

GB EXPRESS



Liceo Giordano Bruno
Viale Svezia 4
Melzo (MI)
www.liceo-melzocassano.edu.it

NON TI SENTI UN PO' SPAIATO ANCHE TU?

GB EXPRESS

Dal 2014 è nata l'iniziativa della **Giornata dei calzini spaiati**, grazie alla volontà dei bambini di una scuola primaria di Aquileia (Udine) e della loro maestra.

Negli anni l'iniziativa ha raccolto migliaia di adesioni. L'invito è quello di indossare, il primo venerdì di febbraio, i calzini spaiati e condividere le foto sui social. L'obiettivo è quello di sensibilizzare la gente e convincerla del fatto che *"..le persone, quelle comunemente chiamate diverse, non stanno poi così male insieme agli altri."*

Si tratta di un ottimo spunto di riflessione per volgere uno sguardo nuovo verso la diversità, ma anche verso coloro che si sentono soli. Allora abbiamo deciso di partecipare alla giornata, presentandoci a lezione con i calzini diversi; perché in fondo anche noi ci sentiamo un po' spaiati. Abbiamo la testa tra le nuvole e i piedi che non sanno dove andare.

Intanto tra i corridoi dell'istituto si sente crescere la speranza di un ritorno alla normalità e alla piena attività, nonostante la situazione pandemica sia tuttora incerta. Tuttavia, proprio perché si tratta di una situazione che ci accompagna ancora oggi, dobbiamo imparare a convivere e prenderne in considerazione anche i vantaggi.

Abbiamo e stiamo ancora imparando a cogliere ogni occasione, senza perdere neanche un minuto a chiederci cosa farne del nostro tempo. Bisognerebbe solo agire, per quanto possibile.



Focalizziamoci sul bene, su ciò che ci fa sentire vivi e sulle persone che ci rendono felici, per poter passare più tempo con esse.

La vita va veloce, corre e non aspetta nessuno. Quindi, non preoccupiamoci di quello che non ci è permesso fare, ma concentriamoci su ciò che possiamo.

“Sono stato ricco e non lo sapevo” diceva Pasolini nella sua opera "Una Vita Violenta", che narra la storia di un ragazzo che tra fame, violenza e degrado riesce a scoprire in se stesso dei valori che non credeva potessero appartenergli.

Dentro di noi c'è un tesoro e nessuna circostanza è abbastanza forte da distruggerlo.

In questa occasione, a differenza del solito, abbiamo deciso di raccogliere le riflessioni emerse da colloqui che abbiamo realizzato in questo mese con i nostri compagni di scuola.

Nell'immagine che riportiamo sono raccolti concetti principali, talvolta negativi, talvolta positivi.

Sarà, Giada, Marcello 4bl



LA NOSTRA BACHECA



Gli studenti della classe 4B

GB EXPRESS

- Non ti senti un po' spaiato anche tu? Pag 1

GB INTERNATIONAL

- Nachrichten aus Deutschland Pag 8

GB SOCIALE

- Sola Pag 19

GB FUTURO

- Intervista ai nostri ex studenti Pag 10

GB SCIENZE

- Plant cell as easy system to analyze osmosis Pag 12
- Chi è il colpevole? Pag 6

GB EVENTI

- La guerra in Ucraina: Il nostro piccolo aiuto. Pag 22

GB SPORT

- Nate per vincere Pag.16

Hanno collaborato con noi:

- Prof.ssa Menin
- Prof. Casasola
- Prof.ssa Galliani
- Prof.ssa Fedeli
- Prof.ssa Caluri
- Daniele Gadda

GB CULTURA

- Suggestimenti di letture Pag 4

CONSIGLI SULLE LETTURE

GB CULTURA



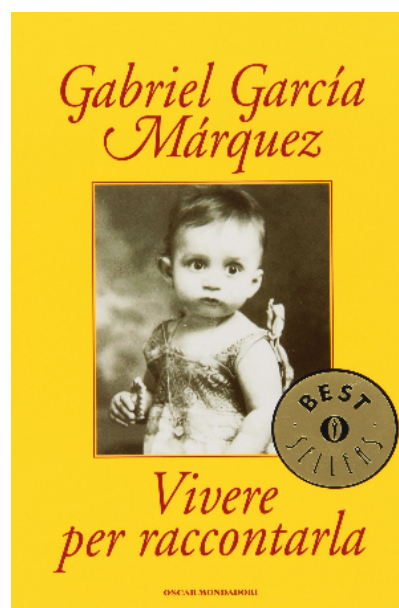
Piccole abitudini per grandi cambiamenti, James Clear

In questo libro l'autore si propone di analizzare che cos'è un'abitudine e come si forma. Clear spiega inoltre come cominciare ad integrare nella propria vita abitudini "buone" e come smettere di portare avanti quelle "cattive". Questo libro non solo aiuta nella gestione del tempo, essenziale per uno studio efficace, ma anche nella organizzazione del tempo libero, per mettere definitivamente ordine nella tua vita. Con uno stile di scrittura semplice e consigli efficaci, lo scrittore bestseller del New York Time porta i lettori a guardare la quotidianità con occhi diversi.

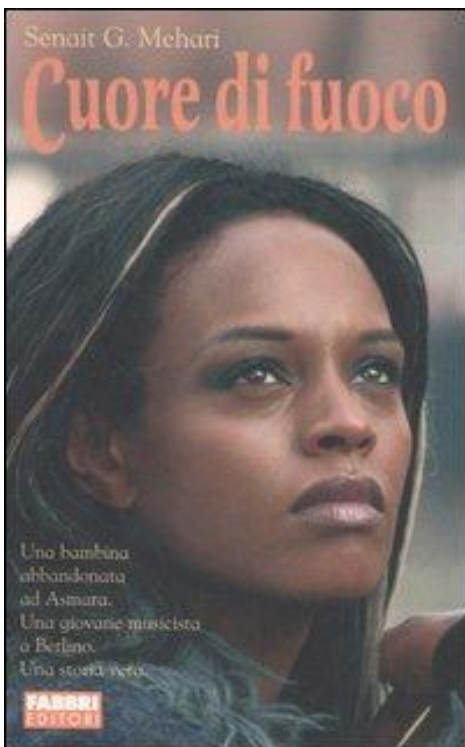
Luca Vlad, 4CL

Vivere per raccontarla, Gabriel García Márquez

In "Vivere per raccontarla" Márquez, Premio Nobel per la letteratura nel 1982, rivive gli anni della sua infanzia e giovinezza: dalle storie che la nonna gli raccontava, alla spensieratezza della vita nei quartieri più malfamati di Bogotá, lo scrittore colombiano illustra il processo che porterà poi alla creazione di quell'immaginario fantastico che ha dato vita ai suoi più grandi capolavori. Un libro in cui vita e opera, realtà e romanzo, si fondono sullo scenario di una Colombia dilaniata dagli avvenimenti del Ventesimo secolo. Un libro che porta a riflettere sugli errori del passato, per apprendere da altre culture a non regredire e progredire invece verso un superamento delle barriere che l'uomo, nel corso del tempo, ha edificato.



Prof. Casasola



Cuori di fuoco, Senait G. Mehari

Davanti a un orfanotrofio italiano viene abbandonata una bambina eritrea-etiope, Senait. Nel suo cuore porta i tristi ricordi della guerra civile che l'ha portata a crescere tra la violenza come bambina-soldato. In seguito Senait si sposta in Germania grazie all'intervento di uno zio, e dopo aver vissuto sotto i ponti riesce a trovare accoglienza in una casa per giovani senza tetto. Qui scopre la musica, passione che la porterà al successo. Quella di Senait è una storia vera, toccante e raccontata senza filtri. La guerra fa da sfondo alle donne e ai bambini che portando la speranza nel cuore, affrontano una vita in cui violenza e povertà sono all'ordine del giorno.

Sara El Holouany, 4BL

Don't look up, Adam McKay (con Leonardo di Caprio e Jenifer Lawrence)

Un professore universitario e una studentessa di astronomia scoprono che una cometa grande come il monte Everest sta entrando in collisione con la Terra, mettendo a rischio tutta la popolazione. I due cercano di comunicarlo alle autorità competenti, senza però notevoli risultati. La catastrofe è imminente ma sembra che l'umanità sia troppo presa a fare altro, ovvero stare attaccati ai social network, ignorando la gravità della situazione. Il film è una critica sociale che mette in contrapposizione le idee dei politici, disinteressati ai problemi sociali e persone comuni che nel loro piccolo cercano di fare qualcosa. Il film è scorrevole e divertente, senza cadere mai nel fatalismo eccessivo.



Alessia Bracchi, 4BL

CHI É IL COLPEVOLE?

GB SCIENZE

L'Università degli Studi di Milano organizza dal 2004 il progetto "CusMiBio" con lo scopo di far interagire il mondo scientifico universitario con i licei lombardi.

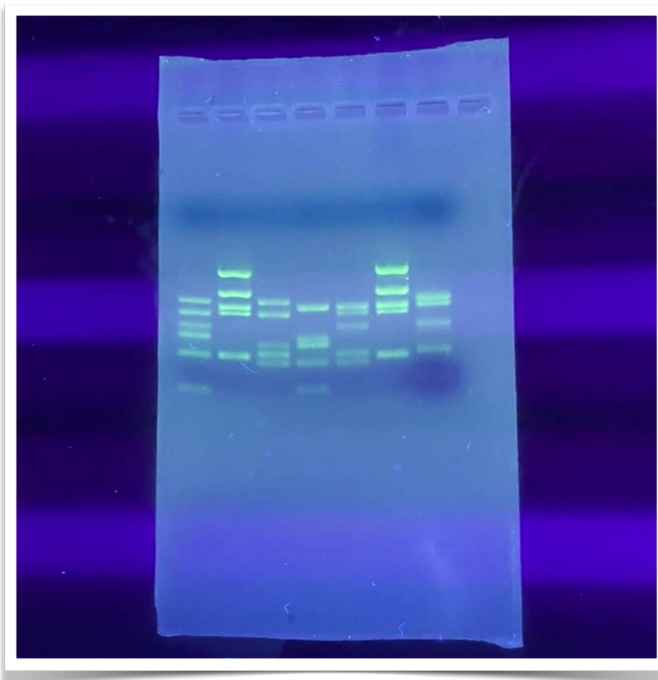
Nel mese di gennaio la classe 5CL ha preso parte all'attività intitolata "Chi è il colpevole?" insieme alla professoressa di Scienze Bianca Galliani.

L'esperienza in laboratorio è iniziata da una scena del crimine da noi recitata, da cui le prove contenenti campioni di DNA, quali un coltello sporco di "sangue" e un bicchiere usato, sono state prelevate e analizzate per identificare i profili genetici dei vari individui (DNA profiling). Questi campioni, amplificati precedentemente attraverso la tecnica della PCR dai docenti universitari, sono stati da noi suddivisi in vittima e sospettati. Interagendo tra di noi, abbiamo creato possibili alibi e moventi per rendere il più reale possibile la situazione.

A questo punto, il nostro compito è stato quello di costruire il gel d'agarosio, base necessaria a contenere i diversi DNA, per poi poterli confrontare attraverso l'elettroforesi. Tale analisi consiste nell'applicare un campo elettrico ai campioni di DNA permettendone la differenziazione. Questo passaggio è stato possibile grazie a una precisa spiegazione teorica

seguita da esercitazioni pratiche: il tutto ci ha permesso di prendere maggiore dimestichezza con i vari strumenti di laboratorio, ad esempio la micropipetta.

Come ci è stato spiegato, durante l'elettroforesi è necessario unire al DNA un colorante fluorescente (bromuro di etidio) per poter osservare la cosiddetta "corsa delle bande". Questo permette di avere un riscontro visivo e confrontare i diversi DNA profiling trovati sulla scena. Infatti, partendo da sinistra troviamo il DNA della vittima, quello trovato dalla scientifica e a seguire quello di tutti i sospettati.



E' questo il momento di rispondere alla faticosa domanda: Chi è il colpevole? Il profilo che risulterà uguale a quello della scena del crimine sarà dunque l'assasino. Osservando le foto del nostro esperimento, vi proponiamo la risoluzione di questo caso...

A ogni modo, nonostante si tratti di una classe del linguistico, l'esperienza ha stimolato la curiosità e l'interesse ad apprendere di ognuno, nonché un'occasione in più per valutare le proprie scelte per quanto riguarda l'orientamento universitario . Questa attività si è rivelata infatti essere molto divertente e coinvolgente: per la prima volta dopo tanto tempo ci siamo trovati tutti insieme a

realizzare un progetto extracurricolare. Infine vorremmo ringraziare la nostra professoressa e l'Università Statale di Milano che ci hanno dato l'opportunità di vivere questa esperienza.



Cristina Bocchetti, Letizia Bolla, Elena Pennetta 5CL

NACHRICHTEN AUS DEUTSCHLAND

GB INTERNATIONAL

Il 29 agosto 2020 sono partita per la Germania, dove ho poi trascorso i dieci mesi successivi. Più precisamente mi trovavo in un paesino vicino a Nordhausen, che si trova in Turingia, una regione al centro della Germania.

Nonostante avessi già studiato il tedesco per diversi anni, all'inizio la lingua è stata una barriera non indifferente, sia a scuola che a casa, visto che avevo un fratellino e una sorellina molto piccoli, rispettivamente di uno e quattro anni. Per questo è stato anche divertente imparare la lingua in quel contesto, perché era come se fossi una terza bambina e ho praticamente imparato con il mio fratellino.

Comunque hanno tutti cercato di aiutarmi fin da subito, dimostrando che lo stereotipo che abbiamo dei tedeschi come persone fredde e chiuse non è del tutto vero. Da questo punto di vista sono rimasta positivamente colpita, perché essendo io tendenzialmente timida avevo paura che avrei fatto molta fatica ad integrarmi con i miei coetanei, invece già dal primo giorno di scuola ho parlato con moltissime persone, con alcune delle quali mi tengo ancora in contatto.

Sicuramente le persone, sia la mia host-family sia i miei amici, sono una delle cose che mi rimarranno per sempre di questa esperienza.

Delia hat beschlossen, ihre Erfahrungen in Deutschland zu teilen. Sie hat viel gelernt: sie ist selbständiger geworden und vor allem hat sie ihre Schuechternheit überwunden.



La scuola in Germania è molto diversa da quella italiana, infatti ogni studente può scegliere le materie da seguire e di conseguenza si deve cambiare aula ogni ora. Questo mi ha ostacolato da una parte, perché non si crea un gruppo classe come succede di solito in Italia e quindi mi capitava di rimanere da sola, ma mi ha anche permesso di conoscere tante persone diverse.

Le lezioni erano inizialmente molto difficili a causa della lingua, ma la cosa che mi ha aiutato molto è stata il fatto che i professori scrivessero molto alla lavagna, quindi potevo prendere appunti anche se non capivo tutto immediatamente.

Inoltre la maggior parte delle volte non si trattava di lezioni frontali, quindi anche i miei compagni potevano aiutarmi se ne avevo bisogno.

In famiglia mi sono trovata molto bene; a causa del covid non abbiamo potuto fare viaggi troppo lunghi, come mi hanno detto che avrebbero voluto, ma quasi ogni fine settimana andavamo a fare una passeggiata nel bosco vicino, che offriva molti percorsi diversi a poca distanza da casa. Però dopo l'inverno, quando le temperature hanno cominciato ad alzarsi, abbiamo potuto fare qualcosa di più.

Purtroppo non sono stata molto fortunata per quanto riguarda il periodo perché se fosse stato un altro anno sarebbe andata diversamente, ma non mi pento di nulla e anzi, lo rifarei volentieri.

Sicuramente è stata un'esperienza arricchente, non soltanto dal punto di vista della lingua ma anche a livello personale, poiché credo di essere cresciuta molto e di aver acquisito delle capacità che non avrei potuto sviluppare stando a casa. Inoltre ho avuto la possibilità di avvicinarmi a una cultura diversa dalla mia, cosa a cui sono stata interessata sin da piccola.

Ho imparato ad essere più autonoma, sia nella gestione dei miei impegni sia nel risolvere situazioni difficili. Ma la cosa che ho apprezzato di più, anche perché speravo di ottenere questo risultato facendo un'esperienza del genere, è che mi ha aiutato a uscire dal guscio della mia comfort zone e a combattere la mia timidezza, cosa che da tempo cercavo di fare.



Delia Magi

INTERVISTA AI NOSTRI EX STUDENTI

GB FUTURO

Uno degli obiettivi della scuola superiore è raggiungere una matura consapevolezza di sé per affrontare con serenità le scelte decisive del futuro. Per questo motivo siamo andati a cercare alcuni nostri ex studenti per sapere da loro come stanno vivendo l'esperienza universitaria dopo la scuola

Daniele Gadda, ex studente del Liceo Linguistico

- *Ciao Daniele, quale facoltà stai frequentando attualmente?*
- Daniele: Attualmente sto frequentando la facoltà di Comunicazione interculturale all'università di Milano Bicocca
- *Il percorso di studio che hai intrapreso al Giordano Bruno ti è servito? Pensi che abbia contribuito alla scelta dell'università? Ritieni che la preparazione di base sia stata funzionale e che la scuola sia servita ad appassionarti in particolare ad una o più materie che saranno di rilevante importanza per il tuo futuro?
; se no, perché? (hai capito che l'indirizzo che avevi frequentato al liceo non ha concordato con la scelta della facoltà universitaria, se ti sei reso conto che i tuoi genitori o amici avevano influenzato la tua scelta)*
- Daniele: Sì, penso che in generale gli anni trascorsi al GB mi abbiano aiutato. Sebbene la scelta della facoltà sia stata completamente mia, il liceo linguistico me l'ha confermata. Infatti, mi ha aiutato a scoprire l'importanza e il piacere dell'apprendere lingue straniere. Oltre ad esse, anche altre materie umanistiche hanno giocato un ruolo fondamentale nella mia formazione, prima fra tutte Filosofia.



- *La preparazione avuta al liceo ti ha aiutato nell'affrontare i test di accesso all'università?*
- Daniele: Sì, ritengo che la preparazione del liceo sia stata più che discreta, in quanto mi ha aiutato a superare con facilità non solo il test di accesso ma anche i primi esami. Pensavo che il detto "dopo il GB l'università sarà tutta in discesa" fosse solo un motto per giustificare la quantità di studio ma ammetto che tale affermazione si sta rivelando vera
- *Il risultato ottenuto alla maturità ha riconosciuto il giusto valore alla tua persona? come ti sei sentito? che importanza ha all'università e/o eventualmente nel mondo del lavoro (esperienze lavorative)?*
- Daniele: Sono molto orgoglioso del mio voto di uscita della maturità poiché ho dato tutto me stesso e meglio di così non avrei potuto fare. Confesso che durante l'anno non passavo così tanto tempo sui libri (infatti il mio voto di entrata era nella media), ma diedi il 100% all'orale e ne uscii soddisfatto. Per ora non ha avuto alcuna importanza effettiva, né all'università né nel mondo del lavoro; tuttavia, per me rappresenta un traguardo e un ricordo felice.
- *Che consiglio daresti agli studenti del Giordano Bruno?*
- Daniele: Agli attuali studenti del GB consiglio di vivere il liceo come un'opportunità per crescere. So che a volte può sembrare difficile e pesante ma vedetela come una sfida personale. E non arrendetevi alle minime difficoltà perché di studio non è mai morto nessuno

Asia Bulgaroni

PLANT CELL AS EASY SYSTEM TO ANALYSE OSMOSIS

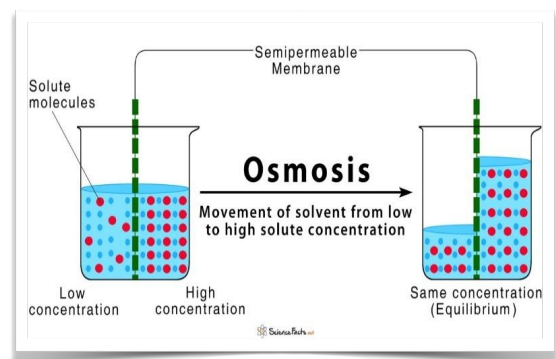
Questo articolo scientifico rappresenta il risultato del lavoro dei ragazzi di 4C scientifico di Melzo, che hanno sperimentato cosa significa fare Scienza, tenendo insieme l'aspetto teorico (imprescindibile) e quello pratico/laboratoriale

GB SCIENZE

4C Class school year 2021-22* and Prof. Galliani*

*Liceo linguistico scientifico statale "Giordano Bruno", Melzo

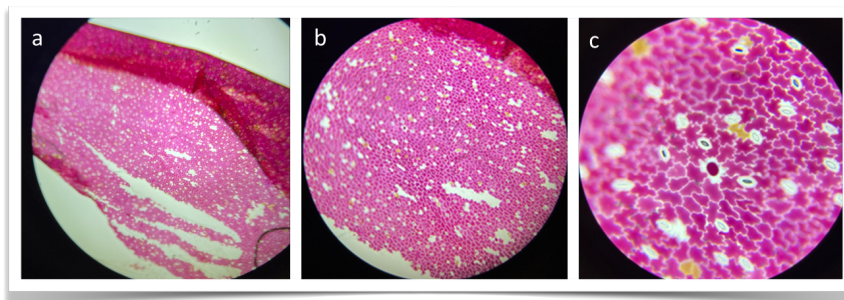
L'osmosi è un movimento di acqua (solvente) da una soluzione meno concentrata (ipotonica) ad una più concentrata (ipertonica), attraverso una membrana semipermeabile, cioè una membrana che permette solo il passaggio del solvente e non dei soluti come la membrana plasmatica. Si tratta di un processo spontaneo, che avviene cioè senza apporto esterno di energia.



L'allestimento di campioni vegetali «a fresco» o in vivo, permette di seguire eventi dinamici come l'osmosi. La cellula vegetale con vacuolo colorato oppure ricca di cloroplasti è un sistema facilitato per l'osservazione dell'osmosi. Infatti, i movimenti di acqua tra interno ed esterno della cellula, che non sono direttamente visibili, possono essere osservati indirettamente in quanto determinano variazioni del volume colorato del vacuolo oppure variazioni del volume del citoplasma e conseguente spostamento dei cloroplasti colorati di verde.

RESULTS

In a hypotonic solution, with lower magnification (4X), the thin layer of the *radicchio rosso* epidermis appears formed by a homogeneous red layer (figure 8a). Then, with higher magnifications (10 X and 40 X), turgid red cells, tightly linked to each other, become evident (figure 8b and 8c). The boundaries of the cells appear white and are clearly visible thanks to the presence of the cell wall and of the cytoplasm that is localized only at the periphery of the inner environment because of the high turgor pressure (figure 8c). Almost all the inner environment is occupied by the coloured vacuole.



GB EXPRESS

Finally, at higher magnification (40 X) it is also possible to see some characteristic structures of a plant cell:

- the nuclei of the cells appear like a small round and translucent objects in the inner environment;
- the trichomes (leaves "hair") are fine outgrowths formed by thin cells that can have different specialized roles like the defence from herbivores, the reduction of transpiration and the reflection of sunlight protecting the more delicate tissues;
- the stoma is a pore in the epidermis of leaves, which controls the rate of gas exchange. The pore is bordered by a pair of specialized parenchyma cells known as guard cells that are responsible for regulating the size of the stomatal opening

In a hypertonic solution, with lower magnification (4X), the thin layer of the *radicchio rosso* epidermis appears formed by a heterogeneous layer, all white with many red dots.

Then, with higher magnifications (10 X and 40 X) the cell wall that surrounds each cell like a thin black boundary becomes visible.

The red spots concentrated in the inner environment are the restricted vacuoles that have lost water. The white region surrounding the vacuole is occupied by the shrunk cytoplasm and by the plasma membrane detached from the cell wall. This process is called plasmolysis and that is why plants lose turgor pressure and wilt. In some cases, it is possible to recover it by giving hypotonic solution to the plant tissue.

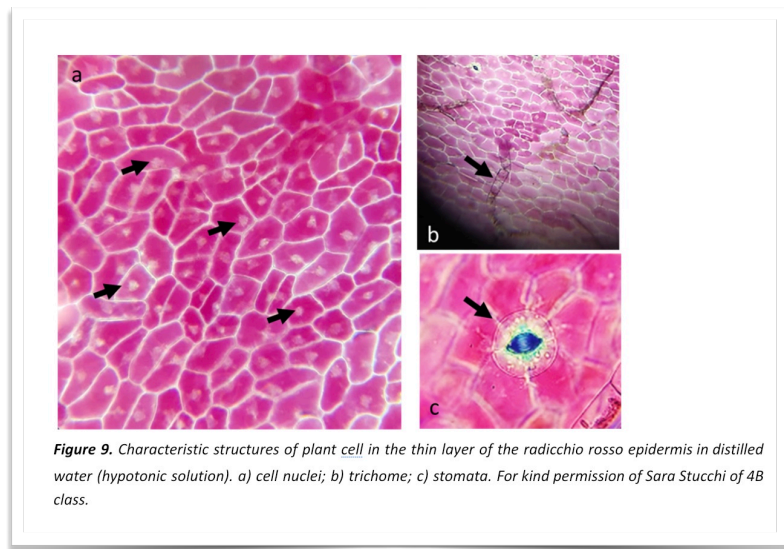


Figure 9. Characteristic structures of plant cell in the thin layer of the *radicchio rosso* epidermis in distilled water (hypotonic solution). a) cell nuclei; b) trichome; c) stomata. For kind permission of Sara Stucchi of 4B class.

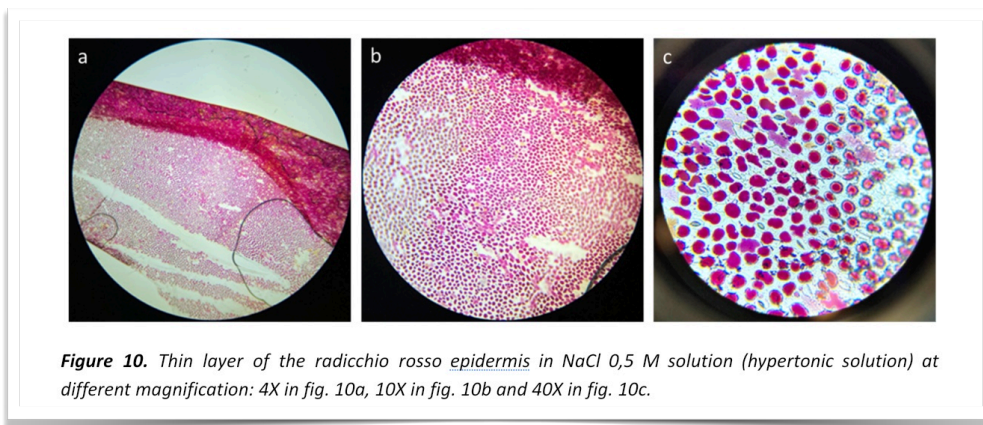


Figure 10. Thin layer of the *radicchio rosso* epidermis in NaCl 0,5 M solution (hypertonic solution) at different magnification: 4X in fig. 10a, 10X in fig. 10b and 40X in fig. 10c.

Osmosis process can be also observed in a living leaf of the aquatic plant *Elodea canadensis*.

Very thin leaves characterize this plant and make it a suitable plant organism for direct microscope analysis without any preparation. Therefore, it is possible to observe chloroplasts, the organelles characterized by two membranes and a high concentration of chlorophyll, a green pigment essential to conduct photosynthesis.

Under the microscope, a phenomenon called cytoplasmic streaming, in which cytoplasm and organelles such as chloroplasts move throughout the cell, can be monitored. This process changes visibly when the cells are immersed in solutions with different concentration. In a hypotonic solution, the inner environment of plant cells expands until they become turgid for the presence of cell wall. As consequence, green chloroplasts are equally diffused in all the inner environment (figure 11a). On the other hand, in hypertonic environment the plant cells lose water and shrink. Consequently, the vacuole (that is not visible) decreases in size and the plasma membrane detaches from the cell wall causing the

cytoplasm to constrict. This process is made visible under light microscope because the green chloroplasts are concentrated in a small region of the inner environment (delimited by cell wall).

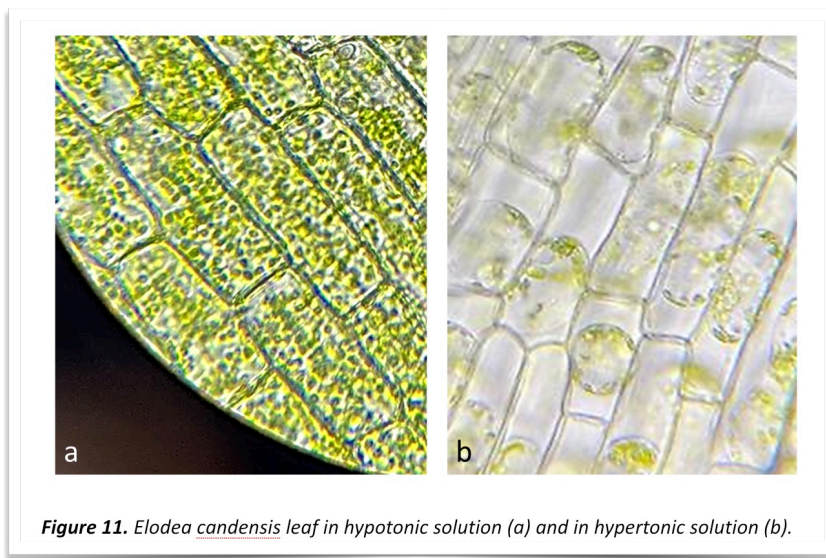


Figure 11. *Elodea canadensis* leaf in hypotonic solution (a) and in hypertonic solution (b).

DISCUSSION AND CONCLUSIONS

The preparation of "fresh" or *in vivo* plant samples allows to follow dynamic events such as osmosis. This analysis is not possible with animal tissues because animal cells don't have cell wall that gives them rigidity and keeps them attached. Moreover, animal cells don't have structures already coloured that make easy the observation with light microscope.

The vacuole, present only in plant cells, is the organelle involved in the regulation of water movements between the inside and the outside of the cell. The plant cell can change the concentration of the vacuole solution and so influence the osmotic movement of the water between the inside and the outside of the cell. Furthermore, the vacuole can contain coloured pigments, which give colour to petals or fruits.

In this study, we found that plant cells are an easy system to observe the phenomenon of osmosis. The water movements between the inside and the outside of the cell can be observed indirectly under the light microscope by exploiting the cells that contain pigments in the vacuole. Actually, the transit of water determines variations in the volume of the coloured vacuole.

Osmosis process can be also observed in a living leaf of the aquatic plant *Elodea canadensis*. Under the microscope, a phenomenon called cytoplasmic streaming, in which cytoplasm and organelles move throughout the cell, can be monitored in different external conditions directly following the movement of green chloroplasts.

In addition to this, simple experiments that use common and cheap objects, as the ones we carried out, allows students to learn complex scientific concepts more easily and smartly.

ACKNOWLEDGEMENTS:

We thank Ombretta Breno, the lab technician of the GB school in Melzo, for her essential support for the preparation of materials and for the realization of the didactic activity. We also thank Prof.ssa Zamarioli for the English revision of the manuscript. This study was funded by Liceo statale linguistico scientifico "Giordano Bruno". Approved by GB EXPRESS as journal paper n° 4

NATE PER VINCERE

GB SPORT

COME LA FORZA INTERIORE PUO' CAMBIARE LA TUA VITA

Paralimpiadi, storica tripletta Italiana nei 100 metri femminili

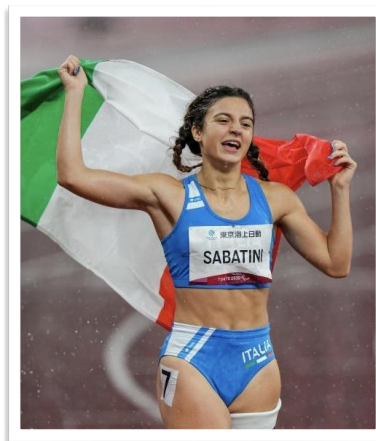


"Dopo i successi alle ultime Olimpiadi, ora sono le donne paralimpiche a fare la storia dell' atletica.

Arriva finalmente dopo decenni la tripletta storica per l'Italia nei 100 metri femminili (categoria T63 ai Giochi Paralimpici di Tokyo 2020). La medaglia d'oro è andata ad Ambra Sabatini con il nuovo record del mondo di 14.11, argento a Martina Caironi che ha chiuso in 14.46 e il bronzo a Monica Contrafatto in 14.73.

Tutte e tre le atlete, dotate di una protesi alla gamba, si trovano a dover gareggiare la finale durante una giornata di pioggia intensa.

-I posto: Ambra Sabatini



Nasce a Livorno il 19 febbraio 2002, pratica attività sportiva sin da piccola, prima nel pattinaggio per due anni, poi nella pallavolo per sei anni per approdare infine nell'atletica leggera come mezzofondista.

Proprio mentre era diretta al campo, in scooter con il padre, si trova protagonista di un incidente stradale, in cui urta la gamba sinistra contro la portiera di un veicolo in controsenso; questo evento si rivela devastante per lei, si dirige quindi in ospedale e dopo ore di intervento, le viene presentata l'unica soluzione possibile: l'amputazione.

Subito dopo l'intervento, Ambra decide di rimettersi in gioco, focalizzandosi su diverse discipline sportive (come il nuoto e il ciclismo), ma nonostante ciò il suo pensiero rimane indirizzato verso l'atletica.

“Smettere di correre era fuori discussione.

Sapevo che si poteva fare, avevo già visto gare di disabili”

Durante la sua permanenza in ospedale, facendo delle ricerche, viene a conoscenza di Teresa Grandis (presidente di un'associazione per sport paralimpici), una donna che la sprona a tornare a competere e nel 2020 fa il suo ingresso nella squadra paralimpica italiana dell'atletica leggera; successivamente nei Giochi Paralimpici di Tokyo, non solo conquista l'oro nei 100 metri ma stabilisce inoltre un record mondiale. Voleva vincere e ci è riuscita.

-2 posto: Martina Caironi

Nasce nel 1989 ad Alzano Lombardo, in provincia di Bergamo e anche lei praticava sport sin da piccola. Un incidente in motorino, all'età di 18 anni mentre rientrava a casa da una festa, le ha cambiato drasticamente la vita. Il fratello che era alla guida ne rimase illeso, mentre lei era in condizioni gravissime. I medici sono stati costretti ad amputarle la gamba sinistra, (motivo per cui oggi corre con una protesi fissata al moncone). Tre anni dopo l'incidente inizia a praticare atletica ed è la prima donna a scendere sotto i 15” sui 100 metri:



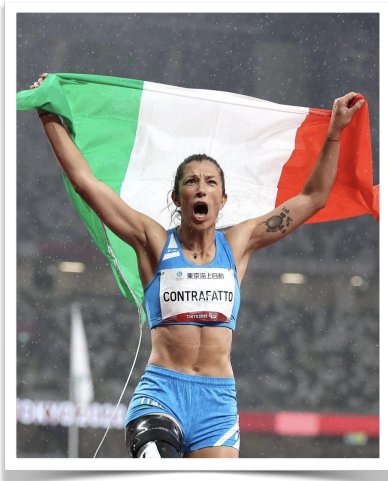
“Per tre anni avevo esplorato la nuova condizione di me più la mia protesi. Camminavo molto, facevo nuoto...! Sentivo un'esigenza fortissima di muovermi e, mentre lo facevo, continuavo a scoprire movimenti inediti”.

La sua carriera da atleta Paralimpica è brillante, la bergamasca fa parte del Comitato Paralimpico delle Fiamme Gialle, è rappresentante degli atleti nel consiglio e nella giunta nazionale del Comitato Italiano Paralimpico, è anche speaker e ambasciatrice nelle scuole, testimonial di diversi progetti. Martina è la prova vivente che tutto è possibile quando si sa cosa fare della buona, come nella cattiva sorte.

Martina Caironi arriva ai nastri di partenza della finale dei 100 metri classe T63 femminile delle Paralimpiadi di Tokyo con un ottimo tempo, nonché il record del mondo. La prestazione dell'azzurra in batteria è stata fenomenale. La velocista italiana, infatti, ha fermato il cronometro sul tempo di 14” 46:

“Sono arrivata seconda per la prima volta in una gara importante, anzi nella gara più importante. La vita va avanti e le cose cambiano, bisogna accoglierle e vederne il lato positivo. Direi che il livello di questa gara è stato altissimo”

-3 posto: **Monica Contrafatto**



Nasce a Gela nel 1981 è stata la prima donna soldato dell'Esercito Italiano ad essere decorata: ha ricevuto, in cerimonia solenne, la Medaglia al valore dell'esercito per il comportamento tenuto durante un attacco subito da forze avverse, tutto questo dopo aver subito un incidente: era il 24 marzo 2012 quando Monica si trovava in Afghanistan come caporal maggiore dei bersaglieri. Quel giorno l'atleta fu vittima di un'esplosione generata da una bomba contro la Forward Operative Base, dove era stanziata. I tre colpi provocarono la morte del sergente e cinque feriti, di cui due gravi, tra i quali anche lei. La Contrafatto venne colpita a una gamba dalle schegge di una bomba che le provocarono diverse lesioni, fino all'amputazione della gamba destra. Da quel momento Monica ha cominciato ad allenarsi e gareggiare.

“L’Afghanistan mi ha tolto una gamba ma regalato una nuova vita.”

Bloccata in ospedale, vide per la prima volta delle donne amputate correre alla Paralimpiadi. E nacque una promessa nella sua testa, una sfida con se stessa: *“Parteciperò ai Giochi di Rio 2016”*. E una persona con il suo carattere, quando si da un obiettivo, lo raggiunge.

In Brasile nel 2016 conquista il bronzo nei 100 metri femminili, la sua nuova specialità. Nel 2021, a Tokyo, a 40 anni, Monica è sempre lì. Con la stessa grinta che l’aveva accompagnata a Rio e in tutta la sua vita, tra sofferenze e gioie, cadute e risalite.



In tempi in cui migliaia di giovani sani non studiano, non lavorano, non fanno sport, e si accontentano della monotonia, migliaia di atleti disabili mostrano quanto si può fare per contrastare destini spietatamente avversi. Atlete e atleti paralimpici ci mostrano quanto determinazione, impegno, costanza, autodisciplina e resilienza possano portare sulle vette del mondo, nello sport e nella vita personale. Questi ragazzi sono un grande esempio per bambini e adolescenti con disabilità fisiche, per le loro famiglie, e per tutti noi. L'attività fisica è antidepressiva ed emotivamente rigenerante. Dà obiettivi,

anche ambiziosi. E' una realtà dalla quale si trae un grande insegnamento, che testimonia una forza di volontà che va oltre i propri limiti.

**“ALLE OLIMPIADI SI CREANO EROI
ALLE PARALIMPIADI ARRIVANO EROI”**

Chiara, Aurora, Asia 3Bl

LA VIOLENZA CONTRO LE DONNE

il racconto scritto da una studentessa del GB a seguito di una riflessione discussa in classe

GB SOCIALE

"SOLA" di Valentina Lonac 1c

Cammina verso casa, è sera, fa freddo, sente una leggera brezza gelida colpirle il collo, sistema la sciarpa, si ferma davanti a una strada stretta e scura, che sembra essere un mondo diverso, a causa del contrasto delle luci che sembrano non raggiungerla, non c'è nessuno, chiude le palpebre.

Le apre, è in mezzo alla strada ora, vede degli occhi nell'ombra, una figura fa un passo avanti, è Thomas, un suo amico. Da un sospiro di sollievo, ma lui aveva un sorriso strano, uno che lei non aveva mai visto, chiude le palpebre.

Le apre, è di nuovo all'inizio della strada. Per un momento è confusa, ma tale sentimento svanisce, i ricordi cominciano a rifiorire. Scuote la testa, non può ripensarci, non ora, deve tornare a casa. Chiude le palpebre.

Le apre, ha Thomas davanti, lui si avvicina, sempre con quel sorriso, solo che ora nota pure un inquietante luccichio nei suoi occhi, le passa un brivido lungo la schiena. Le chiude.

Le apre. Il buio della strada sembra infinito davanti a lei, il suo corpo è nella parte illuminata, ma la sua mente è ormai circondata dall'oscurità dei ricordi e della notte. Le chiude.

Le apre. Sente il suo respiro sul collo, un altro brivido le passa lungo la schiena, la paura comincia a farsi sentire. Thomas parla, o bensì sussurra, rendendo la sensazione di disagio maggiore.

"Tranquilla, siamo solo noi due". Le chiude.

Apre.

È da sola, eppure riesce a sentire il suo respiro.

Chiude.

Apre. Lei si prova ad allontanare, ma lui la prende con una forte stretta dal braccio.

"Che fai?" Panico evidente nella sua voce.

"Non sai quanto soffro ogni volta che ti allontani"

Lei prova a fare un passo indietro, ma lui si avvicina ancora di più, senza lasciarla andare. Chiude.



Apre.

Sente una forte nausea.

Chiude

Apre. "Lasciami"

"Ma che dici? Pensi che non noto il modo in cui mi guardi?"

Lei lo sente appiccicato al suo corpo, con una mano tra i suoi capelli, con una stretta forte, quasi tirandoli, provando a evitare che lei si muova.

Prova a divincolarsi con un ultimo disperato tentativo.

"Fermo!"

Chiude.

Apre.

È da sola, ma sente le sue mani.

Chiude.

Apre.

La sua forza sta svanendo, come se il suo corpo stesse rinunciando alla libertà.

Chiude.

Apre.

È da sola, quando la forza delle sue gambe cede, lasciandola inginocchiata a terra.

Chiude

Apre.

La luce spensierata nei suoi occhi si spegne, senza sapere quando e se si riaccenderà.

Chiude.

Apre.

È da sola, ma sente le sue labbra.

Chiude.

Apre.

"...fermo..."

Silenzio.

L'unica cosa che si sente è il respiro affannato di chi lei prima pensava fosse un amico, ma sul volto del quale ora si è formata una macchia nera.

Chiude.

Apre.

È da sola, ma sente dolore.

Chiude.

Apre.

L'unica cosa su cui lei ha controllo è la sua mente, che cerca disperatamente di allontanarsi dalla realtà.

Chiude.

Apre.

È da sola, ma comincia a piangere.

Chiude.

Apre.

“Ci vediamo domani” Le sussurra all'orecchio ancora una volta, prima di andarsene.

Chiude.

Apre.

È da sola, ma il pianto si trasforma in violenti singhiozzi.

È da sola, mentre il ricordo non smette di ripetersi.

È da sola, e ripensa alle parole delle persone con cui si è confidata.

“Stai mentendo”

“Vuoi solo attenzioni”

“Lui non farebbe mai una cosa del genere”

“Ma se lui è sempre così gentile”

È da sola, con nessuno che l'ascolti o che le creda.

È da sola ogni volta che chiude gli occhi e lo rivede.

È da sola quando solo un tocco la riporta indietro

È da sola davanti alla strada.

È da sola e chiude le palpebre.

LA GUERRA IN UCRAINA:

il nostro piccolo aiuto

GB EVENTI



Il nostro mondo sta cambiando. Crisi climatica, pandemia e ora una guerra. Il futuro, che prima sembrava brillare davanti a noi, si è fatto opaco, i contorni sono sfumati. Le nostre certezze sono crollate nel momento in cui un pazzo ha deciso di muovere guerra e la sue minacce sono entrate improvvisamente nelle nostre case. Ma quante guerre, quanta violenza e quanto dolore abbiamo già visto?

Palestina, Siria, Afghanistan... eppure stavolta nell'aria c'è qualcosa di diverso. Ci sentiamo chiamati in causa e come europei sentiamo più vicino il dolore dei nostri vicini di casa.

Noi giovani siamo stanchi e i nostri desideri di PACE sembrano futili davanti alla potenza bellica di una intera nazione. Ma l'indifferenza e l'ignoranza non possono fare altro che alimentare il sentimento di odio che aleggia nell'est Europa e noi studenti del Giordano Bruno abbiamo voluto provare, nel nostro piccolo istituto di provincia, a fare qualcosa.



La consegna dei beni in atrio da parte degli studenti

L'idea è partita da un'iniziativa promossa dal comune di Segrate e diffusa presso di noi dai rappresentanti di istituto. L'obiettivo: raccogliere generi alimentari e beni di prima necessità da inviare in Ucraina a supporto della popolazione in esodo. Pannolini, lattine, beni alimentari e coperte sono stati raccolti in questi giorni e sono pronti a partire verso un paese devastato.

L'obiettivo: raccogliere generi alimentari e beni di prima necessità da inviare in Ucraina a supporto della popolazione in esodo. Pannolini, lattine, beni alimentari e coperte sono stati raccolti in questi giorni e sono pronti a partire verso un paese devastato.

La nostra speranza è che il piccolo aiuto della nostra scuola possa essere utile e confortante agli ucraini coinvolti in una guerra indesiderata, costretti a veder sbocciare la primavera da un bunker antimissile.



Carolina

La nostra gratitudine va alle famiglie del GB che in soli due giorni hanno consentito ai nostri studenti di raccogliere un'ingente quantità di beni di prima necessità, aderendo all'iniziativa diffusa dai nostri studenti. Il nostro orgoglio è tutto per questi meravigliosi studenti che hanno lavorato senza sosta per raccogliere, smistare e impacchettare più di 100 scatoloni. Una lezione di grande solidarietà a favore della PACE!



La redazione del giornalino GB EXPRESS N.4

Federica, Benedetta, Marcello, Francesca, Giulia S., Alex, Marco, Eros, Lucia, Omaira, Sara, Manuela, Eleonora, Giada, Alessia, Luca, Carmine, Letizia, Carolina, Elena, Cristina, Asia, Valentina, Asia, Aurora, Delia, Chiara, gli studenti della 4C scientifico di Melzo