

ONDA ERRA

1. 33

n. 1...10...20...333

continuiamo a «dare i numeri»

Cari amici lettori,

Bentornati ad una nuova edizione del nostro giornalino, la seconda del 2022!

Prima di tutto diamo il benvenuto a Vittoria, new entry nel nostro gruppo, che ci proporrà un originale articolo con l'acrostico delle parole “fratelli” e “sorelle”.

Inoltre in questo numero io ed i miei compagni tratteremo l'argomento delle nuove dipendenze che coinvolgono maggiormente bambini ed adolescenti, vi faremo viaggiare con la fantasia in una settimana ricca di mestieri ed antiche usanze, parleremo della storia di alcuni oggetti che usiamo quotidianamente, vi proporremo una riflessione sui *gender* e infine troverete una recensione del libro “La vita è una bomba” di Luigi Garlando.

Spero vivamente che questi argomenti vi abbiano incuriosito, quindi non mi resta che augurarvi una buona lettura!

Sara F.

# Pace: sorriso di luce sull'umanità

Tu puoi avere la pace  
soltanto se la dai.

(Marie Ebner)



Meglio pace con pane e sale  
che guerra con arrosto.

(C. Wolf)



La pace è per il mondo  
quello che il lievito è  
per il pane. (Talmud)

Pace: periodo in cui  
c'è una guerra  
da un'altra parte.

(G. Durnez)

La pace è come un bambino che sorride  
ogni volta che lo si guarda. (T. Hermans)



anni che vivi

# MESTIERI CHE TROVA

Buongiorno cari lettori,  
come già spiegato dai miei amici nel nostro precedente numero, l'epoca in cui viviamo è figlia di tecnologie avanzate in ambito informatico, scientifico, meccanico nonché di nuovi mezzi di comunicazione che superano ogni distanza, ma che ne creano a loro volta sostituendo rapporti reali a relazioni virtuali.

Ebbene, in questo marasma di futuro e innovazione, mi piacerebbe salire su una macchina del tempo e tornare in un passato che è riuscito a cancellare dalla memoria mestieri che oggi non esistono o non si ricordano più.

Proverò a immaginarmi una settimana lavorativa in cui ogni giorno mi possa occupare di una attività che al giorno d'oggi non viene più svolta.



Si tratterà di una settimana che si svilupperà in una dimensione tempo/spazio un po' particolare, ma come potrebbe essere diversamente usando una macchina del tempo?

## **Lunedì**

Mi trovo verso la fine del 1800 e oggi inizio la settimana come lettore in una fabbrica di sigari cubani.

Il mio compito è quello di leggere ad alta voce quotidiani, libri o testi sindacali agli operai con lo scopo di rendere meno monotono e noioso il loro lavoro. Talvolta sono gli operai stessi a pagare di tasca propria il mio compenso, in modo da poter effettuare anche richieste specifiche sui brani che hanno piacere di ascoltare.

Mi piace questa mansione, mi sento una sorta di Internet umana del passato.

E' piacevole perché è facile essere ascoltati ed è altrettanto facile raccogliere apprezzamenti e consensi dai manovali che sentono meno il peso di un lavoro ripetitivo. Documentandomi un po' su questa professione ho piacevolmente scoperto che nella città di Napoli, questa occupazione aveva assunto un ruolo ben più ampio trasferendo l'intrattenimento dalla fabbrica all'intera popolazione. Ai piedi del Vesuvio, i lettori si posizionavano agli angoli della strada e per intrattenere i passanti leggevano passi di opere italiane e napoletane.

## Martedì

Oggi sono una venditrice del ghiaccio.

Questo mestiere, ai nostri giorni sembra davvero impensabile e surreale, ma fino alla nascita dei frigoriferi elettrici non lo era affatto.

Il primo frigorifero domestico, del 1913 in realtà non era che un armadio in cui doveva essere caricato del ghiaccio.

Ecco perché dispongo di grandi contenitori isolanti fatti di zinco nei quali trasporto il materiale refrigerante, proveniente da laghi e ghiacciai, che vendo nelle singole case per tenere al fresco gli alimenti.



Ho tanti clienti, principalmente negozianti, ristoratori, baristi, venditori di cocomeri, ma anche singoli cittadini, sia nobili sia di più umili origini. I primi dispongono di mobili in grado di contenere una maggiore quantità di ghiaccio, perciò sono clienti più generosi, mentre i secondi si accontentano di avere a casa un secchio con acqua e ghiaccio dove tenere al fresco un paio di bottiglie e conservare altri alimenti.

Vendo blocchi di ghiaccio lunghi quasi un metro e molto pesanti, ma chi ne fa richiesta può acquistarne anche un pezzo più piccolo.

Nella rottura del blocco si creano piccoli pezzi che regalo volentieri ai bambini che spesso inseguono il mio carretto.

Un mestiere particolare, soprattutto nel percepire la soddisfazione per l'acquisto di un materiale semplice, ma in grado di fornire un grande sollievo per il raffrescamento personale e per la conservazione del cibo o delle bevande.

## **Mercoledì**

Un po' di brivido.... Oggi sarò un ascoltatore del cielo.

Durante la Prima Guerra Mondiale non esistevano i radar.

Per capire in anticipo quando su una città si sarebbe scatenato un attacco dal cielo, da parte dei rudimentali aerei del tempo, venivano impiegati gli “ascoltatori del cielo” ovvero persone in carne e ossa che dovevano stare con le orecchie tese per individuare possibili pericoli dal cielo. Indosso a tale scopo enormi orecchie artificiali attraverso le quali dovrei cercare di intercettare suoni di aerei appartenenti alla flotta nemica, in modo da adottare, appena possibile, tutte le contromisure necessarie alla difesa.

Al giorno d'oggi questo importante compito viene svolto dai moderni radar che utilizzano onde elettromagnetiche per rilevare con precisione posizione e velocità di oggetti sia fissi che mobili. Un lavoro particolare quasi da supereroe. Mi sembra impossibile infatti che tanta responsabilità, paura ed emozione venissero addossate a uomini comuni.

## Giovedì

La macchina del tempo mi porta oggi in Gran Bretagna, ai tempi della rivoluzione industriale.

In questo periodo non esistono ancora le sveglie a pile o elettroniche e per svegliare le persone viene istituita la figura della sveglia-umana.

Voglio proprio provare.... Dovrò svegliare gli operai per fare in modo che attacchino il turno in orario.

Con un bastone di bambù mi recherò presso le case di chi mi avrà richiesto il servizio appunto per destare le persone. Non andrò via finché non otterrò la prova di aver raggiunto lo scopo e quindi fino a quando non vedrò la persona interessata affacciarsi alla finestra.

Molto originale come professione e anche un po' rischiosa, perché si sa che appena svegli siamo tutti un po' di cattivo umore, perciò mi chiedo, se spesso con rabbia azzeriamo la sveglia o oggi zittiamo la suoneria dei cellulari, queste sveglie umane come saranno mai state trattate? Devo dire che a me non è andata affatto male...



## Venerdì

Oggi mi occupo di un lavoro manuale, ma che mi offre la possibilità di conoscere tanta gente. Sono un lustrascarpe ovvero una persona che di professione lucida le scarpe altrui, generalmente sulla strada.

Un tempo questa professione era diffusa in gran parte del mondo, oggi è andata quasi completamente scomparendo.



Qualcuno mi chiama sciuscia' storpiando un po' il termine inglese shoe shiner che altro non vuol dire che lucidatore di scarpe.

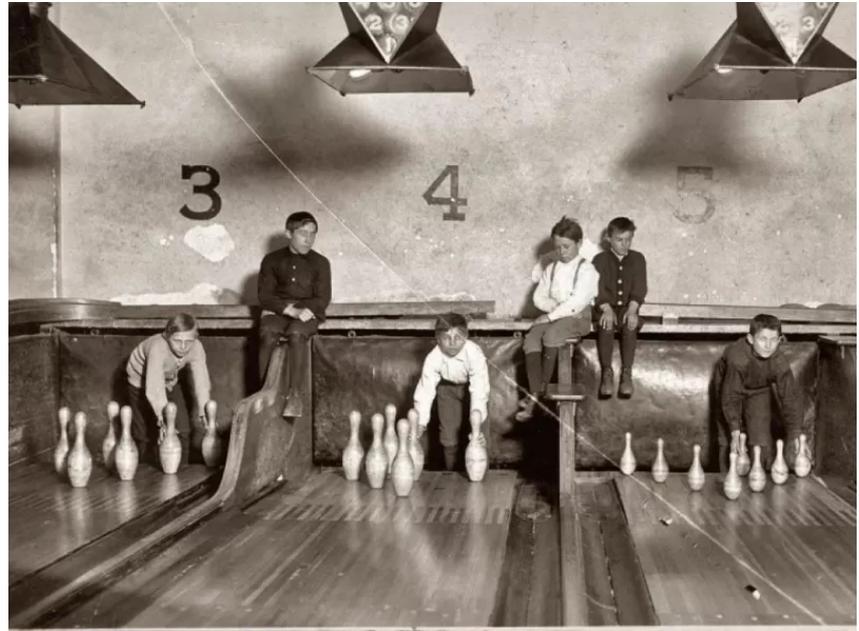
I miei attrezzi sono contenuti in una cassetta di legno dalla quale sporgono due sagome di legno, dove il cliente appoggia i piedi. Porto sempre con me vari tipi di spazzole e lucidi neri o marroni, a seconda del colore delle scarpe da lucidare. Non mi dispiace aver provato per un solo giorno questo semplice lavoro che mi ha dato modo di parlare di argomenti interessanti con persone altrettanto interessanti.

## Sabato

Sabato sera di svago al bowling. Probabilmente penserete che vada a divertirmi, invece no o almeno non del tutto.

Prima che venissero meccanizzati, nel 1941, i birilli del bowling venivano rimessi in ordine a mano da un apposito addetto.

Di solito erano ragazzi minorenni in cerca di una piccola paghetta, quindi fa al caso mio.



Certo devo essere rapida e cercare di uscire dalla pista prima di un nuovo lancio. Comunque non mi pesa, mi piace vedere tanta gente che affolla le piste e si diverte senza farsi male. In questa epoca non si rendono ancora conto che nel secolo successivo per i ragazzi non sarà così facile raggiungere lo stesso scopo.

## **Domenica**

La settimana si è conclusa, risalgo sulla mia fedele macchina del tempo che mi riporta senza indugio al 2022.

E' proprio vero ... epoca che vai, lavoro e usanze che trovi.

Ho indubbiamente lavorato di immaginazione, cercando di calarmi nei panni di alcune impensabili tipologie di lavoratori, in epoche e luoghi diversi.

Riprendo ora i miei panni di studentessa e ritorno con la testa sui libri.

Per me è stato bello fantasticare e spero che anche voi siate riusciti in parte a viaggiare con me.



# La vita è una BOMB



Salve a tutti cari amici, benvenuti in una nuova lettura. Oggi vorrei fare una recensione, ma non di un videogioco, e neanche di un film, voglio fare la recensione di un libro che consiglio soprattutto a chi ama il calcio perché l'autore è un amante di sport e soprattutto di esso.

**Luigi Garlando**, laureato in letteratura all'Università Cattolica di Milano, ha insegnato per due anni italiano e storia nella scuola media e, successivamente, ha collaborato con una nota casa editrice di fumetti, il Battello a Vapore. Dal 1991 lavora come giornalista sportivo presso.

Con questo libro ha ricevuto numerosi riconoscimenti, primo fra tutti il Premio Il Battello a Vapore, e ha partecipato alla stesura di vari articoli su diverse riviste sportive.

Ha partecipato a numerosi eventi sportivi mondiali come inviato. Il CONI lo ha premiato per la sezione inchieste e per il racconto sportivo.

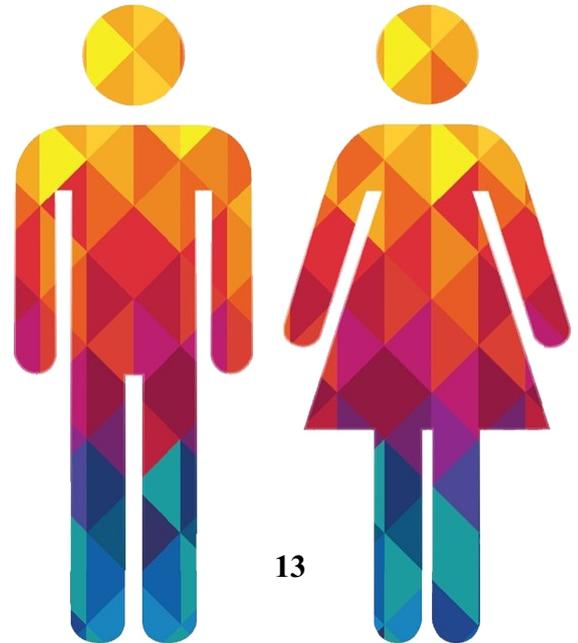
Questo libro racconta della vita di Milan, un ragazzo serbo amante del calcio che viene investito in pieno dalla crudeltà della sanguinosa guerra civile dell'ex Jugoslavia degli anni '90,

che gli strappa dalla vita la mamma, la casa e la gamba perdendo così l'occasione di diventare un giocatore professionista, ma una delle cose che fanno riflettere, è che, nonostante tutto ciò, lui non si arrende e, grazie all'aiuto di alcuni suoi amici e compagni di oratorio, riesce comunque a giocare con questa squadra, ma la cosa più particolare che ho notato subito e che viene messa molto in evidenza, è che certe volte le cose belle e gli avvenimenti brutti parlano spesso con le stesse parole, parole che si usano per descrivere sofferenze atroci come la guerra o per raccontare un divertimento smisurato come una partita di calcio, ad esempio ascoltando: «Una bomba esplosa nella porta avversaria» dopo aver letto questo libro non si pensa solo ad una pallonata, ma anche ad un oggetto diabolico che toglie la vita o mutila le persone sventurate che vengono colpite da essa. Questo libro è una breve lettura dove Milan racconta la propria storia nel suo primo tema in classe in terza elementare, collegando i suoi ricordi agli undici numeri delle magliette dei giocatori. Personalmente questo è uno dei migliori libri che io abbia mai letto perché mi ha fatto riflettere su molti argomenti a cui prima d'ora non avevo dato molto peso, ad esempio che cosa hanno passato e passano coloro che sono usciti da una guerra; infatti, hanno sempre perso qualcosa di molto importante per loro, e a proposito di ciò mi collego al secondo valore che ho imparato: non dare mai nulla per scontato. Infatti, noi siamo molto fortunati a vivere in una comunità dove ci troviamo con persone che ci vogliono bene e che possono fornirci ciò che vogliamo e ciò di cui abbiamo bisogno sempre comunque. Quindi, spero abbiate gradito questo articolo e alla prossima!

# IDEOLOGIA GENDER

## non tutto ciò che luccica illumina

E' da parecchi anni, ormai, che si sente parlare dell'ideologia del *gender* (del "genere" in italiano), da altrettanto tempo ciò che è configurato in questo modo di pensare sta sempre più entrando nella mentalità della società. Ma di cosa si tratta esattamente? Con l'espressione "ideologia gender" si fa riferimento alla deriva ideologica dei cosiddetti studi di genere, che rappresentano un approccio multidisciplinare allo studio dei significati socio-culturali della sessualità e dell'identità sessuale. In che cosa consiste, allora, tale deriva? Nell'irrazionale concezione dell'essere uomo o donna non in base a come si è strutturati biologicamente, ma in base alla propria percezione di sé.



Non è tutto: come probabilmente avrete già sentito dire, per questa teoria non esistono i due sessi maschile e femminile, come invece ci dimostra la natura, ma una sconfinata moltitudine di generi, ovvero, citando testualmente le parole dell'articolo n. 1 del ddl Zan, *“qualunque manifestazione esteriore di una persona che sia conforme o contrastante con le aspettative sociali connesse al sesso”*, e altrettante identità di genere, cioè *“l'identificazione PERCEPITA e manifestata di sé in relazione al genere, anche se NON corrispondente al sesso, INDIPENDENTEMENTE dall'aver concluso un percorso di transizione”*.

A questo proposito basti pensare che l'algoritmo di Facebook, al momento dell'iscrizione, permette di scegliere tra ben 70 differenti inclinazioni sessuali e di modulare l'adesione alla suddetta categoria su una scala tra 0 e 6. Tutto ciò, oltre ad essere privo di alcun valido fondamento scientifico, ad essere contro ogni logica, decisamente irrazionale e in aperto contrasto con la visione del mondo dei credenti, è prima di tutto in assoluta opposizione nei confronti della natura, all'interno della quale non è stato previsto il disordine causato dal fatto di considerare come soggettivo ogni singolo aspetto della vita, la quale sembra ormai a completa disposizione dell'uomo per goderla (o sprecarla) a proprio piacimento.

Si tratta però di un'ideologia, vale a dire di una costruzione mentale che vuole imporsi sulla realtà per soffocarla, ma invano, poiché la realtà in quanto tale non può essere né nascosta né soffocata.

L'imposizione di questa cultura è avvenuta in nome della libertà e del rispetto, apparentemente, ma continuerà a essere così considerata fino a quando non si capirà che il vero significato del termine libertà consiste nel saper SCEGLIERE il bene, non nel becere "faccio ciò che voglio e come voglio", e che il rispetto si deve a tutti in quanto esseri umani, ma non comporta l'accettazione di ideologie contrarie ai propri principi, né la bieca sottomissione al "così pensano tutti".



15

Conseguenza di questo comodo modo di ragionare è che tutti i vizi, quando sono di moda, passano per virtù, poiché la maggioranza li considera tali, anche se restano ontologicamente (cioè in sé) vizi; cercare di affermare ciò è molto complicato, perché si viene tacciati di bigottismo e fondamentalismo: eppure dichiarare che l'uomo necessita di saper riconoscere e apprezzare le sue radici, di vivere secondo regole non costruite *ad hoc* per poter incrementare ancora di più il proprio egoismo, ma oggettive e che concorrano veramente al bene comune non è fondamentalista, bensì fondamentale.

Ed è fondamentale soprattutto rispondere con rettitudine al "così pensano tutti" che ci viene proposto, perché purtroppo il lato più triste della medaglia è che i diritti (o capricci che pretendono di essere considerati tali) di cui il gender si fa portavoce non sono che un modo per ottenere un individuo perfettamente manipolabile, dal momento che tutto diventa famiglia,

dunque più niente lo è, tutto è amore, dunque più niente lo è e in definitiva tutto e tutti sono uguali. Questo è quanto di più pericoloso possa capitare in una società che si definisce libera, perché una volta che la popolazione è composta da canne al vento, da persone “fluide”, tutte uguali, che sono tutto e non sono nulla, è estremamente semplice per il mercato e gli organismi di potere indirizzare a proprio favore i consumi, le opinioni e le decisioni di un mondo così. E' il business che purtroppo è già presente dietro la pratica della maternità surrogata, che in nome dei diritti riproduttivi, della felicità, dell'amore e nel silenzio dell'occidente che preferisce pensare che il fatto di declinare le professioni al femminile e far terminare le parole con un asterisco siano questioni serie, permette che spesso nei paesi più poveri del mondo una donna, dietro compenso, venga sfruttata per portare in grembo un bambino frutto dell'ovulo di ancora un'altra donna; lo stesso business si nasconde dietro il fatto di somministrare farmaci bloccanti della pubertà a bambini di età sempre più precoce. Ma l'interesse di questi bambini, in tutto ciò, da chi è tutelato? Da chi li considera un diritto no di certo.

Nonostante la situazione non consenta una visione più di tanto ottimistica del futuro, si può sperare che questa moda, come tutte le mode per definizione, passi in fretta: probabilmente solo quando l'umanità constaterà di essere rimasta con in mano un paio di *schwa*, asterischi e nient'altro, ci si renderà conto degli errori commessi e si tenterà di porre rimedio.

Infine, sappiamo che noi abbiamo un motivo in più per opporci a tutto questo e allo stesso tempo per non sentirci soli in un mondo che parla al contrario di ciò che pensiamo noi, cioè la fede. Io sono convinta infatti che senza la fede non avrei avuto il coraggio di scrivere questo articolo e che tanti altri non avrebbero corso il rischio di esporsi su queste tematiche, subendo l'inevitabile scomunica di una società che accetta solo quando si parla di piacere, mai di verità.

# Origine degli oggetti più comuni



Tutti noi usiamo oggetti come la televisione e la lampadina, ma da chi e come sono state inventate?

## **STORIA DELLA TELEVISIONE**

La televisione è il più potente dei mezzi di comunicazione che permette, attraverso le immagini e l'audio, di conoscere informazioni, apprendere notizie, visitare luoghi lontani, vedere film e documentari.

E' diventata la forma di intrattenimento con cui le famiglie trascorrono molto tempo. Ai giorni nostri è un mezzo che è in continua evoluzione grazie ai satelliti per le telecomunicazioni e alla trasmissione digitale.

La televisione utilizza onde elettromagnetiche per far viaggiare suoni e immagini su grandi distanze.

Venne inventata nella prima metà del 20° secolo ed era l'evoluzione della radio. Fu il frutto del lavoro di molti inventori ed inizialmente era un dispositivo elettromeccanico e poi solo successivamente elettronico.

In Italia le trasmissioni televisive iniziarono la sera del 3 gennaio 1954.

Esisteva un solo canale e i programmi erano trasmessi solo poche ore del giorno e non in tutte le regioni. Solo nel 1961 il segnale televisivo coprì l'intero territorio nazionale.

La prima televisione era elettromeccanica ed era molto diversa da quella che conosciamo adesso. Venne creata il 23 dicembre 1883 da uno studente tedesco di nome Paul Gottlieb Nipkow. Il suo sistema usava un disco su cui c'erano dei fori disposti su una linea a spirale.

Da quell'invenzione passarono ben 42 anni e il 25 marzo 1925 l'ingegnere scozzese John Logie Baird realizzò la prima televisione, che chiamò radiovision, in grado di trasmettere immagini in movimento.

Le primissime immagini televisive trasmesse rappresentavano un gatto.

Per creare la televisione Baird aveva fatto esperimenti con il disco di Nipkow citato prima e riuscì ad amplificarne il segnale.

Baird continuò a migliorare la sua invenzione facendo molti esperimenti, finché, il 2 ottobre 1925, il fattorino William Taynton si prestò a una prova di Baird, non sapendo che sarebbe stata la prima persona rappresentata in un dispositivo che avrebbe cambiato la vita di tutti. Infatti, solo un anno dopo la sua apparizione in tv, Taynton diventò una star ricercatissima da giornalisti e star del cinema.

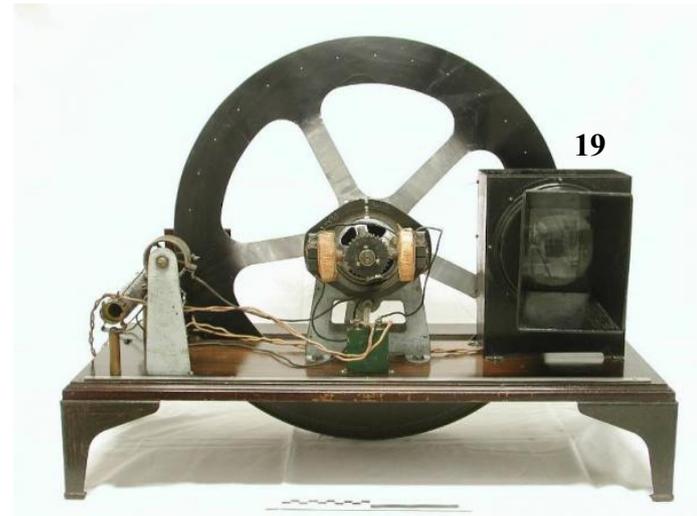
Il 7 settembre 1927, l'inventore statunitense Philo Farnsworth nel proprio laboratorio di San Francisco inventò la prima tv elettronica, che è stata commercializzata in Europa nel 1929, ed è tutt'oggi ancora in uso.

Ma la televisione che probabilmente tutti abbiamo in casa è quella digitale sperimentata nel 1998 e diffusa completamente solo nel 2012.

Nel 1937, dopo varie modifiche, la televisione fu finalmente venduta anche in Italia.

Una svolta nel mondo della televisione ci fu con l'invenzione del tubo a raggi catodici che portò alla nascita della televisione elettronica.

Questo tubo fu inventato dal russo Vladimir Zworykin collaborando con il suo insegnante Boris Rosing.



Essi costruirono un apparecchio che aveva un obiettivo simile a quello delle macchine fotografiche.

Negli anni '30 si cominciò a provare a trasmettere programmi in modo regolare.

La prima diretta sportiva fu trasmessa nel 1937 in Germania con i giochi della XI olimpiade a Berlino, per un totale di 8 ore giornaliere.

All'inizio le trasmissioni televisive erano mandate in onda solo in bianco e nero, ma nel 1953 negli Stati Uniti arrivò la televisione a colori.

In Italia le prime televisioni a colori risalgono al 1977.

E adesso, ecco alcuni dei più importanti eventi della televisione mondiale, a partire dal 1929 fino agli anni 2000.

- 1929: iniziano a Roma e Milano gli esperimenti di trasmissione delle immagini utilizzando il disco di Nipkow.
- 1935: il 22 marzo viene messo in onda dalla Germania nazista il primo programma televisivo regolare del mondo, costituito da quattro ore e mezzo di trasmissioni settimanali.
- 1937: 10 maggio: l'incoronazione di re Giorgio VI è il primo evento trasmesso in diretta nella storia della televisione.
- 1939: il 30 aprile, in occasione dell'inaugurazione della Fiera Mondiale di New York, la NBC inizia negli USA regolari trasmissioni televisive.
- 1941: 1 luglio: la NBC americana trasmette il primo spot pubblicitario televisivo (riguarda gli orologi Bulova).

- 1954: 3 gennaio: dagli studi RAI di Torino cominciano le prime trasmissioni RAI.
- 1955: negli Stati Uniti iniziano le prime trasmissioni a colori.
- 1964: in California nasce la prima pay-TV. Nello stesso anno, la XVIII Olimpiade di Tokyo è il primo grande evento sportivo trasmesso in mondovisione via satellite.
- 1967: In Francia e Germania iniziano le trasmissioni a colori.
- 1969: tra il 20 e il 21 luglio l'uomo sbarca sulla Luna in una diretta tv di 28 ore.
- 1976: la RAI introduce nella TV italiana il colore, già presente da tempo in altri paesi.
- 1997: compare sul mercato il primo televisore al plasma.
- 2000: la tecnologia LCD (*Liquid Crystal Display*), nata per i monitor dei personal computer, viene adottata anche nella costruzione degli apparecchi televisivi.

## STORIA DELLA LAMPADINA

Il primo padre della lampadina a incandescenza fu l'inventore britannico

Joseph Wilson Swan che la brevettò nel 1878. La lampadina inventata da

Swan era costituita da uno spesso filamento di carbonio che, riscaldandosi,

emetteva luce e gas. Quest'idea aveva però dei difetti: l'interno del bulbo della lampadina si copriva rapidamente di fuliggine emessa



Però, Il 31 dicembre 1879 Thomas Edison mostrò per la prima volta al pubblico una lampada a incandescenza migliore di quella di Swan, durava infatti di più, emetteva più luce e consumava di meno, questa fu la più geniale delle sue tante invenzioni.

La lampadina inventata da lui era composta da un bulbo di vetro che racchiudeva un filamento in metallo e un filo di contatto.

Il 21 ottobre 1879 Edison brevettò una lampadina con un filamento sottile ad alta resistenza

elettrica, ma l'invenzione era già stata realizzata da Jospeh Wilson nel 1860.

Nello stesso anno l'italiano Alessandro Cruto aveva realizzato un filamento in carbonio per lampadine in grado di durare più di 500 ore, che erano molte di più rispetto a quelle di Edison.

Però la vera svolta fu nel 1903 quando il fisico americano William David Coolidge sostituì il filamento di carbonio con uno di tungsteno immerso in un gas per una lampadina capace di durare oltre 1000 ore.

# Appesi alle dipendenze

Cari amici questo articolo tratta le dipendenze che riguardano specialmente noi ragazzi; spero che sia di vostro gradimento!

La parola dipendenza è un termine che si sente ormai nominare quotidianamente, ma qual è la definizione appropriata che possiamo attribuirle?

Le dipendenze si possono paragonare ad uno tsunami che stimola i circuiti cerebrali; il cervello così sollecitato si disconnette e sentimento e ragione smettono di comunicare. Per dipendenza si intende un'alterazione del comportamento che da semplice e comune abitudine diventa una ricerca esagerata del piacere che sfocia in una condizione patologica. Esistono diversi tipi di dipendenze, le più comuni sono per esempio le dipendenze dalle droghe (fumo, alcool ecc.), le dipendenze di natura comportamentale (shopping) ed in ultimo le nuove dipendenze: quelle tecnologiche (telefono, videogiochi, social ecc.), su cui ci concentreremo.



Oggi tutti gli adolescenti e, purtroppo anche i bambini piccoli, usano sovente lo smartphone in maniera non consona.

Molti passano tutto il giorno a guardare il telefono senza accorgersi di cosa accade nel mondo che li circonda. Altri trascorrono intere notti sul proprio dispositivo senza dormire.

Questi comportamenti possono portare ad una dipendenza patologica, ovvero un'abitudine che può trasformarsi in un problema fisico o psicologico.

L'utilizzo costante del cellulare porta a non stare bene con se stessi e con gli altri.

Può portare a dei problemi alimentari, nei casi più estremi addirittura può spingere al suicidio.

Per altri invece il telefono è un posto in cui rifugiarsi dalla realtà, un modo per non relazionarsi con le persone, fuggendo dal confronto. Anche questo può trasformarsi in una malattia.

Se si usa il telefono ripetutamente, il rischio è quello di distrarsi dall'attività che si dovrebbe svolgere. Per esempio, non si riesce più a fare i compiti perché si sente continuamente la necessità di controllare il telefono.

Ancora più grave è la dipendenza dallo smartphone alla guida di un veicolo.

Moltissimi sono gli incidenti, anche mortali, causati dall'utilizzo del telefono.

Per gli esperti, la dipendenza da telefono colpisce soprattutto i ragazzi dai 18 ai 25 anni.

È importante darsi un limite di tempo massimo di utilizzo per prevenire questa dipendenza.

Per curare la dipendenza dal cellulare è essenziale farsi vedere da uno specialista, uno psicologo, oppure si può provare con dei metodi autonomi.

Ad esempio nascondere il telefono, installare una app che lo blocchi quando lo si usa per troppe ore, oppure che si blocchi impostando un orario predeterminato. Le app che si possono usare sono ad esempio “Family link” o “AppBlock”. La dipendenza dai videogiochi è un nuovo tipo di condizione psicologica che è stata recentemente inserita nella sezione delle dipendenze da studiare e approfondire.



25

Insieme alla dipendenza dai videogiochi troviamo per esempio il gioco d'azzardo patologico. Questo insieme viene chiamato “Internet Gaming Disorder” proprio per indicare una dipendenza che è causata sia dal gioco online, sia offline. I soggetti più colpiti sono i bambini e gli adolescenti, esistono due forme di dipendenza dai videogiochi che non vanno assolutamente confuse: Internet Addiction, le conseguenze negative che derivano dai giochi online ed offline.

Quindi non solo l'uso eccessivo dei videogames; Gambling Disorder: in questo caso si parla del non riuscire a smettere di spendere soldi in scommesse, quindi non ha nulla a che fare con i videogames.

Come ogni dipendenza il “non riuscire a smettere” porta a dei problemi fisici e psicologici: una forte preoccupazione verso il gioco, isolamenti dal mondo esterno quando non è possibile giocare, il continuo bisogno di aumentare il tempo di gioco per stare bene, perdere interesse per altre attività, mentire su quanto si passa veramente sui videogiochi, il bisogno di giocare per ridurre un dolore emotivo.

Le conseguenze sono un rendimento più basso in ambito lavorativo o scolastico, perdita di relazioni, sensazione di affaticamento e fatica nel fare le cose, emicrania, cattiva igiene personale, sindrome del tunnel carpale.

Come si arriva alla dipendenza? Secondo diversi studi lo stress è spesso un sintomo, molti ricercatori affermano che il 43% delle ragazze ed il 13% dei ragazzi ha poi avuto istinti suicidi.

Tre studi affermano che bambini, adolescenti e giovani adulti hanno riscontrato iperattività e disturbi della concentrazione.

Ad oggi non si sono ancora trovati dei rimedi per curare questa dipendenza.

Si consiglia però di consultare uno psicologo oppure cercare di trovare delle attività che distraggono dal bisogno di giocare.

In ultimo affrontiamo la dipendenza dai Social! Quante volte abbiamo sentito dire dai nostri genitori che “I social ti hanno cambiato!” o “Basta stare sui social!” o ancora “Fai attenzione a quello che circola sui social!” e frasi simili. Ma cosa sono i social?

Il termine corretto è social media e sono delle piattaforme virtuali dove si possono condividere immagini, video, idee anche con i propri amici e seguire delle pagine di pubblico interesse, per farlo bisogna però avere una connessione a internet.

Al giorno d'oggi i social più comuni sono Facebook, Instagram, Twitter, Pinterest, Snapchat, ma il primo social della storia fu SixDegrees. Voleva provare la teoria dei sei gradi separazione, secondo la quale tutti gli uomini sono collegati da una catena di conoscenze che non supera i cinque intermediari.

I sintomi da dipendenza dai social si possono manifestare in vari modi: avere il bisogno di essere in rete, non trovare più interesse nelle altre attività, non essere capaci di controllare il tempo sui social, riconoscere di essere dipendenti, ma non fare nulla per migliorare la situazione, cambiare umore.



Come riuscire a frenare l'avvio di una dipendenza? Riconoscere subito i sintomi, chiedere aiuto a chi abbiamo intorno, disinstallare o fare logout da tutte le piattaforme momentaneamente, iniziare a trovare hobby che non comportino l'uso di internet o della tecnologia in generale, parlare con uno specialista o con amici, parenti, persone di cui ci fidiamo, trovare se stessi e riscoprire le piccole cose affascinanti della vita.

Per prevenire una dipendenza dai social si devono mettere in atto le seguenti azioni: attivare un timer di tempo sull'app (ad esempio 35 minuti spalmati nella giornata), staccarsi da internet se bisogna fare attività che richiedono concentrazione o anche solo per liberare la mente.

Prima di andare a dormire niente social sennò farete fatica ad addormentarvi, bisogna riuscire a trovare un giusto equilibrio tra attività e svago sui social (in Italia trascorriamo un'ora e quarantasei minuti al giorno come media totale, mentre la media mondiale è di due ore e trentatré minuti al giorno, in più abbiamo diminuito il tempo rispetto al 2016 che era prima di due ore totali) e non seguire più chi ci influenza negativamente e magari ci fa passare più tempo del dovuto sui social.

Dunque è molto importante stare attenti, non solo i ragazzi, ma anche i familiari devono cercare di sorvegliare il più possibile, e bisogna anche cercare conforto dagli amici e dai propri cari.

# FRATELLI & SORELLE



Cari lettori, oggi voglio parlare di qualcosa che probabilmente molti vivono nella propria vita: il fatto di avere dei fratelli o sorelle.

Spesso tra fratelli si litiga, si discute e nella maggior parte dei casi, si fa pace.

Ma voi avete mai pensato alla parola stessa FRATELLO o SORELLA???

Vediamole assieme.

**F**ive, la canzone di Jackson che comprendeva tutti i fratelli  
**R**omolo e Remo, i primi fratelli a cui pensiamo, i fondatori di Roma  
**A**nche voi, per esempio, avrete un fratello o conoscete qualcuno che ha un fratello  
**T**wins study, un progetto della NASA che ha coinvolto due gemelli  
**E**ng e Chang, due fratelli siamesi per antonomasia  
**L**Luigi e Mario, i due fratelli per eccellenza dei videogiochi  
**I**l inno nazionale italiano: "fratelli d'Italia"

Ora vediamo la parola sorelle

**S**erena e Venes, due campionesse di tennis  
**O**occhi di gatto, tre sorelle han fatto un patto - da un manga c. B. giapponese  
**R**ita Levi e sua sorella Paola, con le loro infinite professioni  
**E**lsa e Anna, che ormai conosciamo tutti  
**L**Luciana e Angela, le inventrici di Diabolik  
**E**mily e Charlotte e Anna, scrittrici e poetesse

Ora cari lettori, ci dobbiamo separare, ci sentiamo al prossimo numero; CIAOOO!



# LA REDAZIONE



STEFANO



SARA

**Capo-redattore**



ANGELO



VITTORIA



MARIASOLE



GIULIA

## GIORNALISTICO

*Responsabile: Quintino Andreis*  
*Parrocchia*  
*Maria Madre di Misericordia*  
*Torino*

**Data di uscita: 13 Marzo 2022**



**GIOIA E AMICIZIA**



**IN PRESENZA**