

I ragazzi del 2004 presentano:

*Pensieri,
consigli
e ricordi*

DA UNA
QUARANTENA
APPENA
CONCLUSA

CINQUE MOSSE CONTRO LA NOIA

PREMESSA

La quarantena è stata difficile per tutti, ciascuno a modo suo ha cercato di conservare i legami con amici e conoscenti. Alcuni educatori, insieme a molti ragazzi della pieve, hanno deciso di cominciare a scrivere un giornalino che raccontasse questo tempo *strano*. Scegliendo di che argomenti parlare (le diverse rubriche) e trovandosi in gruppi più ristretti del solito hanno cominciato a lavorare. E' sembrato così, a tutti i partecipanti, di continuare un po' l'attività degli incontri in parrocchia, oltre che di portare avanti il tema dell'anno: il servizio. Speriamo perciò che questo giornalino possa essere utile a chi lo leggerà per sentirsi parte di una comunità che non abbandona, ma c'è e ci fa.

Sommario rubriche:

a pagina 3 - Dalla cucina alla panza

Ci siamo resi conto che esistono diversi tipi di persone: quelle che amano mangiare, quelle che preferiscono soddisfare i palati altrui, alcune interessate ai "retroscena" degli alimenti e altre ancora che preferiscono guardare più che fare. Abbiamo cercato di soddisfare un pò tutti, speriamo di esserci riusciti!

a pagina 4 - Viaggi e vacanze

Vi state chiedendo dove trascorrere le vacanze questa estate? Se non avete ancora deciso a pagina 4 abbiamo un piccolo consiglio per voi!

a pagina 5 - Non solo sport

Di che cosa abbiamo sentito maggiormente la mancanza? Di una palla dietro a cui correre oppure dei nostri compagni, della gioia di una vittoria, della soddisfazione di noi stessi? Sono queste alcune delle domande che abbiamo cercato di approfondire e che vogliamo condividere con voi.

a pagina 6 - Senza spoiler

In questi ultimi mesi abbiamo passato diverso tempo davanti ad uno schermo guardando film e serie tv per cercare di scacciare la noia. Fra le tante cose che abbiamo visto ci sono rimasti impressi questi tre film e queste due serie tv di cui vi raccontiamo qualcosa.

a pagina 7 - Fashion instinct

Da che cosa dipende il nostro stile? Siamo sicuri che quello che indossiamo ci piace veramente? Abbiamo il coraggio di uscire dagli schemi per essere noi stessi?

a pagina 8 - Momento di preghiera

Abbiamo deciso di condividere un momento di preghiera

DALLA CUCINA ALLA PANZA

Vi siete mai chiesti se la carne inquina?

Beh la risposta è sì, inquina veramente tanto! Viviamo in un mondo dove regna l'ignoranza, dove la curiosità che ci appartiene fin dalla nascita viene buttata via pensando sia una cosa brutta. Quante volte abbiamo mangiato della carne senza saperne l'origine? Quante volte abbiamo mangiato la pizza con la salsiccia, con il salame, con il prosciutto e mai ci siamo chiesti "Da dove verrà questa carne?". Addirittura, quando andiamo al ristorante e prendiamo una bistecca o qualcosa a base di carne, noi ci fidiamo, senza in realtà avere alcuna certezza: quante lavorazioni ha subito? Quanto ci ha messo per arrivare su questo piatto? In che modo è stata conservata? Beh crediamo sia il momento di essere più curiosi. A tal proposito vi proponiamo la visione di un documentario:

COWSPIRACY

Presente su Netflix, questo video è scioccante e allo stesso tempo ironico e fa riflettere sull'impatto che ha l'allevamento intensivo sull'ambiente. Esso è la principale causa dell'esaurimento di molte risorse naturali generando inquinamento, deforestazione e produzione di effetto serra (il 51% del gas responsabile dell'effetto serra arriva dall'allevamento). In questo documentario vengono riportate anche altre notizie sconvolgenti: 1/3 dell'acqua del pianeta viene utilizzata per la produzione di carne e 110 specie tra insetti e animali si estinguono ogni giorno a causa della deforestazione. L'autore, attraverso diverse ricerche, indaga sui principali motivi per cui le organizzazioni ambientaliste mondiali non ne vogliono parlare. Nel corso delle riprese svela che il motivo più plausibile è proprio il denaro:

volendo guadagnare, non parlano volutamente dell'impatto della produzione di carne. Quale può essere quindi la soluzione più efficace contro l'inquinamento? Smettere (o almeno limitare) la consumazione della carne e adottare uno stile di vita vegano.



LA RICETTA DELLA SETTIMANA:

La serie a tema cucina di oggi è:

FOOD WARS

Tra padre e figlio scorre spirito di competizione, al punto tale da sfidarsi scommettendo che, il perdente dei due, avrebbe dovuto mangiare un elaborato "disgustoso". Un giorno per lavoro il padre deve recarsi all'estero e iscrive il figlio alla più prestigiosa scuola di cucina del Giappone. L'unica possibilità del giovane, per riuscire a sconfiggere suo padre, rimane quindi riuscire ad entrare nel consiglio studentesco, formato dai più bravi cuochi dell'istituto. Ce la farà?

VIAGGI E VACANZE

Stanchi del solito kebab?

L'Oman è il posto che fa per voi!

Forma di governo Monarchia assoluta

Superficie 309.500 Km²

Popolazione 2.773.000 (censimento 2010)

4.975.000 ab. (stime 2019)

Densità 16 ab/Km²

Religione ibaditi (una delle prime divisioni dell'Islam), sunniti e sciiti.

Capitale Mascate (125.000 ab., 955.000 aggl. urbano)

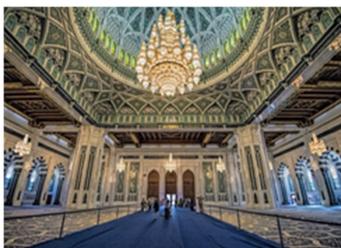
Moneta Riyal dell'Oman

Indice di sviluppo umano 0,821 (48° posto)

Lingua Arabo (ufficiale), Inglese

Speranza di vita M 76 anni, F 80 anni

Posti da non perdere: *Capitale: Muscat*



Sicuramente bisogna visitare Muscat la Moschea del Sultano Qaboos, importante centro religioso e culturale,

caratteristica per la cupola centrale alta 50 metri, che le conferisce un fascino particolare e la Royal Opera House, Il complesso di

Per le buone forchette: *Datteri*

Sicuramente simbolo dell'Oman. Solitamente serviti insieme al tipico caffè nazionale e da noci. I datteri costituiscono infatti un alimento base della cucina omanita.

quest'opera è costituito da un teatro per concerti, un auditorium, dei giardini paesaggistici, un mercato culturale con negozi al dettaglio, ristoranti di lusso e un centro d'arte per produzioni musicali, teatrali e operistiche.



Wahiba Sands

Il [deserto del Wahiba Sands](#) è il cuore dell'Oman. Durante l'escursione nel

deserto sarà possibile osservare i beduini, che vivono ancora secondo gli antichi ritmi allevando dromedari. Il paesaggio, con dune che sfumano dal rosso, al giallo fino all'ocra, è sempre emozionante.

Penisola del

Musandam



Soprannominata la "Norvegia d'Arabia", la penisola è caratterizzata da profonde insenature rocciose e baie incontaminate, denominati "khor". Il modo ideale per visitare il Musandam è tuttavia a bordo dei Dhow, le tipiche imbarcazioni omanite.

Shawerma

Carne di pollo o manzo arrostita allo spiedo e servita con insalata entrambe avvolte nel pane o semplicemente distese su un pezzo di pane insieme a patatine fritte.



NON SOLO SPORT

IO E' UN ALTRO

In questo periodo in cui, tra le altre cose, siamo stati costretti a rinunciare anche all'attività sportiva, ognuno è stato compagno di se stesso e abbiamo così avuto modo di riflettere. Ci siamo resi conto della grande importanza di tutte le figure che ci affiancano negli allenamenti e durante la competizione. Gli aspetti tecnici sono passati in secondo piano facendo emergere quanto sia significativo e indispensabile l'essere in relazione.

IO E LO SPOGLIATOIO:

Sicuramente come già citato sopra questa quarantena ci ha profondamente cambiati, mutando sia il nostro modo di essere che il nostro approccio nei confronti dello sport. Ciò che prima facevamo in compagnia di amici siamo ora costretti a farlo individualmente. Il non poter frequentare lo spogliatoio e i compagni ha dissolto ogni dubbio sull'importanza che riveste, nella nostra vita, lo sport dal punto di vista aggregativo. Infatti lo stare a contatto ci motiva e ci apre a esperienze nuove e significative di cui fare tesoro. L'esempio più lampante di quanto un

gruppo sia fondamentale nella crescita collettiva, lo si evince dal documentario recentemente uscito : “ THE LAST DANCE”. In questa serie televisiva riguardante i Chicago Bulls di Michael Jordan, ci viene mostrato come nonostante il suo enorme talento tutte le vittorie più importanti siano arrivate grazie all'armonia presente all'interno dello spogliatoio.

IO E LA FIGURA DI RIFERIMENTO:

Un'altra tematica centrale in questo periodo è stata l'autonomia. Da un lato ci ha permesso di sperimentare, in modo indipendente, esercizi nuovi creandoci così una routine personale divisa tra esercizi di sviluppo muscolare (arti superiori) e esercizi devoluti al potenziamento del core. Dall'altro invece abbiamo trovato grande difficoltà nel mantenere la costanza vista l'assenza di una figura che ci seguisse. Insomma autogestirsi non è stato facile non avendo la possibilità di essere monitorati ed eventualmente corretti nello svolgimento degli esercizi. Per questo motivo abbiamo preferito allenarci seguendo dei video sui social in modo da avere una “sorta” di figura di riferimento da osservare.



→ Once Upon a Time →

SENZA SPOILER

A Storybrooke, una piccola cittadina nel Maine, gli abitanti sono in realtà personaggi delle fiabe che non ricordano la loro vera identità. Solo Henry, un ragazzino di dieci anni e figlio adottivo del sindaco, conosce la verità e cerca costantemente di risvegliare i ricordi degli abitanti. Per riuscire nel suo intento egli deve però trovare Emma Swan, sua madre biologica nonché figlia di Biancaneve e del Principe Azzurro, l'unica in grado di rompere il sortilegio lanciato dalla Regina Cattiva sulla città. Se state cercando una serie che vada bene sia per i più piccoli che per i più grandi, questa fa al caso vostro. Essa è infatti capace di trasportarti di nuovo nel mondo delle favole che ha caratterizzato l'infanzia di ognuno di noi, partendo da Biancaneve, Pinocchio, per poi arrivare alla Bella e la Bestia e tanti altri. È una serie molto leggera, che insegna ad avere sempre speranza e fiducia, con dei personaggi dai caratteri molto forti che sin da subito ti entrano nel cuore, così come le loro storie. A differenza di molti altri telefilm, questo è capace di farti amare fra i protagonisti i "cattivi" delle storie, come la Regina Cattiva, Tremotino e Capitan Uncino; grazie ai loro animi dai tratti divertenti e compassionevoli e proprio quest'ultimi sono in grado di compensare i piccoli intrecci tra le varie storie che rischiano di diventare noiosi.

Friends è una serie tv comica americana, andata in onda per la prima volta nel 1994.

F.R.I.E.N.D.S

Una sitcom consigliabile sia ai giovani che agli adulti che vogliono rivivere i momenti della loro giovinezza, gli anni '90.

La serie è molto ironica, divertente e sarcastica e capace di trascinarti nelle storie d'amore e di amicizia che riguardano le vite dei sei amici protagonisti.

A differenza di numerose altre serie la particolarità di questa è quella di avere vicende circoscritte ai singoli episodi, non ci sarà quindi la necessità di stare alzati fino alle due per finire di vedere un pezzo importante della storia. Inoltre gli episodi sono brevi, durano solo 20 min. La Sitcom inizia il giorno in cui una dei protagonisti, Rachel abbandona all'altare il futuro marito e si trasferisce a casa di una vecchia amica d'infanzia, Monica. Rachel si unisce al gruppo di amici di Monica, tutti single e sulla soglia dei trent'anni: l'attore italo americano Joey, l'analista contabile Chandler, la massaggiatrice e musicista a tempo perso Phoebe, e il paleontologo Ross (appena divorziato dalla moglie scopertasi lesbica), fratello maggiore di Monica. Per vivere, Rachel inizia a lavorare come cameriera al Central Perk, una caffetteria punto di ritrovo degli amici; quando non sono al caffè, i sei sono spesso all'appartamento di Monica e Rachel, situato a West Village, parte di Manhattan, o a quello di Joey e Chandler, che si trova esattamente di fronte.

"Seven" è un film di genere thriller - poliziesco e mi ha preso molto e lo consiglio a tutti. Il film parla di due detective, uno anziano e esperto nel settore crime, l'altro invece giovane e irruento,

SEVEN

FASHION INSTINCT

Lo stile ci caratterizza, ci distingue o ci rende tutti uguali, può essere considerato arte, può essere disprezzato, può essere venerato come può essere ignorato completamente, nel corso degli anni lo cambiamo oppure no. Sin da bambina ho sempre avuto uno stile tendente al punk e al dark, e finalmente quando ho potuto scegliere come vestirmi ho dato sfogo alla mia arte: catene al collo, vestiti vintage, nel mio armadio prevale il colore nero, smalto nero, principalmente, o colori sgargianti; questo stile potrebbe far pensare che io sia una persona cupa, sempre triste e arrogante, ma non è così (o almeno la maggior parte dei giorni!!). Lo stile può derivare/ essere ispirato da qualsiasi cosa: il genere di musica che ascoltiamo, una star, delle riviste, un marchio... Ma l'importante è che nonostante questo strano periodo, in cui siamo costretti a limitare le uscite, continuiamo a tenere a noi stessi, a non trascurare il nostro stile: io continuerò ad indossare le mie catene... che ormai sono parte di me!

rispettivamente interpretati da Morgan Freeman e Brad Pitt, che vengono incaricati di risolvere un caso su un serial killer specializzato nei sette peccati capitali. Questo film, anche se è un po' vecchiotto, è molto affascinante e ti prende subito.

BALLE SPAZIALI

Buona
visione
ragazzuoli!

(Spaceballs),

1987

Esilarante parodia di saghe fantascientifiche come Star Wars o Star Trek. Racconto del viaggio interstellare dell'eroe Stella Solitaria per salvare la Principessa Vespa dal famigerato Lord Casco Nero. Uno dei migliori film parodia mai prodotti, nonostante non sia molto recente è ancora attuale e spassoso. Puro divertimento dal primo all'ultimo minuto per grandi e piccoli, adatto a tutti.



Un fantastico film che avrete già sentito nominare la cui storia si lega alla nostra situazione attuale; nel mondo descritto c'è un posto colpito da una pandemia che trasforma chi viene contagiato in zombie e c'è un solo uomo che non è stato contagiato e deve far fronte alle continue aggressioni notturne degli zombie alla sua casa. Il protagonista, interpretato dal magnifico Will Smith, dovrà essere forte perché è l'ultimo uomo sulla terra o forse no...
Buona visione!

MOMENTO PREGHIERA

DELLA

cioè di ciò che c'è di più concreto, di ciò che ci tiene vivi, di ciò che ci caratterizza.

Noi siamo ciò che mangiamo e il nostro modo di mangiare dice tanto di noi.

Preghiera per domenica 14 giugno

Meglio fare questa preghiera prima di pranzo o di cena, già a tavola. Si può accendere una candela.

Lettore: Ricordati di tutto il cammino che il Signore tuo Dio ti ha fatto percorrere.

Non dimenticare il Signore, tuo Dio, che ti ha fatto uscire dalla terra di Egitto,

che ha fatto sgorgare per te l'acqua dalla roccia durissima;

che nel deserto ti ha nutrito con la manna nascosta. (Dt 8)

Lettore: Io sono il pane vivo, disceso dal cielo.

Se uno mangia di questo pane

vivrà in eterno...

rimane in me e io in lui...

e vivrà per me. (Gv 6)

Guida: Le letture della festa di oggi (Corpus Domini), parlano di mangiare e di bere,

Preghiera insieme: Grazie Signore del cibo,

frutto della creazione, del nostro lavoro e della tua Provvidenza.

Grazie perché, per rimanere in mezzo a noi tutti i giorni

e per essere una cosa sola con noi,

ci hai lasciato in cibo le tue parole e persino il tuo corpo.

La tua vita scorra in noi grazie a questi doni,

perché anche la nostra vita diventi per gli altri

pane che sostiene e vino che dà gioia.

Benedici la nostra mensa e la nostra famiglia.

Amen

Si può aggiungere la preghiera del Padre nostro

Giornalino realizzato dai ragazzi di seconda superiore della Pieve insieme ai loro educatori