la pandemia “Covid 19”, la Didattica a distanza è diventata la normalità. C’è un numero crescente di aziende e di piattaforme digitali che supportano l’istruzione, offrendo lezioni on-line e risorse interattive, una delle quali è appunto “Zoom”.

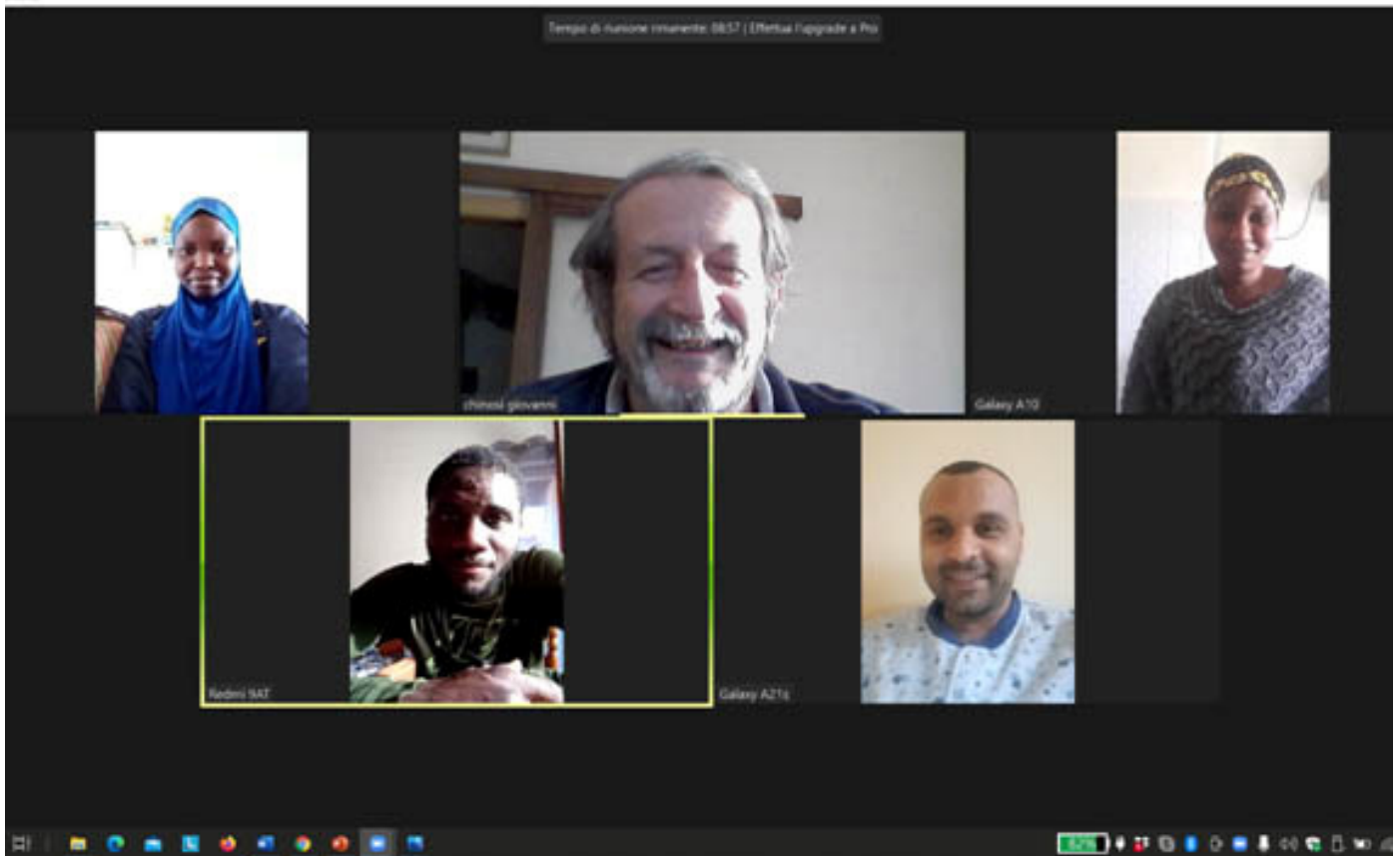
Ma questa è stata soprattutto un’applicazione vitale per permettermi di rimanere in contatto con la mia famiglia e gli amici, un aspetto sociale molto importante per me. Infatti, anche senza potersi abbracciare e senza contatto fisico, io, che vivo in Italia, ho davvero apprezzato i nostri “zoom” con la mia famiglia che vive in Irlanda del Nord. È stato un modo più facile per tutti noi di vederci più regolarmente di prima. Abbiamo preso tutto il tempo necessario per connetterci e per passare “insieme” occasioni speciale come i compleanni: sono una gemella e ho un fratello minore che è nato lo stesso giorno come noi per la prima volta, da anni, abbiamo potuto festeggiare insieme anche con il resto della famiglia.

Direi tuttavia che mi sono persa le fasi importanti della crescita dei miei nipotini e nipotine, la loro nascita, i primi passi, le prime parole, non sono ben sicuri di chi io sia veramente...Purtroppo, per queste situazioni, “Zoom” non può sostituire le interazioni affettive “in presenza”.

**(Arlene)**



## Parte terza: Esperienze di festa e di sofferenza



### Dal Brasile all'Italia

Quando sono arrivata in Italia, sono rimasta felicissima. Sono stata sorpresa dalle città, perché sono diverse dalle brasiliane. La mia prima gita insieme ai miei figli, è stata a Venezia. Siamo stati sorpresi, è davvero bellissima come abbiamo visto nelle foto. Non ho mai visto tante persone diverse, di luoghi diversi. Siamo stati lì per tutto il pomeriggio, abbiamo scattato tante foto, siamo stati molto felici. Al ritorno ci siamo fermati per mangiare una piadina e per riposare un po'. Siamo arrivati a casa verso le otto di sera, ero molto stanca, ma è stata una bellissima giornata.

**(Iris)**

## **Una scuola senza scuola.**

In vita mia mai avevo pensato di andare a scuola senza uscire da casa mia, infatti, posso andare a scuola dal mio telefono in qualsiasi posto e momento. .... GENIALE!!

Comunque, manca il contatto umano. Il bacio per dire Ciao, il caffè dopo la scuola e l'aula.

Il Covid non ha potuto fermare la necessità dell'essere umano d'imparare, oppure d'insegnare, oppure di tirare avanti. Niente è più forte che la volontà dell'essere umano.

**(Lorena)**

## **La Tortilla**

Il PopolVuh, il libro sacro dei Mayas, dice: "siamo uomini fatti di mais", e così, la Tortilla è nata. Non è un cibo per se stesso, però non c'è pasto senza Tortilla. Si mangia per fare colazione, pranzo, cena. Si mangia in ogni casa di Guatemala e non c'è nessuno che non mangi Tortilla, è paragonabile al pane.

Il mais deve essere cotto, asciugato e macinato fino a fare una farina. Dopo si mette un po' d'acqua fino a fare un impasto. si prende una parte dell'impasto è si fa una palla piccola con le mani, con un movimento rapido tra le mani la palla diventa un cerchio pronto per andare al comal (padella fatta di argilla), si gira fino a finire la cottura per essere pronta da mangiare.

**(Lorena)**

## **La Nostra Storia**

Tanto tempo fa, forse nel 1988, stavo a casa dei Rossi. Ho detto a Juan, il figlio piccolo di otto fratelli: voglio conoscere Mario. Mario era un altro figlio morto di cancro al cervello. Non lo ho conosciuto, lui era morto prima del mio arrivo nella famiglia Rossi.

La famiglia Rossi fu la mia seconda famiglia. Ero felice con loro, si parlava, si mangiava, si stava bene in quella casa sempre piena di gente. La mamma si chiamava Betty, il papà Ubaldo. Lei cucinava da Dio, ricordo che il primo piatto di spaghetti è finito sopra la mia maglia...dopo quella esperienza lei aveva un bavaglino per me. Ubaldo, mi dava un bicchiere di grappa dopo pranzo, per me non era piacevole la grappa, ma era impossibile dire NO a lui. Adesso, penso che a lui piaceva vedermi bere la grappa, perché finivo un bicchiere dopo due o tre ore.

Ci sono piccole cose che rendono un giorno speciale.

Ricordo quel giorno. Avevo lavorato per tutta la notte in ospedale ed ero molto stanca, però alla mattina andavo a fare colazione e pranzo a casa Rossi e questo mi faceva molto piacere. Dopo pranzo, io e Juan siamo andati a vedere le foto di famiglia. Abbiamo trovato una foto di tutta la famiglia Rossi. La prima cosa che ho visto fu lui. Andrés. Wow che bello!

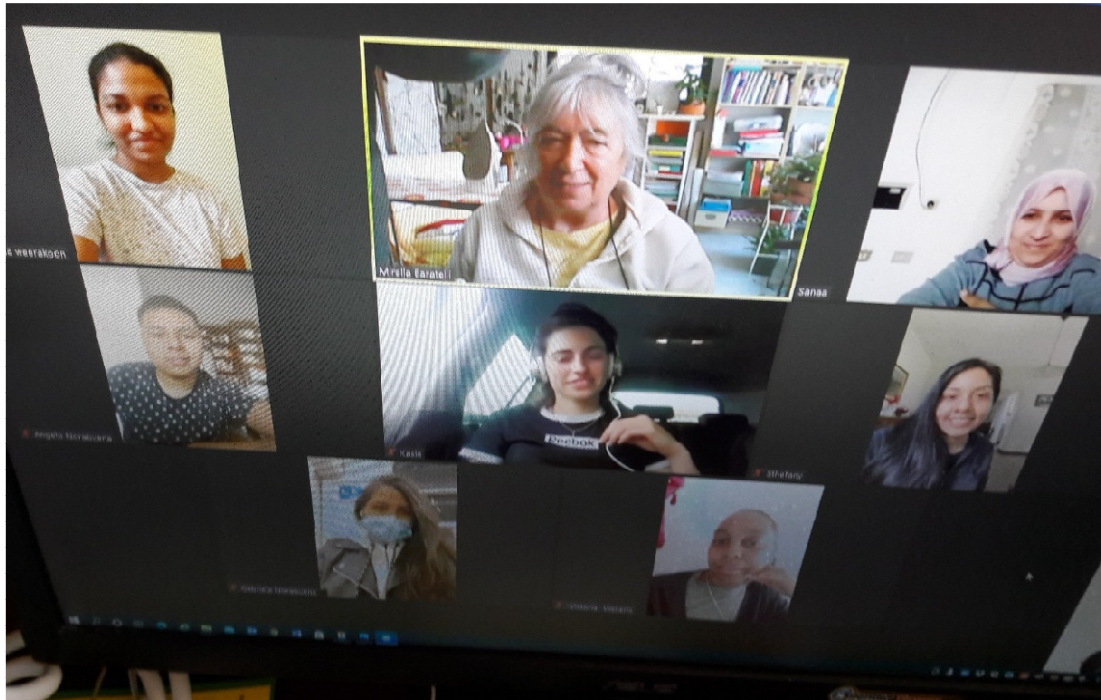
Ma, questo chi è? ho domandato a Juan. Andrés, ha risposto: vive in Italia.

Andrés è il più bello di tutti i fratelli Rossi.

Ora è mio marito!

**(Lorena)**





## Il mio paese

Il paesino dove sono nata è molto piccolo. È nel nord del Messico. Ci sono un po' più di 100.000 (centomila) abitanti. È molto caldo quasi tutto l'anno. Non piove molto. Ma è molto carino. Lì ci sono gli amici e la famiglia. Tu ami questo paesino perché lo guardi con il cuore.

L'abito tipico è camicia tipo cowboy, Jeans e stivali. Si ascolta musica tipica del Messico (Corridos): è Musica che parla di qualche persona specifica che ha fatto una impresa importante.

Cibo tipico: asado (Carne di maiale cucinata con peperoncino messicano). Capretto cucinato al forno o sulla brace.

Il melone e la anguria sono i frutti tipici della regione.

Luoghi di interesse turistico: Il museo della rivoluzione e la chiesa di San Pietro. **(Rosa)**





## La mia festa preferita: LA FESTA DI AREQUIPA

Quattro anni fa, ad agosto, sono andata nella città di Arequipa con mia mamma e mio fratello. Quel mese faceva caldo ed era una bella giornata; è stato un viaggio indimenticabile. Era la festa di anniversario della città e abbiamo visto diversi spettacoli come: il combattimento di Galli, che consiste nel confronto tra due galli e la gente scommetteva dei soldi sul gallo più forte. Poi abbiamo visto la lotta dei tori, questa tradizione è di origine nativa dei contadini di Arequipa. C'erano anche la parata militare, serenate, sfilate e musica. Tutto durò una settimana e ho visto tanti turisti felici di conoscere la nostra cultura.



Ho mangiato tanti piatti buoni della città come il “rocotorelleno”, che aveva la forma di un peperone rosso ma era piccante e dentro c’era la carne macinata con la cipolla e formaggio, accompagnato da una torta di patate e formaggio al forno, era una bontà. Ho mangiato anche il “quesohelado” detto formaggio congelato, si chiama così perché la presentazione di questo dolce era a cubetti come un formaggio fresco però tutto era a base di latte, zucchero e cannella. Abbiamo fatto anche un tour per vedere il vulcano Misti, il più antico e famoso del Perù. La chiesa principale di Santa Catalina e la valle del Colca, dove abbiamo ammirato il condor che è il più grande uccello andino Peruviano. Un bel ricordo del mio paese che sarà sempre nel mio cuore.

**(Sthefany)**



## **La mia festa preferita: CELEBRAZIONE DEL NUOVO ANNO**



Nella mia patria- Nord Kazakhstan, la festa migliore è la celebrazione del Nuovo Anno. Ci prepariamo in anticipo per le vacanze e compriamo un albero, regali, decorazioni per albero e cibo. 2-3 settimane prima del nuovo Anno, decoriamo l'albero con bellissimi giocattoli luminosi. Il 30 Dicembre iniziamo a preparare deliziosi piatti tradizionali

Russi e il 31 dicembre tutta la famiglia è allegra in attesa delle vacanze. La sera ci ritroviamo a tavola (tradizionalmente una vacanza in famiglia) mettiamo i regali per ogni membro della famiglia sotto l'albero. A mezzanotte stappiamo la bottiglia di champagne, lo versiamo nei bicchieri di vino e ci auguriamo un felice Anno nuovo. Sotto l'albero troviamo i nostri regali, e speriamo per un bel futuro. Tutta la notte ci sono i concerti da Mosca in TV e la mattina andiamo a letto. Il primo gennaio, dopo aver dormito, andiamo in centro città dove sono costruite varie figure di ghiaccio, scivoli e un grande albero di Capodanno. È una festa della stagione invernale con molto gelo (solitamente - 25 gradi) il divertimento continua. (Irina)

## **La mia festa preferita: IL MATRIMONIO POLACCO**

La mia festa preferita è il matrimonio. In Polonia abbiamo una grande tradizione per questa festa.

In questo giorno speciale, che fa molto freddo, cominciamo con la celebrazione. Si inizia con la

preparazione, lei si prepara separatamente da lui.

Dopo lui viene a casa di lei e i genitori fanno una benedizione e dopo si va nella chiesa Cattolica per la cerimonia e messa.

E finalmente si fa festa, da mattina del giorno prima, con pranzo e poi si finisce alle 5:00 o 6:00 di mattina del giorno dopo. Generalmente dopo la chiesa si va al ristorante o nel giardino. Tutti gli ospiti devono vestirsi molto elegante e durante la festa si beve, mangia e gioca.

In questa tradizione Polacca ci si trova in circa 150 - 200 ospiti. (Kasia)

## La mia festa preferita: LA FESTA DELLA MADONNA SANT'ANNA

Le feste patronali di Villa Bisono Navarrete, la mia città

Dieci anni fa le feste patronali erano una disputa tra la Chiesa cattolica e alcuni residenti della nostra città.

La Chiesa cattolica voleva che la festa fosse celebrata solo in Chiesa e non nel parco come una festa pagana.

Dopo tante polemiche i festeggiamenti possono essere celebrati solo religiosamente nei dintorni della Chiesa di Sant' Anna.

Durante i 9 giorni di festeggiamenti, c'è una corsa con i sacchi, una corsa in bicicletta, una partita a domino e tanti altri giochi.

C'è un grande Buffet di cibo con balli come meringhe, ballate, bachatas.

Tutte queste attività vengono svolte intorno alla chiesa, che dispone di un ampio spazio e di una piazzetta.

Le grandi aziende del paese donano tanti regali, per le premiazioni e per le attività di concorso che sono tante, come elettrodomestici, spesa alimentare, contanti. Ci sono medaglie per il primo, il secondo e terzo posto. Prima veniva scelta una ragazza regina delle feste. Adesso scelgono una signora della confraternita.

Il 26 luglio è il giorno di Nostra Signora Sant' Anna. La Messa è piena di gente ogni anno.  
**(Vianeris)**



## La mia festa: “PASQUA”

Sono nata in Ucraina e vorrei raccontare come si festeggia la Pasqua nel mio paese d'origine.

Quando ero bambina la mia festa preferita era Pasqua. come tutti sappiamo, cade in primavera quando la terra si sveglia dal gelo e sbocciano i primi fiori, il sole scalda dolcemente.

Adoravo la settimana prima di Pasqua perché la mia mamma mi comprava vestiti e scarpe nuove, per questa festa dovevi apparire impeccabile. Si imbiancava la casa e tutto intorno doveva essere in ordine. La mamma faceva l'impasto per “Paska” è simile al panettone ma più piccolo e senza canditi però con zuccherini colorati sopra.



Io e i miei fratelli dipingevamo le uova, che nel mio paese si chiamano “Pesanka” prendevamo le uova sode e facevamo dei disegni con la cera della candela, poi immergevamo le uova nel colorante naturale fatto di bucce di cipolla che davano il colore rosso scuro. Dopo che la nostra “Pesanka” aveva preso il colore toglievamo la cera aiutandoci con il calore della candela e un panno morbido.

Il sabato preparavamo il cestino per benedirlo in chiesa. Nel cestino mettevamo la “Paska”, il salame, burro, formaggi, sale, rapano, “Pesanki” e anche un uovo sodo sbucciato. Decoravamo tutto con la mirra e coprivamo il cestino Pasquale.





Al mattino nel giorno di Pasqua, la mamma preparava la tavola con tutte le cose che conteneva il cestino Pasquale. Per prima cosa si divideva l'uovo Benedetto a tutti membri della famiglia e poi si procedeva con il resto.

Nel mio paese d'origine la Pasqua si festeggia per tre giorni. Nel giorno di Pasqua, dopo la Messa tutti i bambini si riuniscono vicino alla chiesa a cantare "Gaivkiy" sono canzoni che parlano di primavera. Si gioca tutti insieme tenendosi per la mano creando un grande cerchio.

Lunedì inizia la Settimana Santa. In quel giorno tutte le persone si versano l'acqua uno sull'altro. Bisognava essere felici di aver preso tanta acqua, questo significa essere purificati e in salute per tutto l'anno.

I giorni di Pasqua sono molto divertenti se si mantengono le tradizioni.

In quei giorni ognuno si saluta con Cristo Risorto (Христос Воскрес ) con gioia e rispetto!—

**(Svitlana)**



## Il mio Paese, la Costa d'Avorio, in festa

Questa immagine è una basilica vicina alla mia città natale, Yamoussoukro, a 100 km dal mio villaggio dove sono nato.

E' un villaggio turistico

Questa basilica è la seconda più grande del mondo



Nella cultura islamica, la 'īd al-fiṭr è la seconda festività religiosa più importante; quale segno di gioia per la fine di un lungo periodo di digiuno, viene celebrata alla fine del mese lunare di Ramaḍān.

Il 7 agosto festeggiamo la festa dell'indipendenza.

Le donne del mio paesino si vestono così per andare a casa del capo loro cantano anche ballano.

**(Yaya)**





## **L'esperienza della malattia**

Quando ero al terzo anno di scuola nell'intervallo abbiamo fatto un gioco. Quel gioco è che il capo canta la poesia e alla fine dice un colore. Dobbiamo toccare quel colore cercando intorno a noi, Chi tocca per primo quel colore diventa il capo per il turno prossimo. Mentre giocavamo a quel gioco sono andata a toccare quel colore dalla pittura del muro. Quella pittura era attaccata al muro con dei perni. Quando ho cercato di staccare la mano dalla pittura, la mia pelle si è attaccata a un perno. Poi la mia insegnante di classe ha informato mia madre e mi ha portato all'unità di pronto soccorso della scuola. Poi è venuta mia madre e mi ha portato dal dottore. Il dottore mi ha pulito la ferita e ha messo due punti sulla ferita. Quello è stato il mio primo momento indimenticabile dai dottori.

**(Sakeela)**

Tre anni fa quando io ho cominciato a lavorare come assistente di volo si è scoperto che il mio naso è molto sensibile a questo ambiente di lavoro. Cosa significa? Nell' aeroplano aria è molto secca. Per questo il mio naso ha cominciato a sanguinare. Ho fatto una visita in ospedale a Jelenia Gora in Polonia. Subito il dottore ha deciso di fare un'operazione. Ho passato in ospedale 24 ore. Ero sotto anestesia durante l'operazione. Avevo vene bruciate nel naso e un setto raddrizzato. Dopo l'operazione ho dovuto restare a casa un mese. Per due settimane non ho potuto fare niente. Adesso non ho sangue da naso e posso lavorare normalmente.

**(Kasia)**

Nel 2009 ho avuto una esperienza molto delicata . Ero a scuola per finire l'elementare e ho avuto un incidente dove mi è caduta una cartucciera di ferro sul naso e ho cominciato a sanguinare molto che non si fermava. I maestri hanno dovuto portarmi al pronto soccorso e siccome ero piccolo i medici mi hanno assistito subito. Mi hanno messo la garza nel naso per fermare il sangue. Io pensavo che andasse bene con tutto quello che mi avevano fatto ma non è stato così, perché ho cominciato a sanguinare molto in casa mia e mia nonna era spaventata. Ho dovuto tornare ancora al pronto soccorso e mi hanno fatto un piccolo intervento a laser per cicatrizzare la ferita. Ho dovuto fare una pausa medica per un mese e seguire la scuola da casa, grazie agli aiuti dei miei compagni di classe che sempre erano disponibili per insegnarmi quello che non capivo.

**(Angelo)**

L'anno scorso nel mese di ottobre, avevo un mal di orecchio e di gola. Ricordo che quel giorno sono andata a Milano, ma i dolori erano tanto forti che ho deciso di andare in farmacia per comprare le medicine. Quando sono arrivata in farmacia il farmacista mi ha chiesto la mia tessera sanitaria, ma io ancora non avevo i miei documenti a posto. Di conseguenza mi ha detto che non poteva vendermi niente senza i documenti e una ricetta medica, perché con i sintomi che avevo lui pensava che fosse il COVID. Con questi problemi lui mi ha consigliato di andare in ambulatorio. Io pensavo che sarebbe stato facile ottenere la ricetta però non è andata così. Lui subito mi ha esaminata e mi ha mandato un ordine per fare il tampone e 15 giorni di isolamento domiciliare fino ad ottenimento del risultato. Io era preoccupata e volevo andare a casa subito senza ricetta senza niente, ma il medico non voleva e aveva il mio passaporto per fare la registrazione. Io non sapevo cosa fare. Prima ho chiamato al mio lavoro perché non potevo tornare finché non sapevo il risultato è poi era triste per la signora che curo perché lei ha 91 anni. Io non potevo aspettare che mi chiamassero per questo che sono andata all'ospedale a fare il tampone privatamente. Dalle 7:00 di mattina alle 15:00 ho fatto la fila per il test. Ho pagato 125 euro e solo mi hanno chiesto il mio passaporto. Dopo sono andata a casa ad aspettare 3 giorni per sapere l'esito del tampone. Per fortuna sono risultata negativa. Settimane dopo ho capito che stava uscendo il dente del giudizio e questo aveva causato il dolore.

**(Sthefany)**



Ho avuto un forte dolore di pancia e sono andata al pronto soccorso dell'ospedale di Varese. Al pronto soccorso c'era tanta gente. Io avevo solo la ricevuta del mio soggiorno e il mio passaporto. Dopo ho ricevuto un ticket verde e ho dovuto aspettare due ore per essere visitata. Mi hanno fatto analisi e una ecografia. Hanno scoperto che ero incinta della bambina più piccola. Sono rimasta così sorpresa perché stavo prendendo le

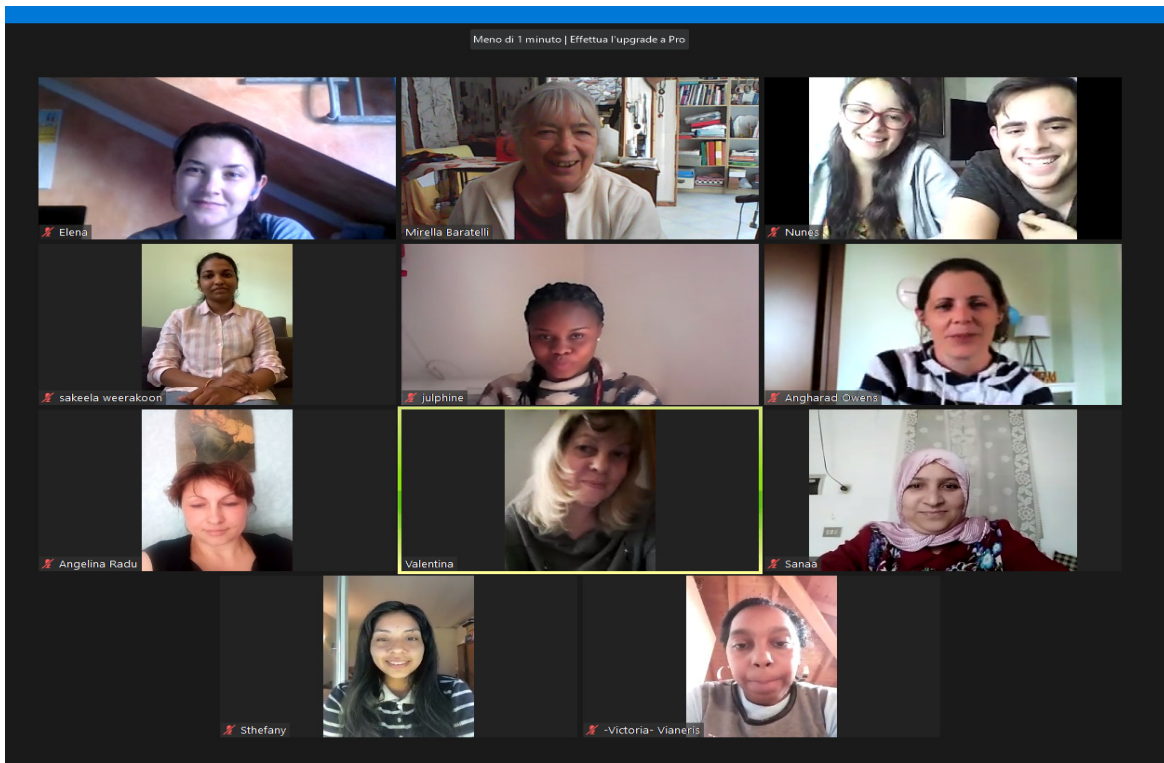
pillole contraccettive. Poi mi hanno mandato a fare una visita ginecologica lo stesso giorno. In un ospedale diverso. In questo non c'era ginecologia. L'altro ospedale era a 5 minuti. Qui mi hanno dato un codice rosso, a causa del forte dolore. Grazie a Dio mi hanno controllato e tutto andava bene. Mi hanno dato una ricetta e un appuntamento per il mese successivo. Ero un po' spaventata perché ancora non avevo il permesso di soggiorno pronto. Ma quando ho dovuto fare il mio turno, la signora mi ha detto che non era un problema e che i documenti che avevo erano sufficienti.

**(Vianeris)**



## Quarta parte:

### Con zoom dalla mia storia...al cielo stellato



### *Partiamo dalla mia storia e dalla mia famiglia:*

#### **Da piccola ero timida e sognatrice.**

I miei genitori lavoravano tutto il giorno e quindi dovevo stare a casa con le mie sorelle.

Con la sorella maggiore facevamo pulizia in casa e giocavamo con le bambole.

Dovevo stare vicino a mia sorella minore, perché era piccola.

Ogni tanto andavamo con mia sorella maggiore in piscina.

A me piace molto nuotare.

Nei week end andavamo tutti insieme a trovare la nonna in campagna.

Mia nonna aveva l'orto dove crescevano le fragole.

Mia nonna aveva anche polli, galline e conigli.

Vicino alla casa di mia nonna c'era un grande bosco dove andavamo a cercare funghi, mirtilli e lamponi.

Giocavamo anche con i bambini nostri coetanei. Ho bei ricordi della mia infanzia

**(Valentyntyna)**

### **Quanto tempo è passato!**

Mi chiamo Svitlana. Ho 55 anni.

Quasi non mi ricordo i miei comportamenti e le mie emozioni.

Sono nata in famiglia; siamo otto fratelli.

All'epoca erano i fratelli più grandi che dovevano badare ai fratellini.

Così quando i miei fratelli volevano giocare con i loro amici portavano anche noi con sé, anche se non ci piaceva troppo. Così potevano stare fuori casa. Noi abitavamo sull'angolo, all'incrocio e vicino a casa avevamo una panca di sasso. E questo era il posto per incontrarci.

Da bambina ero robusta e forte, abbastanza socievole e vivace.

Imparavo facilmente i giochi oppure ad andare in bicicletta.

In particolare mi piacevano i giochi al pallone.

Ringrazio i miei genitori per tutto quello che hanno fatto per me.

**(Svitlana Clara)**

### **Da ragazzo non ero estroverso.**

Non ero uno dei ragazzi che si mettevano in prima fila per farsi notare. Ero un po' riservato, particolarmente a scuola dove mi piaceva restare un po' nel fondo per osservare e controllare le situazioni. I miei professori scambiavano questo comportamento e mi hanno giudicato di essere un po' timido e introverso. Ma in realtà fuori dalle situazioni formali nelle classi ero un ragazzo affabile e bonario.

Mi piaceva essere fuori con i miei amici. Giocavamo a calcio, vagabondavamo nelle strade e nei parchi e ci arrampicavamo sugli alberi. Non mi descriverei come un ragazzo coraggioso ma piuttosto avventuroso. Ero certamente sicuro di me e non mi dava fastidio --fare grandi giri in bicicletta o esplorare la montagna da solo.

Non direi che ero un bravo studente. A scuola i professori m' accusavano spesso di sognare con gli occhi aperti. Di solito i miei compiti erano fatti alla buona.

Forse non ero un ragazzo molto in gamba ma avevo le idee chiare di cosa volevo fare nel futuro.

'Un giorno' ho dichiarato ' voglio imparare italiano a Sesto Calende indossando una mascherina'.

**(Bjorn)**

### **Io racconto come ero da bambina**

Ero una bambina piccola, magrissima, tranquilla. Vivevo in un paesino piccolo con la mia famiglia.

Mi piaceva guardare i cartoni animati e mi piaceva disegnare: fiori, farfalle, alberi.

Giocavo con la corda con le mie cugine e giocavo con le bambole. Il mio sogno era insegnare. Mi piaceva la scuola e facevo tutti i compiti. **(Sanaa)**

### **La vita va avanti.**

Ho scelto di scrivere la biografia della mia mamma perché per me è la persona più importante.

Il 10 di febbraio del 1955 faceva tantissimo freddo nella città di Albacete quando nacque Angeles, la seconda figlia di una coppia molto umile. Lei era una figlia molto desiderata da suo padre, che aveva già un figlio e voleva una femmina.

Durante la sua infanzia andava ad una scuola di suore, dove imparò anche tantissimi lavori domestici, che a quel tempo si imparavano a scuola. Quando ha fatto un viaggio di studio, è stata punita con i suoi compagni di classe per avere disobbedito a una suora, la punizione fu sbucciare le patate per il pranzo del giorno successivo.

Lei voleva imparare per essere dottoressa ma i suoi genitori non glielo hanno permesso. Parliamo degli anni 70 e una donna non poteva andare in altre città per imparare.

Nell'anno 75, durante la festa di matrimonio della sua cugina ha conosciuto un uomo di nome Felix che mesi dopo diventò suo marito.

Ha avuto quattro figli tutti maschi e di nome: Sergio, Alejandro, Iván e Rubén. Lei era molto felice con la sua famiglia, facevano viaggi tutti insieme per tutta la Spagna e tutto gli anni durante l'estate andavano a Guardamar del Segura, un paese piccolo di Alicante dove passavano un mesetto.

Nel marzo 2010 ha ricevuto una buona notizia e come si dice; le buone notizie arrivano con brutte notizie. Diventava nonna e le hanno scoperto il cancro.

Durante i 15 mesi di malattia lei viveva tutti giorni come se fosse l'ultimo giorno. Il 29 luglio ha fatto l'ultimo viaggio di questa vita a 55 anni.

E la sua ultima frase: "LA VITA VA AVANTI".

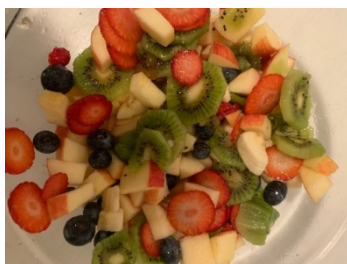
**(Ivan)**



**MichiamoSakeela.** Ho 29. anni. Sono sposata, ma ancora non ho figli. Vengo dallo Sri Lanka. Sono in Italia da 5 anni. Vivo con mio marito. Qui in Italia, abito a Sesto Calende. Mi sono laureata in gestione aziendale all'università dello Sri Lanka. Mio marito, si chiama Amila. Lavora in un Supermercato.

La mia famiglia è composta da 5 persone. Ho due sorelle. Sono più giovani di me. Si chiamano Pavani e Tharushi. Hanno 27 e 16 anni. Mi mancano tanto. Nel mio tempo libero leggo libri e cucino qualcosa di strano. Amo i cibi indiani. Specialmente mi piace decorare le torte. Il mio colore preferito è bianco. La mia madre lingua è il cingalese. Parlo inglese e anche un po' italiano. Frequento la scuola italiana. Spero di fare l'esame di terza media questo giugno.

**(Sakeela)**



## **La biografia di Longombe Lambert**

E così arrivò un bambino senza nome in una provincia della Repubblica Democratica del Congo nel Kasai orientale che oggi chiamano 'Sankuru' nella famiglia di 5 femmine, asciugò le lacrime di una donna forte di carattere nel 1987.

DOUDOU è un nome inventato dalle persone perché sua madre perdeva i bambini maschi ma le femmine restavano vive; e quando lui è nato nessuno ha pensato di dargli un nome, la famiglia era sorpresa perché pensava che forse dopo qualche giorno avrebbe lasciato il mondo, ma è stato il contrario. Suo padre era capo tribù e la madre coltivatrice, crebbe in una società aperta dove si mangiava riso, foglie di manioca e carne (eponga, djese la nyama in kitetela).

Finì la scuola elementare, viaggiò da Sankuru a Kinshasa per continuare lo studio superiore nel 2003 che è stato un anno complicato per il cambiamento nel paese (una situazione di  $1 + 4 = 1$  presidente e 4 vice-presidenti, un periodo di transizione).

Per sviluppare la sua intelligenza fu motivato dalla sorella a fare la specializzazione in scienza infermieristica.

Grazie alla sua capacità, al suo coraggio, alla determinazione, la forza e la seduzione con lo sguardo irresistibile riuscì a conquistare il cuore di una bella donna BLANQUETTE HIROMARE che è oggi sua moglie, e come in tutte le avventure c'è sempre il risultato: arrivò anche una bella creatura ALVINE ESAMBO MARIE LONGOMBE loro figlia.

Appassionato della politica, oggi LONGOMBE LA LONGOMBE LAMBERT che è il nome lasciato dal padre, continua lo studio del diritto e della scienza politica all'università per un solo obiettivo: difendere la provincia di Sankuru e, perché no, diventare un giorno il futuro governatore.

**(Julphine)**

## **Biografia di mio padre**

Anil Weerakoon, è il regalo più grande che abbia mai avuto ed è venuto da Dio. E' nato il 12 novembre del 1966 a Mahawewa in Sri Lanka. Lui era il primo figlio dei miei nonni. I genitori di mio padre si chiamano Ariyadasa (mio nonno) e Violet (mia nonna). Lui aveva due fratelli più giovani.

Si chiamano Neel e Bandula (I miei Zii). Mio padre aveva un aspetto europeo perché il padre di mia nonna era un soldato inglese che è venuto in Sri Lanka durante il colonialismo. Aveva la pelle chiara e capelli neri e ricci e gli occhi marroni. È andato all'asilo che era molto vicino a casa sua. Era un ragazzo molto divertente. Ha sempre voluto giocare con i suoi amici, quando aveva 9 anni ha perso un dito dei piedi mentre stava andando in bicicletta. Ha studiato nella scuola del villaggio dalla scuola elementare alla scuola superiore. Ha studiato commercio nel suo liceo. E dopo il suo esame di scuola superiore, è andato a Singapore per un lavoro. Il suo inglese era così buono che ha trovato lavoro come impiegato in un ufficio a Singapore. Dopo due anni è tornato in Sri Lanka per il suo matrimonio e ci è andato di nuovo con mia madre. Ma mia madre è tornata in Sri Lanka quando è rimasta incinta. Si chiama Nelka. Mio padre e mia madre si sono conosciuti al college, si sono sposati nel 1990. Hanno avuto 3 figlie, che si chiamano Sakeela, Pavani e Tharushi. Era davvero bravo nella break dance e ha vinto un concorso nella nostra provincia. Quasi vent'anni trascorsi a Singapore. Veniva in Sri Lanka due volte all'anno per le vacanze. Mio padre era un uomo molto attivo, sempre intorno a me e le mie sorelle. Quello che a mio padre non piace di più sono le bugie, gli piace quando le persone parlano con la verità. Sono davvero orgogliosa e felice di avere due adorabili genitori. Il suo sogno era laurearsi al college, laurearsi e lavorare in banca.

Il sogno di mio padre per me e le mie sorelle era quello di essere qualcuno nella vita per raggiungere i nostri sogni di studiare duro perché voleva vedere entrambe le sue figlie diplomarsi al liceo e avere un lavoro migliore. Una volta è arrivato in Sri Lanka per una vacanza è andato in viaggio con i suoi amici e quando sono tornati a casa ha dovuto affrontare un incidente. In ospedale mio padre è morto quando aveva 39 anni, il 26 giugno 2005. Quello è stato il giorno più brutto della nostra vita. Ci manca così tanto nostro padre.

**(Sakeela)**

## **La mia nonna Praskovia**

Il secolo scorso, nel 1916 in Siberia nacque una ragazza, una di 11 bambini, si chiamava Praskovia, mia nonna. La sua mamma, la mia bisnonna, ebbe una lettera dal governo che la nominava, in quanto mamma con 11 bambini, 'madre eroina'. La famiglia era molto grande e per quei tempi uno poteva dire – benestante. Benestante perché tutti lavorarono, lavorarono tanto, facevano un lavoro pesante. Ebbero anche tanto bestiame così pagarono i lavoratori, perché avevano bisogno di aiuto. Così la loro vita andava e andava fino alla rivoluzione e alla guerra civile in Russia. Dopo la rivoluzione nel 1917 la vita non solo di questa famiglia, ma anche di tante altre famiglie cambiò per sempre. La famiglia di mia nonna perse tutto, i bolsheviki fecero la rivoluzione così portarono via tutto quello che loro avevano e mandarono la gente ad abitare in un altro paese, senza la loro proprietà. Mia nonna insieme con gli altri andò ad abitare ad Ustkamenogorsk, una città vicino al Kazakistan. Purtroppo io non so quanti anni dopo, ma la nonna tornò ad abitare in Siberia. Quasi tutti i suoi fratelli furono uccisi in tempi di guerra. Io ho visto solo 2 suoi fratelli ed una sorella.

Mia nonna ebbe la sua piccola famiglia – suo marito ed una bambina, la mia mamma. Sfortunatamente non ho mai visto mio nonno, perché dopo la II guerra mondiale lui tornò a casa ferito e purtroppo la sua vita non fu troppo lunga. Mia nonna sempre abitò insieme con la mia mamma e poi anche è arrivato il mio papà e poi mia sorella ed io.

Sono cresciuta con mia nonna, lei sempre mi è stata vicina. La nonna Praskovia era una donna bravissima, con buona salute. Lei aiutava anche suo fratello e sua sorella. Perché mia sorella ed io dopo la scuola siamo andati via ad abitare in un'altra città, la nonna ha iniziato a curare il fratello e la sorella, fino a quando erano vivi.

Purtroppo la mia brava nonnina Praskovia è già morta. Dopo la morte di sua sorella e fratello la nonna ha perso lo stimolo, non c'era più nessuno da curare. Così la nonna si sentiva sola.

Grazie alla mia nonna ho avuto l'infanzia felicissima.

**(Elena)**

## Fiore del mondo

Nelle prime ore del primo giorno del Maggio del 1967 è nata una bella bambina di nome 'Fiore del mondo' nel suo paese .

Cresceva e viveva nella sua famiglia con tre fratelli e quattro sorelle.

C'era questa famiglia molto tradizionale in cui le femmine non potevano studiare e lavorare e neanche uscire di casa senza permesso e senza un uomo .

C'era suo fratello grande capo di casa perché il padre è morto quando era piccola di sette anni.

Un giorno al matrimonio della sua amica c'era una donna che ha visto la ragazza.

Le è piaciuta, bella e innocente tra tutte le ragazze e ha chiesto il nome della sua famiglia .

Dopo pochi giorni è andata per fidanzare la ragazza a suo figlio, poi hanno confermato tutti e due le famiglie per fare un bel matrimonio di questi ragazzi nel loro paese.

Dopo la festa la ragazza è diventata moglie di un uomo, aveva la responsabilità della casa e doveva far nascere i bambini. Era una brava moglie, una donna intelligente e una bravissima mamma .

Fiore è cresciuta e è diventata un bell' albero per dare una bella frutta.

Grande bacio mamma.

**(Sanaa)**



## **Mi presento**

Mi chiamo Angharad da un'attrice gallese famosa durante gli anni settantache si chiamava AngharadRees. Il mio sport preferito da guardare è il rugby, ma di solito seguo solo le competizioni grandi e internazionali (come Il Sei Nazioni). Mi piace fare il pilates e lo yoga a casa, nuotare, camminare, ma non faccio mai uno sport di squadra.

Mi piacciono molti tipi di musica, come la musica classica, pop come EdSheeran o Adele, il rock classico come Queen. Preferisco quando posso cantare insieme!

Non mi ricordo l'ultimo film che ho visto, tranne un film per i bambini che si intitola Spy Kids! Ma di solito scelgo una commedia romantica perché non voglio pensare troppo! Mi piacciono anche i film sui misteri politici o d'azione come James Bond o la serie Bourne. Mi piacciono tanto i documentari sociali sul Netflix. Alla TV al momento stiamo guardando Suits sul Netflix, è un dramma sugli avvocati di New York.

Mi piace leggere, ma al momento non ho tempo per leggere tanto. Sono alla metà strada di 'Becoming' da Michelle Obama. È molto interessante, lei sembra essere una donna tremenda.

Mi piace cucinare solo quando c'è più di una persona. Quando sono da sola, preferisco mangiare qualcosa che non richiede molto sforzo. I miei piatti preferiti dipendono dal giorno; mi piace il cibo italiano (fortunatamente!) e il cibo esotico come il thai o il cinese. Ovviamente mi piace il pesce fritto e le patatine che si trovano in Galles, ma è impossibile farle a casa come le fanno lì.

Un posto dove non vorrei mai andare è Dubai, sembra che quel paese sia solo interessante per i soldi e non ha una buona cultura. Mi piacerebbe viaggiare invece in Thailandia, vorrei vedere le spiagge, le foreste, e imparare qualcosa sulla cultura lì. Il posto più lontano da casa che ho

visitato è la Nuova Zelanda dove abita mio padre. La NZ è anche il paese dove ho imparato a volare.

La mia qualità migliore è che posso apprezzare tutte le opinioni durante una discussione o un disaccordo, quindi quando c'è un problema posso trovare un compromesso. Il mio difetto è che sono piena di dubbi e non voglio sbagliare o fare degli errori, sto cercando di pensare meno ai miei errori, ma è difficilissimo.

**(Angharad)**



## Intervista

Il nome Isabella è stata una scelta di mia madre e il nome Carla l'ha scelto mio papà. Mia madre aveva un'alunna nell'asilo che si chiamava così ed era molto bella.

Qual è il tuo sport preferito? Mi piace andare in palestra.

Qual è il tuo colore preferito? Il blu.

Quale musica ti piace ascoltare? Il sertanejo, è uno stile brasiliano.

Film horror o romantico? Romantico, horror solo quando sono accompagnata.

Ultimo film visto? La nave sepolta.

Cosa hai visto in TV ieri sera? Non ho guardato la TV ieri sera.

Che libro stai leggendo? Fuori dal Fango, di Daniele di Benedetti.

Sai cucinare? Più o meno.

Qual è il tuo piatto preferito? Il Pão de queijo (panini al formaggio).

Una cosa che non hai mai potuto fare?

Un posto dove non vorresti mai andare? Sotto il mare, penso che sia impossibile però non andrò mai.

Un posto dove ti piacerebbe andare? Ad Amsterdam.

Qual è il posto più lontano da casa che hai visitato? Venezia.

Qual è stata l'ultima persona con cui hai parlato al telefono? Con i miei nonni.

Cosa noti come prima cosa nelle altre persone? Lo sguardo. Cos'è che ti piace meno di te? La mia timidezza.

Qual è la tua qualità migliore? La simpatia e l'empatia.

Qual è il tuo difetto peggiore? La timidezza, a volte non riesco a fare cose o a parlare con le persone.

Se fossi un animale, quale animale saresti? Una farfalla, nel senso di essere libera.

Quando è stata l'ultima volta che hai pianto? Non mi ricordo.

Che cosa dicono di te i tuoi amici? La verità è che non ne ho idea.

**(Isabella)**



le

## **L'adrenalina che attraversa la nostra giovinezza**

In via Isidro Santos, i bambini di tutto il quartiere si riunivano negli anni '90 per giocare ai vari giochi dell'epoca. Anche le strade erano ricoperte da un morbido terreno grigio di polvere. Per poter giocare dovevamo spazzare e bagnare la strada.

Si giocava molto davanti a casa sotto gli occhi di genitori e nonni. Quando era ora di mangiare potevi sentire i genitori che urlavano ciascuno dei nomi. Potevamo sapere che il gioco era finito. Tutti a casa. Dopo che tornavi a casa non ti lasciavano più uscire. I fratelli dicevano alla mamma che non gli piaceva andare a dormire quando dormivano le galline.

Bei tempi, mamma mia!

Ma i bambini crescono dimenticando la loro innocenza. Ricordare è vivere di nuovo! I momenti in cui corri, ridi e piangi. Insieme a tutti gli altri bambini.

Ai nostri tempi non c'era il bullismo. Risolvevamo i nostri problemi con una corsa. Un modo giusto per tutti...

**(Vianeris)**

**Considero valore** un abbraccio, un sorriso, un perdono, un gesto: tutto quello che ci fa sentire meglio.

Considero che ogni cosa in questo mondo ha il suo valore e con questo valore ha un suo lavoro da fare.

Penso che ormai nel ventunesimo secolo il valore delle cose non esiste più nel senso che poche persone si amano veramente, si perdonano, penso che il più difficile nei giorni di oggi è dare il perdono ad un amico caro oppure ad un parente.

**(Caio)**

**Considero valore** ogni piccola cosa, anche le piccolissime cose. Ho imparato che ogni giorno è una nuova chance, ogni minuto è unico. Ma la cosa più importante per me è e sempre sarà la gratitudine, ogni mattina guardo fuori e dico: "Oggi è veramente una bella giornata, grazie.! "

Un esercizio che faccio, a volte, è la meditazione e uno dei momenti più belli è quando chiudo gli occhi per sentire il mio respiro, il battito del cuore, il vento, il sole, e riconosco il valore della vita, e ritrovo la connessione con me stessa. Questo ultimo anno mi ha insegnato molto e ha cambiato tutto quello in cui credevo, nel senso di valore. Oggi considero valore un semplice sorriso, un abbraccio, una chiacchierata con gli amici oppure con la famiglia, quando ascolto una musica che mi porta la pace, la felicità.

**(Isabella)**

***Io racconto delle cose che per me hanno valore*** spero che si avverino.

Spero che dopo il covid io e la mia famiglia siamo in salute e anche i miei parenti.

Spero che il covid finisca dal mondo per poter visitare i miei amici e viaggiare con la mia famiglia in Italia senza aver paura.

Spero di trovare un posto di lavoro per sistemare la nostra situazione economica.

Spero di andare in Marocco a visitare i miei parenti, le mie sorelle, mio fratello e i miei suoceri, e i miei figli vedano il Marocco perché non lo vedono da 5 anni.

Spero che Allah esaudisca i miei desideri inshallahyarab. **(Sanaa)**

***Sono le piccole cose*** che ci circondano a farci sorridere e a donarci piccoli momenti di felicità.

Lo stesso, penso che i piccoli gesti di affetto da parte dei genitori possano donare felicità e sicurezza al proprio figlio.

Spesso, mi vengono in mente dei ricordi riguardo alle mancanze che ho avuto, ma non voglio stare triste ed a pensare negativamente riguardo la mia vita.

Quando arriverà l'estate sarò impaziente di prendere le scarpe in mano per camminare scalza sul prato verde e fresco per sentire i fili d'erba che accarezzano i miei piedi.

Penso che non tutte le persone abbiano le stesse opportunità e che alcune siano riuscite a beneficiare di più valori rispetto ad altri, probabilmente per questo motivo alcuni sono più felici di altri.

Ci sono molti di questi valori che io non conosco, ma credo di avere capito il segreto che può aiutarci a rendere il mondo un posto migliore.

Scelgo di concentrarmi sul mio futuro, cercando di migliorare l'ambiente che mi circonda.

**(Julphine)**

**Considero valori** un raggio di sole, una luna piena, un'alba splendente, un giorno con un sorriso dato da piccole, semplici cose.....e il profumo di una rosa, ...il rispetto e la pace, le luci delle case povere ....i sogni belli, ma anche quelli brutti.....l'arrivo della primavera, le stagioni: se non ci fossero il mondo sarebbe sempre incolore.

Considero valori l'essere onesti e il perdono tra le persone, l'amicizia, le amiche, che mi hanno sempre aiutato. ...,dire la verità, esprimere i propri sentimenti, valore le colpe che ci siamo presi, le lacrime di chi non piange mai, valore l'amore che non muore mai, valore il diritto alla parola i sogni a occhi aperti....la relazione tra un figlio e sua madre ....il ricordo di chi non c'è più..... Considero valore la mia famiglia, anche se mio papà se n'è andato. Quando ci scaldavamo d'inverno vicino al camino, d'estate eravamo in giardino, mancano le battute scherzose del mio papà, i racconti del loro passato, mancano i giochi insieme a nascondino. Quante risate finché non viene il singhiozzo abbiamo fatto insieme, con le mie sorelle, e ripenso alle cene, i pranzi, che organizzavano con parenti e amici ...Considero valore i nostri maestri, che ci aiutano... spiegano e capiscono il nostro modo di parlare settimana per settimana...in questo tempo di quarantena...testo inglese e frazioni matematiche ....verbi condizionali e tabelline.... Una poesia e un perimetro....affettuosi e volontari ....

**(Valentya)**

**Una persona o anche un popolo** possono essere considerati civilizzati solo se rispettano i valori degli altri, accettano la loro esistenza e le loro necessità.

Si deve valorizzare la vita in tutti i suoi aspetti: considerando valore ogni forma di vita, ogni forma di natura, ogni forma di stato d'anima, ogni attività, ogni abilità ed ogni scelta; come deve essere un vero homo sapiens ai nostri tempi.

Anche se non siamo stati educati a fare giuste scelte rispettando i valori degli altri perché c'è sempre anche il valore di te stesso, le tue necessità, la tua realizzazione, il tuo riflesso negli occhi degli altri, puoi considerarti una persona giusta se hai l'abilità di mettere giustamente il tuo egoismo in armonia con i diritti degli altri e la loro realizzazione.

**(Angela)**

***Un tempo la vita era diversa***, forse più semplice o più profonda. Un tempo vivevamo senza internet, senza la TV- realtà e i personaggi ‘celebrità’ (che sono famosi ma nessuno veramente sa perché). Quando la vita aveva più focus sulle cose meno superficiali. È bello avere un grande apprezzamento per le piccole cose quotidiane che ci aiutano non solo a sopravvivere, ma a prosperare. Se trovassimo un nuovo modo di vedere la nostra vita e se praticassimo gratitudine ogni giorno forse saremmo un po’ più contenti. Se apprezzassimo tutto quello che abbiamo invece di invidiare quello che non possiamo ottenere ci renderemmo conto come che siamo fortunati. Ognuno di noi sperimenta la vita in un modo diverso. Di solito (anche se abbiamo viaggiato tanto) conosciamo solo un piccolo pezzo del mondo. Ciascuno vive, ama e studia in modi diversi. La nostra esperienza è unica anche perché non ci sono due persone che pensano esattamente nello stesso modo.

**(Angharad)**

***Tutto ha un significato***, la sua ragione di essere. Purtroppo, molte volte noi dimentichiamo questa verità e diamo troppa importanza a cose senza valore, lasciandoci attirare dall’apparenza.

“Preferisco l’arrosto al fumo”. Questa è una esperienza riguardante una cosa insignificante per qualcuno ma che per me è molto importante:

L’anno scorso ho piantato due piantine di pomodori e quando ho visto come sono cresciute e si sono formati i pomodori io ero molto felice nel vedere il frutto del mio lavoro.

**(Ivan)**

Speriamo che il 2021 ci insegnerà a vivere nonostante le difficoltà e il dolore per le perdite dei cari e degli amici di qualcuno di noi.

Questa situazione della debolezza al fronte dell’ignoto , mi ha fatto decidere di cambiare la vita sul piano professionale. E siccome anche da bambina mi piaceva aiutare le persone in difficoltà, mi sono decisa a prepararmi per fare una bella professione infermieristica, mi sono impegnata a studiare di più per poter formarmi l’abilità professionale per aiutare le persone in difficoltà, migliorare la loro vita.**(Angela)**



## Uno sguardo al cielo stellato

***Quando guardo le stelle*** in cielo, mi faccio sempre le stesse domande: Cosa c'è oltre le stelle?, c'è un altro pianeta come la terra ?, ci sono delle altre specie nella nostra galassia?...Un'altra cosa che mi stupisce è la quantità di stelle che ci sono nel cielo, sembra che nasca sempre una nuova.

Il cielo secondo me è una “mystery box”, una grandissima scatola in cui ci sono delle galassie talmente grandi che neanche possiamo immaginare.

Quando vado sul mio balcone rimango sempre con gli occhi brillanti. Guardo su e dico a me stesso:” Ma quant'è grande questo cielo”. Vorrei andare lì e vedere tutto ciò che c'è intorno alla terra, vorrei vedere anche le cose più stupende, che non possiamo vedere a causa dell'inquinamento luminoso che c'è sulla terra.

Rimarrò sempre con la stessa sensazione: che siamo un piccolo “briciolino” nel mezzo dell'universo.

**(Caio)**



**"Non sapevo che il cielo potesse essere così stellato,** finché non ho smesso di guardare il suolo." (Argeu Ribeiro)

Quando guardo il cielo, sia giorno sia notte, mi sento piccolissima ma allo stesso tempo mi trovo vicina a Dio, gli parlo delle cose che non ho voglia di dire a nessun altro. Il blu del cielo a me trasmette la pace, la speranza... ammirare la sua grandezza, la sua bellezza, mi fa sognare; è inspiegabile la sensazione che provo.

Sono appassionata delle stelle, amo guardare il cielo pieno di puntini brillanti. La luna, il nostro sole nella notte buia. È bello guardarla e a volte cerco di capire come le cose sono fatte, oppure se siamo soli. Una volta ho visto un film dove il protagonista dice che quando avrai un dubbio, se parli con la luna, lei saprà risponderti.

**(Isabella)**

È molto difficile trovare le parole per descrivere la **grandezza e l'infinità** dell'universo, per dire che siamo insignificanti davanti alla grande creazione, che ci è stata lasciata in eredità da sempre, per tutti, in parti uguali.

Non dipende né dalla posizione sociale, né dalla forza fisica: abbiamo tutti il diritto alla stessa parte, e nessuno può prendersi nemmeno una piccola parte per se stesso.

Persino i poeti, nonostante la loro ricca immaginazione, fanno fatica a trovare le giuste parole per descrivere la bellezza. Il cielo è anche mio!

Ognuno ha i suoi pensieri e il cielo è per tutti.

**(Julphine)**

### ***Le mie emozioni***

Mentre vedo il cielo notturno immagino una pittura di un artista ordinata, dove ogni stella ha un posto e un ruolo specifico,

C'è una stella più brillante e vicino al polo nord è conosciuta come stella polare..

Le stelle sono considerate importanti per guidare le persone nella notte sul mare e sulla terra per trovare luogo e direzione giusta.

**(Sanaa)**

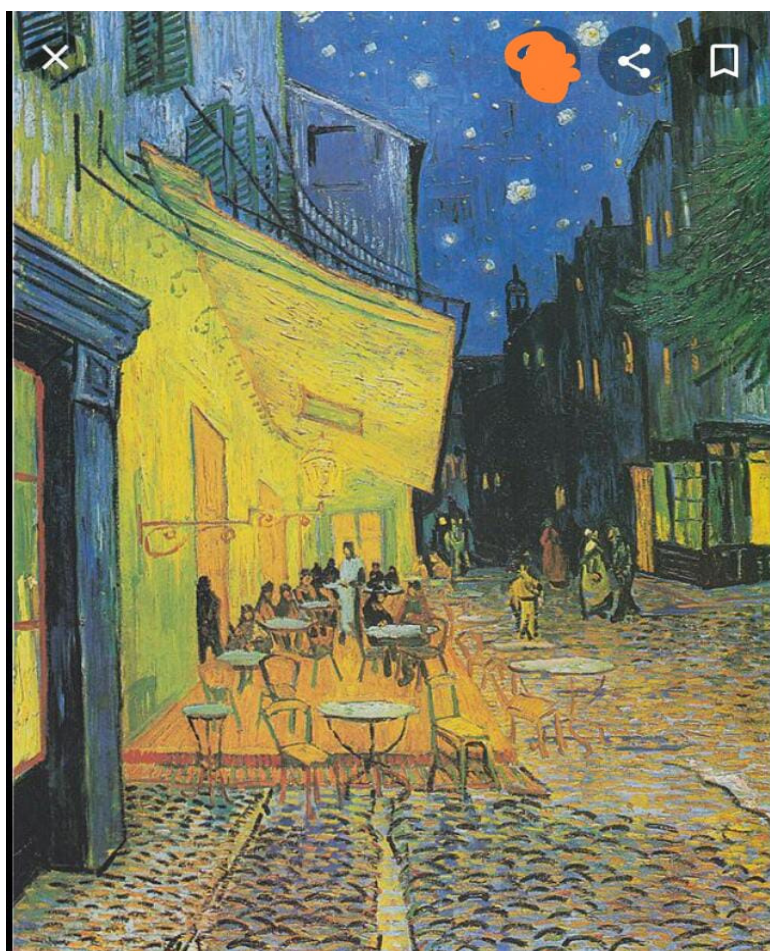
***Qui dove abito il cielo si vede di più;*** a Madrid dove vivevo prima di venire in Italia per lo smog e la contaminazione luminosa non si vedeva niente, solo una macchia nera. Ma a Albacete dove vive mio papà si vede come qua perché è una città piccola e con molti spazi aperti, senza smog.

Il cielo notturno ti fa pensare a tante cose; per esempio se c'è vita su altri pianeti come ci fanno vedere nei film, se sono uguali a noi o se sono di forma diverse con altre abitudini.

Molta gente pensa che quando muore un familiare diventa una stella e così la sofferenza è meno forte e quando guarda la stella in cielo pensa a lui.

Io, quando vedo tutto il cielo penso molte cose, se veramente i nostri familiari sono stelle, se abitano più persone nello spazio o se siamo noi soli in tutto l'universo, e penso anche forse tutto questo sia una bugia dei politici per controllare la popolazione e così fare tutto quello che vogliono.

(Ivan)



***Mentre il sole tramonta*** e sono circondata dall'oscurità, il cielo notturno si riempie delle luci di stelle. In nessun altro momento sono più contenta di quando guardo il cielo notturno.

Anche il cielo sembra la nostra vita perché a volte è chiaro ed a volte è buio. La nostra vita è sempre così. C'è dolore e dopo il dolore viene di nuovo la felicità. Inoltre, quando sorgono problemi nella nostra vita, dovremmo guardarli positivamente e affrontarli bene e rendere la nostra vita bella come il cielo.

Sono perfettamente contenta quando la mia mente è piena di creatività e idee. Per me il cielo notturno offre opportunità, possibilità e ispirazione per ottenere ciò che ci si aspetta. La solitudine della notte mi collega con il mio interiore, permettendomi di sondare idee uniche e personali. Sono attratta dall'ignoto quando cerco le risposte alle mie domande. La maggior parte delle persone teme l'ignoto mentre io mi sforzo di scoprire ciò che gli altri non possono vedere. Essere circondata dall'ignoto mi permette di mettere alla prova le mie conoscenze e scoprire le mie capacità. **(Sakeela)**

***Il cielo, il cielo stellato*** quasi per tutti è qualcosa di incredibile, misterioso ed irraggiungibile.

Mi ricordo, quando ero piccola ed abitavo con i miei genitori lontano in Siberia, d'inverno, di sera, mi piaceva tanto osservare le stelle. In Siberia le stelle sembrano molto grandi. Il mio papà mi aiutava sempre a trovare l'Orsa Maggiore e Minore. Lui diceva di cercare un grosso mestolo, così si potevano vedere le costellazioni. Pensavo anche che tutto ciò che io vedevo su, sopra la mia testa, lo videro anche i miei nonni, i loro nonni. Noi tutti quando alziamo la testa, possiamo vedere le stelle che esistono già da milioni di anni. Il cosmo è irreale, incredibile.

Il 24 aprile in Russia festeggiano la Giornata dello Spazio; la festeggiano perché nel 1961 in questo giorno la prima volta l'uomo è andato nello spazio. Questo eroe si chiamava



Jurij Gagarin. Oggi questo nome è famoso in tutto il mondo.

**(Elena)**

## ***Serenata per la luna.***

Fin da bambina, quando i miei genitori portavano me e mia sorella maggiore in campagna dai nostri nonni, a me piaceva affacciarmi dalla finestra e osservare la notte, perché in città dove abitavamo si potevano osservare solo altri palazzi.

Non posso raccontarvi le emozioni che erano dentro me ... Cosa c'è di più bello da vedere che le stelle e la luna? Quando io guardo il cielo notturno, entro in un mondo meraviglioso, lontano dalla realtà, in un momento di quiete e di tranquillità, che ricopre il cielo di una aria fresca e misteriosa. Sembra quasi che nel mondo ci sia solo io con i miei pensieri.

Mi piace ammirare la bellezza delle stelle, che mi portano in un mondo magico fatto di fantasia e immaginazione.

Gli innamorati dimostrano amore e affetto sotto le stelle e chiedono di sposarsi sotto la luna ...

Muore una persona, come quanto al calare del sole la giornata finisce e tutto diventa un ricordo bellissimo.

Quasi tutti i famosissimi scrittori e musicisti hanno fatto capolavori guardando le stelle e la luna. Beethoven dedicò Moonlight sonata alla sua alunna prediletta, la diciannovenne contessa Giulietta, di cui era stato innamorato.

Uno spettacolo più bello da vedere è il riflesso della luna sul lago. Sembra che l'acqua brilli... una meraviglia fantastica. Vedendo una stella cadente esprimo un desiderio. Anche dicendo una preghiera, ogni sera, metto le mani giunte, guardo il cielo e sono sicura che mi ascoltino lassù.

In questo momento particolare mi è venuta in mente la frase di Maria Trisolini: "Alla fine non siamo poi così distanti, siamo sotto lo stesso cielo, abbiamo le stesse stelle, guardiamo la stessa luna. Adesso fermati, guarda il cielo e scegli una stella, con il riflesso della luna prova a sognare, forse in un sogno ci incontreremo!"

**(Valentya)**



***Quando guardo il cielo stellato***, la mia testa diventa piena di domande.

Perché non ho mai comprato un telescopio per vedere meglio i pianeti?!

Mi ricordo quando ero piccola mio padre ne aveva uno; ci piaceva osservare i pianeti insieme di sera. Ma in Inghilterra c'era raramente un cielo chiaro e quando arrivava, faceva sempre freddo!

Quante stelle ci sono? C'è qualcuno che le ha mai contate? Sembra che sia un lavoro impossibile.

Dove il confine dell'universo? Infatti, esiste? Nella mia mente è impossibile che qualcosa esista senza un confine.

Se ogni stella avesse un sistema solare come il nostro, con dei pianeti come il nostro, ci potrebbero essere altre creature come noi?

Come sentivano i primi uomini che hanno messo i loro piedi sulla luna? Ma che bella quella vista della Terra dalla luna! Com'è possibile che dopo questa foto, ci siano ancora delle persone che credano che il mondo è piatto?!

A volte sono piena di meraviglia a come piccoli siamo qui sulla Terra, in confronto a come grande è l'universo. È quasi incomprensibile. Non riusciremo mai a viaggiare fuori dal nostro sistema solare, almeno durante la mia vita. Spero che i miei figli o nipoti non siano le generazioni che dovranno abbandonare il nostro pianeta per un altro.

Cosa ne pensavano le persone nel passato? Quando non capivano cos'erano le stelle, neanche la luna, o il sole, senza aver visto le foto dai satelliti e le sonde spaziali come vediamo noi. Magari pensavano che il cielo fosse magico e misterioso. Di sicuro è ancora pieno di mistero

Forse dopo altri due millenni le persone guarderanno indietro a noi e penseranno la stessa cosa?

**(Angharad)**

***Ogni volta, quando alzo gli occhi per guardare il cielo notturno,*** sento un gamma di emozioni esaltate, una miscela strana di vulnerabilità da una parte e di eternità dall'altra.

Mi viene in mente l'idea di come siamo noi vulnerabili a confronto della "eternità" cosmica. Noi siamo come granelli di sabbia nel grande sistema cosmico.

Guardare le stelle, a volte, quando sono occupata da pensieri pesanti, mi porta la serenità.

L'idea che la transitorietà dell'essere non finisce quando finisce una vita umana, ma ha una continuazione, mi meraviglia.

Sono molto felice di vivere in questo tempo ed in questo posto dell'universo.

**(Angela)**



***Non importa dove siamo, saremo sempre sotto lo stesso cielo.  
c'è un grande cielo blu che aspetta dietro le nuvole.  
cielo sopra, terra sotto, fuoco dentro.  
il cielo è pieno di sogni, ma non sai volare.***

## Parte quinta:

### Uno sguardo sul mondo – Pensieri sul nostro tempo

**Janett**



*La prima donna medico*

**Inna**



**Jesus**



## IL NOSTRO GRUPPO

**Elena**



**Angharad**



*la prima donna pilota*



**Ainara**

**Bjorn**



**Roman**



**Ivan**

## **Delirio di rapidità**

Il nostro tempo pre-corona è stato un tempo di accelerazione artificiale. Una velocità creata dall'ambiente di lavoro, dal flusso di informazione digitale eccessivo. La velocità nella società "moderna" ci lascia correre come in un tunnel seguendo obiettivi e costrizioni predefiniti verso il crepuscolo all'uscita del tunnel: magari uno stipendio(?!), una pensione(?!), un premio materiale(?!), un feedback (?!), un'opinione di massa (?!), o semplicemente la "pace" tramite la conformità alle norme imposte(?!). Come uno zoom che lascia il fuoco solo ai pochi dettagli ed esclude molta diversità e bellezza del mondo intorno a noi, sfocato durante la nostra corsa di vita. Obiettivi e costrizioni che sono spesso predefiniti da fattori esterni, non scelti da noi stessi. Obiettivi per realizzare le cose più rapidamente, come i "concorrenti". Una frenesia collettiva e abituale che lascia volare il tempo e non offre tanti eventi fondamentali da ricordare. Una droga di rapidità e superficialità che abbiamo già trasferita nella vita privata. Un modo di conversare affrettato, l'impazienza di ascoltare qualcuno senza interrompere, la difficoltà di trascorrere dei momenti senza nessuna azione, accogliere il silenzio e le cose come sono. La rapidità mangia la pazienza. Ma ci vuole la pazienza per vivere in modo saggio, sano e sostenibile. La pandemia di corona ha cambiato la rapidità eccessiva in una stasi collettiva da un giorno all'altro. È stato un cambio estremo e certamente occorre tempo per abituarci. Ma questa tranquillità forzata potrebbe essere una grande opportunità per riprendere fiato, aprire i nostri occhi di nuovo, pensare lucidamente, recuperare la pazienza e vivere insieme con rispetto, soddisfazione e felicità. Il lockdown potrebbe rompere il delirio di rapidità per vivere una vita più libera e illuminata dopo la crisi.

**(Roman)**

## **I pericoli del tempo sfrenato sugli schermi**

Ognuno di noi possiede almeno uno schermo di qualche tipo: una TV, un computer, un iPad o tablet, un cellulare smart, un orologio smart. Avevamo degli schermi nelle nostre case da tanti anni, ma nel mondo di oggi c'è un'epidemia, forse una pandemia, diversa da quella di Covid-19: Una pandemia di dipendenza dagli schermi.

Ci sono tanti studi che descrivono come l'uso degli schermi ha degli effetti negativi sulla nostra salute, in particolare per i bambini e i ragazzi. Troppo tempo passato sullo schermo può causare: l'obesità, i problemi di sonno, i problemi cronici della schiena e il collo, la depressione e l'ansia. Hanno scoperto anche che quei giovani che usano uno schermo per più di due ore al giorno hanno peggiori voti negli esami di linguaggio e pensiero.

Ma non sono solo i bambini e i ragazzi che soffrono della dipendenza dagli schermi. È possibile osservarla tra gli adulti in un gruppo: quando c'è un momento di tranquillità tutti prendono il cellulare in mano. Cercano una notizia, una e-mail nuova, un messaggio. Hanno voglia di un 'colpo'.

Siccome ci servono gli smartphone e gli altri strumenti, non possiamo smettere completamente di usarli. Quindi dobbiamo imparare di nuovo come si usano, o almeno come noi possiamo prendere il controllo dell'uso senza che prendano il controllo su di noi.

La prima cosa che dovremo capire è l'effetto che gli schermi hanno sulla mente se non stiamo attenti. Nello stesso modo che comprendiamo gli effetti dell'alcol, non possiamo sottovalutare l'influenza del cellulare. Quando capiamo questa forza, possiamo combatterla.

Poi se cercassimo di eliminare tutti i distrattori (le cose che i progettisti hanno creato per prendere la nostra attenzione), chiuderemmo delle porte che ci portano entro il 'mondo cellulare'. Così ne diminuiremmo l'influenza sulla nostra vita quotidiana.

La tecnologia ha superato la capacità psicologica dell'umanità (anche se è una nostra creazione). Ma adesso che ci siamo resi conto del problema, possiamo adattare le nostre abitudini e riprendere il controllo.

**(Angharad)**

## **L'infodemia in relazione con il covid-19**

L'infodemia è un neologismo che indica una sovrabbondanza o eccesso di informazioni. Alcune sono accurate ed affidabili, ma altre no; questo rende difficile alle persone credere totalmente alle fonti.

Oggi il nemico comune è il COVID-19 e giorno dopo giorno da più di un anno dobbiamo affrontare la diffusione di tante notizie per poter sconfiggere il virus.

Mentre i giornalisti e i responsabili della sanità pubblica hanno lavorato e lavorano per comunicare a tutti le informazioni sulle valutazioni e le raccomandazioni dei rischi, è emersa una minaccia correlata: il disagio psicologico derivante dall'esposizione delle continue notizie sull'epidemia.

Le notizie si diffondono più velocemente del virus. La disinformazione è anche spesso usata come mezzo per destabilizzare la fiducia nei governi e come arma politica. Dopo i primi casi di COVID-19, un'ampia gamma di FAKE NEWS si è diffusa attraverso media e social rendendo difficile l'identificazione di fonti affidabili di informazione. Tra le fonti di disinformazione è inoltre compresa l'amministrazione Trump che si è riferita all'epidemia come a una bufala e a un attacco politico da parte dell'opposizione.

**“Non combattiamo solo contro un virus, ma anche contro un'infodemia”**

La popolazione non ha solo una sofferenza immediata per il problema sanitario e sulle conseguenti ricadute economiche, ma anche per gli effetti nel tempo sulla salute psichica e mentale.

In quest'epoca in cui tutti abbiamo la capacità di ottenere informazioni da internet, è meglio cercare fonti affidabili come l'Organizzazione Mondiale della salute (OMS) e altre organizzazioni dell'ONU.

I social media dovrebbero essere usati per diffondere informazioni affidabili sul quando sottoporsi ad un test, cosa fare con i risultati e dove ricevere assistenza.

Più informazione disponibile per incoraggiare l'assunzione del vaccino.

**(Jeanett)**



## Non è solo COVID

*Posso dire che adesso è un tempo cattivo? No, perché questo è il mio tempo e ci vivo. Posso dire con esattezza che era meglio prima? Sono sicura che un malato di peste del XIX secolo avrebbe riso di me, puntando il dito. Ed è il XIX! Perché prima ancora c'erano troppe guerre e genocidi per parlarne. Futuro? E qual è il futuro?*

Mi sveglio la mattina pensando di non dover andare da nessuna parte. C'è ancora una zona rossa oggi? È arancione? È indifferente; ancora niente è possibile. La sensazione di isolamento e disperazione le ho buttate via dopo il lockdown dell'anno scorso: non ho bisogno di depressioni o paure inutili. Portare un bambino all'asilo, una vacanza, lavorare da casa...fa bene.

Mi preparo il caffè mattutino sfogliando l'etichetta della bevanda alla ricerca della dicitura "FLO" (Fairtrade International). Perché il mondo usa ancora il lavoro minorile illegale, lavoro per il quale vengono pagati pochi centesimi, che è quasi equivalente alla schiavitù. Ci sono molti esempi di questo tipo, dalle miniere d'argento della Bolivia (dove il minatore ha 10 anni e non spera nemmeno di avere una pensione in futuro: non vivrà abbastanza per vederla) ai bambini talebani in Africa.

Vado a fare la spesa. In macchina. Diesel. Nel pensiero la Terra esaurita dalle miniere, dalle costose auto elettriche e dallo scioglimento dei ghiacciai (Islanda, 2019); mi sorprendo a pensare che non ci siano code sotto il negozio, nessuno che ti guardi di traverso a causa della tosse e il disinfettante all'ingresso è completamente finito.

All'uscita tiro fuori una confezione di pasta e la metto in un cestino per i bisognosi: penso che questo cibo arriverà a un bambino affamato di un paese del terzo mondo. So che non è così, perché non è così semplice. Non arriverà dove i paesi del primo mondo stanno combattendo per il petrolio, non prestando attenzione ai poveri. Rifugiati. A quanto pare, le persone non scappano dalla bella vita attraversando i mari su piccole imbarcazioni e gettando i bambini oltre il muro tra il Messico e gli Stati Uniti.

Ho preso l'abitudine di guardare da vicino le persone, per capire se stanno bene o se nessuno ha un'arma con cui sparare alla folla da un momento all'altro. Così, solo per fanatismo. Qualcuno ha un esaurimento nervoso che potrebbe portare al suicidio. Non bisogna essere indifferenti, forse qualcuno nelle vicinanze ha davvero bisogno di aiuto, il misuratore della distanza non deve essere un ostacolo.

Sto cucinando il pranzo. Prendo il sale tra le mani. Bianco. Non comprerò mai più il sale rosa(non himalayano). Motivo? Il minatore del Dakar ricava 300 kg di sale al giorno sotto il sole cocente, in acque velenose, per ottenere uno stipendio mensile di 80 dollari. Nel frattempo, il loro proprietario vende un sacchetto di sale per \$200. Andrebbe tutto bene, se non che il minatore vivrà in tali condizioni non più di un anno e sarà sostituito da un altro, lo stesso giovane ragazzo per ottenere \$2 al giorno. Ora conosco il prezzo di un barattolo di sale rosa alla moda in cucina.

Navigo sui social network, ogni volta controllo le notizie di un fondo che aiuta i bambini e gli albinetti dell'Africa occidentale. Ho scoperto che nel 21 ° secolo gli albinetti sono ancora usati per i sacrifici, la prostituzione minorile è fiorente e ... la lista è troppo lunga e orribile.

Accendo il telegiornale della sera, ascolto statistiche deludenti sul coronavirus, poi ci sono alcune storie su nuove regole, istituzioni, disoccupazione, cambiamenti di governo, qualcuno ha ucciso qualcuno, il furto, da qualche parte c'è stato un terremoto e forse un'alluvione, una situazione critica nell'ambiente, lo sport e, infine, non è stato così triste: qualche star famosa ha rilasciato un'intervista, o qualcuno celebra l'anniversario e il tutto finisce con immagini stimolanti.

Guardando film ambientati in epoche diverse, leggendo libri di varie secoli, autori e tipi diversi, mi imbatto sempre in un'espressione così apparentemente ordinaria: "ora è un periodo difficile, ora non è facile". E mi sorprende a pensare che, a quanto pare, quel periodo "facile" non esisteva, perché nessuno sa cosa sia e se esista affatto. Ma questo tempo è migliore, perché è mio

**(Inna)**

## **La difesa del pianeta terra**

La difesa del pianeta terra è una delle cose che faccio imparare alle mie figlie. La migliore forma per far imparare qualcosa è l'esempio.

Con i piccoli gesti possiamo fare della natura un posto ancora più bello e sano. Un solo uomo può cambiare le cose ed essere un esempio per tutti noi.

Noi facciamo tante passeggiate sul lago e anche in montagna. La connessione fra la natura e la persona è grande, siamo una piccola parte del mondo e non dobbiamo distruggerlo.

Quando passeggiamo sul lago, vediamo tante cose che le persone buttano nell'acqua o sul lungolago.

Una volta al mese, io e le mie bambine andiamo con guanti ed alcuni sacchetti a pulire per rimediare alla mancanza di rispetto di altri cittadini con la bella natura.

Io ho tanto bisogno delle mie gite in montagna o delle passeggiate sul lago che non potrò mai contribuire a distruggere questi posti. Sono unici e meravigliosi. Faccio quello che c'è nelle mie mani per difendere la natura.

Dalla nostra parte, possiamo aiutare con piccoli gesti come non sporcare, pulire, fare la raccolta differenziata della spazzatura...ma anche diminuire il consumismo.

Piano piano, con questi cambiamenti da parte di tutti noi che non fanno una grande differenza nella nostra vita, riusciremo a difendere il nostro pianeta ed aiutarlo a non morire per colpa delle nostre abitudini e della nostra indifferenza riguardo alle cose più meravigliose della vita.

**(Ainara)**

## La piccola fioraia

*"Compra fiori a una ragazza" - la voce di una bambina risuona ancora nella mia testa.*

... Tornai a casa da un "rendez-vous"... La serata era stata bella. Fuori era freddo, l'umidità mi pizzicò il naso. La città era immersa nelle luci e nei passi fastidiosi della gente. La casa era comunque a pochi passi, il centro città era affollato. All'improvviso, dal nulla, una bambina di dieci anni apparve davanti al mio ragazzo.

"Compra fiori alla tua ragazza" - si rivolse a lui con una voce gentile ma roca, teneva rose rosse tra le braccia sottili. Le vendeva singolarmente. Scuri come la notte, gli occhi sembravano stanchi, ma cercarono di brillare di gioia. Un sorriso insincero apparve sulle sue labbra. I capelli biondi spettinati le caddero pigramente sulle spalle, delinearono un piccolo viso. "Come un angelo" - balenò nella mia testa per qualche motivo. I miei occhi caddero su una camicetta lacera e pantaloni consumati. "Gli angeli sono vestiti così?" - il pensiero si cambiò in un altro. Era così freddo, e lei era svestita, le sue manine dalle dita sottili tremavano. Sandali pelati ai piedi. Era caldo...? Ebbi molti pensieri nella mia testa: Chi faceva camminare i bambini di notte e vendere fiori? I genitori o la loro assenza?

L'angelo bianco vide i dubbi del mio ragazzo, aggiunse frettolosamente: "Guarda che bella!". Il ragazzo non potette rifiutare e, chiese il prezzo di una rosa, tirò fuori il portafoglio. Gli occhi della bambina si illuminarono. Soldi, non ebbe bisogno di molto da noi ...

Non potetti fare a meno di dire:

"Quante rose hai?" - chiesi.

"Cinque," - rispose la ragazza.

La ragazza mise i soldi in tasca, corse nella direzione opposta, nell'oscurità della città.

Rimasi con il vuoto, il cuore mi fece male e le mie mani strinsero cinque rose rosso sangue.

**(Inna)**

## **Pregiudizi**

### *Prologo.*

*Ho sentito parlare per la prima volta di stereotipi all'università all'età di 18 anni. Non è normale che nel mondo moderno inizino a parlare di stereotipi con persone la cui visione del mondo è già formata. Non ho mai visto una persona di colore, un asiatico o una persona con disabilità nei miei libri scolastici. Non sapevo che a scuola si dovesse parlare di educazione sessuale, non sapevo che si potesse non frequentare una lezione di "Religione". Ci sono stati infatti imposti degli stereotipi su come fare le cose, come comportarci per non andare oltre il "normale" o come dovremmo apparire. Certo, si trattava di promuovere il bene, ma non mi sono mai sentita così libera come ora, buttando via tutte quelle imposizioni e rompendo tutti i "confini" nella mia testa. Eppure, quanto è bello essere tolleranti verso gli altri e se stessi. E sono felice quando accendo i cartoni animati per mio figlio e vedo bambini di razze diverse, in sedia a rotelle, con caratteristiche diverse, con genitori dello stesso sesso e capisco che sto facendo il primo passo per far crescere mio figlio libero dagli stereotipi.*

**(Inna)**

## **Pregiudizi duri a morire**

### ***Moglie come casalinga, uomo come sostentatore***

Nel corso dei secoli passati era “normale” che la moglie organizzasse tutto il lavoro a casa e l’uomo invece lavorasse fuori casa il maggior tempo per guadagnare i soldi. Ma anche oggi, questo modello è ancora abbastanza attuale nelle famiglie conservatrici e crea dipendenza eccessiva dal marito e limita la possibilità dell’espressione delle donne. Questo modello ha manifestato nel tempo la dominanza dell’uomo nella famiglia.

### ***Pregiudizi contro gli stranieri/immigranti***

Gli Stranieri e i migranti sono ancora oggi spesso percepiti con dubbi e pregiudizi che ne complicano l’integrazione e la partecipazione. La cultura

dell'accoglienza varia tra i paesi dipendentemente da una mentalità più aperta o più chiusa. Pregiudizi tipici riguardano la sicurezza (pregiudizio: "aumento della criminalità"), mercato del lavoro (pregiudizio: "loro prendono i nostri posti di lavoro") e identità nazionale (pregiudizio: "perdiamo la caratteristica della nostra cultura/identità"). Questi pregiudizi creano un clima pesante e sgradevole per entrambi. Una cultura di benvenuto, invece, aumenta la varietà, apre l'orizzonte nella comunità e crea sinergie con vantaggi per tutti.

### ***L'ingiustizia tra "classi sociali": precariato (lasciato indietro) vs l'élite (privilegiati).***

La disparità della condizione di vita nella società forma classi chiuse e mondi paralleli. Mentre l'élite fruisce spesso della prosperità e reputazione delle generazioni precedenti, la popolazione più povera deve resistere agli ostacoli fondamentali di tutti i giorni. La situazione economica precaria non permette l'accesso al ceto medio e alto e, al contrario, l'élite spesso evita il contatto con la classe povera. L'interazione tra le classi progressivamente si riduce e risultano classi con caratteristiche specifiche irrigidite. Dagli ultimi 30 anni, in Germania orientale si può osservare la formazione di un nuovo precariato che è lasciato indietro e scorporato dal resto della società. Le scarse possibilità di miglioramento della situazione causano una "cultura" del precariato – una tendenza triste.

### ***L'invisibilità dei disabili nella vita pubblica***

Si può osservare in vari paesi europei che non c'è molta presenza dei disabili nella vita pubblica. In un'Europa capitalistica sembra che loro siano rimasti isolati nei centri per disabili e non abbiano la opportunità di partecipare veramente alla vita comune. Ma per una società è importante che viviamo tutti insieme perché possiamo imparare gli uni dagli altri. C'è bisogno di interazione, solidarietà e diversità.

**(Roman)**



## **Ancora pregiudizi!**

Anche quest'anno abbiamo festeggiato la festa delle donne. E subito mi viene in mente un esempio di uno dei pregiudizi che esistono in Russia già da tanto tempo. Da noi, purtroppo, anche oggi tante persone credono che per la donna la cosa più importante nella vita sia il matrimonio. E non importa con chi sposarsi, non importa come diventerà la vita, è importante solo essere sposata. Non capisco perché, ma se una donna si sente benissimo da sola, se lei preferisce avere una carriera ed è molto brava sul lavoro, tutto questo non importa. Lei non è sposata, poverina.

Quando una donna si incontra con una sua amica con la quale ha parlato l'ultima volta molti anni fa, quasi sempre la prima domanda è – “Come stai, sei sposata?”. Perché se la donna ha deciso di stare da sola e non sposarsi solo per essere sposata, questa donna non è una persona normale, dicono.

Io penso che i pregiudizi ci complichino la vita, non ci facciano sentire liberi e felici. Molto spesso diventiamo dipendenti dall'opinione pubblica. Così possiamo limitarci ed alcune volte anche rinunciare al sogno, obiettivo. Purtroppo non è così facile abbandonare i pregiudizi perché la gente li passa da una generazione all'altra. Ma io auguro a tutti noi di essere liberi e non guardare indietro.

**(Elena)**

## **Quanti 'geni incompresi'?**

"É incredibile come un giudizio possa finire solo con la vita di un individuo"

Nella storia i geni non sono mai capiti bene, riusciamo a comprenderli solo dopo tanti anni di studi, attraverso varie generazioni.

Normalmente si riconosce la grandezza della mente di un Genio quando non c'è più, e anche si pensa a tutti gli errori e pregiudizi che si sono commessi verso di loro ancora in vita, proprio come la famosa frase " non sai cosa hai, finché non lo perdi".

Penso che dobbiamo essere attenti e rispettare i pensieri altrui, soprattutto se all'inizio ci sembrano delle strane idee che forse non riusciamo a capire.

Se tutti sapessimo accettare con rispetto il modo di essere e pensare di ogni individuo potremmo avere un panorama diverso della vita e magari avanzare di più nell' arte, tecnologia e la scienza.

**(Jeanett)**

## **Il diritto di lamentarci?**

Ci sono vari punti di vista se vogliamo parlare dell'importanza dei problemi delle persone. Ognuno ha un tipo di vita e diverse preoccupazioni.

A volte, nelle conversazioni fra me e le mie amiche, sempre ci sono tante lamentele che personalmente chiamo "problemi del primo mondo". Certo che esistono cose dure da affrontare ogni giorno. Sicuramente, ci sono situazioni più difficili per alcuni e non mi sembra giusto giudicare se uno abbia o no il diritto di lamentarsi.

Tuttavia, anche se sono totalmente d'accordo con l'importanza di Dio nella nostra vita quotidiana, penso che la felicità dipenda solo da noi come persone individuali.

Il decidere se le cose che succedono nella vita sono dure o no, tocca solo alla persona singola che deve tenere in conto tutte le varianti che per avere una risposta adeguata. Questa decisione dovrà farsi in base alle sue credenze, la moralità, la sua economia, il tipo di vita, eccetera.

A volte ci lamentiamo tanto che vogliamo cambiare le cose anche se sono buone dal punto di vista di un'altra persona e magari dal nostro se guardiamo bene. Spesso sentiamo dire in giro "vorrei tanto ...". Ma se pensiamo bene a questo desiderio, tutto nella nostra vita, anche quelle cose che consideriamo buone, cambierebbero. Magari se pensiamo bene, non vogliamo lamentarci più.

Ma se in fondo c'è la voglia di cambiare le cose e abbiamo anche la possibilità di farlo, dobbiamo andare avanti. Forse dovremmo pensare a non lamentarci ed invece a darci da fare per quel cambiamento che desideriamo tanto.

Non si può avere tutto, l'importante è imparare ad essere felici con le cose che abbiamo.

**(Ainara)**

## **Impariamo a dire: "grazie"**

Viviamo in una società che si lamenta al minimo imprevisto e che si offende al minimo commento, se appena il commento non segue le nostre credenze. Provo un senso di disagio per la consapevolezza di essere stato anch'io partecipe di questo atteggiamento. Sì, la tentazione di lamentarsi ha bussato alla mia porta e sì, devo confessare che mi ci sono tuffato in pieno, nonostante il mio pane non fosse completamente duro.

Questi sentimenti e reazioni sono un riflesso della nostra insicurezza e della nostra ricerca della felicità. Siamo bombardati da stimoli diversi che ci possono fare sentire non "sufficienti": sufficientemente alti, con sufficiente stipendio, sufficiente amore; come se non ci bastasse mai nulla. Inoltre, il nostro ambiente sembra cambiare a una velocità accelerata verso un luogo incerto, mentre il concetto di comunità vicina, dove poter appoggiarsi, non è forte come lo era forse una volta. Le radici dell'egoismo, che erano già cresciute più forti dopo l'ultima crisi economica, adesso vengono alimentate anche dalle persone che ci rappresentano al più alto livello. Tutto insieme, è ovvio che la soluzione più economica ai nostri problemi sia il lamento e l'offesa.

Però, per essere sincero, non vorrei giustificare le mie attitudini passate, e nemmeno quelle degli altri. Non è certo che tutto sia colpa di altri attori, possiamo (io posso) e dobbiamo lavorare per trovare quello che ci faccia felici. Nella vita, sempre troveremo della gente con delle cose in più oppure in meno; siamo in tanti. Secondo me, bisogna che facciamo il miglior uso di quello che ci viene dato, senza dimenticarci di ringraziare tanto e tanti, per le mete raggiunte e per chi ci ha aiutato nella corsa. Praticiamo il ringraziamento allo stesso tempo che aiutiamo le persone più vicine, siano della famiglia, colleghi di lavoro, oppure perfetti sconosciuti. Usiamo il ringraziamento come ammorbidente per il pane che guadagniamo e mangiamo tutti i giorni.

**(Jesus)**

Aida – Tunisia  
Ainara – Spagna  
Aishe – Albania  
Ana Sthefany – Perù  
Angela – Moldova  
Angelo - Perù  
Angharad – Galles – UK  
Arlene - Irlanda Del Nord - UK  
Assia – Marocco  
Bia – Togo  
Bjorn – Scozia – UK  
Caio Cesar – Brasile  
Daniele – Brasile  
Dorsaf – Tunisia  
Elena – Ucraina  
Elena- Russia  
Estephanie – Perù  
Fatiha – Marocco  
Guler – Turchia  
Gurwinder E Sukhdeep – India  
Imen – Tunisia  
Inna – Ucraina  
Irina – Kazakhstan  
Irina – Romania  
Iris – Brasile  
Isabella – Brasile  
Ivan – Spagna

## **Le Autrici e Gli Autori**



Jeanett – Messico  
Jessica – Brasile  
Jesus Maria – Spagna  
Juiphine – Rep. Dem. Congo  
Kasia – Polonia  
Lorena – Guatemala  
Manar -Marocco  
Mariem – Tunisia  
Mrida – Bangladesh  
Narjes – Tunisia  
Nohaila – Marocco  
Roman – Germania  
Rosa – Messico  
Sakeela – Sri Lanka  
Sanaa – Marocco  
Sara – Costa d’Avorio  
Siham – Marocco  
Stephany – Perù  
Steve – USA  
Susan – Scozia -UK  
Svitlana – Ucraina  
Valentyna – Ucraina  
Vianeris – Rep. Dominicana  
Yaya – Costa d’Avorio  
Zahra – Marocco  
Zineb – Marocco  
Zuzel – Cuba