

L'INIZIATIVA All'istituto scolastico di Marano, da oggi a domenica, una serie di appuntamenti dedicati alla sindrome

Autismo, al "Siani" come conoscerlo

La scuola "G. Siani" di Marano, per prepararsi alla X edizione della "Giornata mondiale della consapevolezza dell'autismo", ha organizzato una settimana ricca di attività. Inquadrata in un panorama di offerte formative destinate all'inclusione, l'iniziativa è volta all'informazione, alla divulgazione di buone prassi ed alla raccolta di fondi da destinare alla Fia-Fondazione Italiana Autismo. Il motto è "siamo tutti uguali perché tutti meravigliosamente diversi". Momenti di riflessione e condivisione di intenti con alunni, famiglie, specialisti, enti ed associazioni, consentiranno ad ognuno, con le proprie peculiari competenze, di comprendere meglio il complesso mondo dell'autismo, stimolando buone pratiche di intervento.

«La nostra scuola - spiegano dal "Siani" - crede fermamente nel patrimonio costituito dalla diversità e, in quest'ottica, ha organizzato questa settimana che intende portare il mondo dell'autismo nella realtà di ciascuno». Tra oggi e domenica gli alunni saranno protagonisti di attività finalizzate alla conoscenza di una "Condizione Individuale Speciale". In prima linea nell'organizzazione ci saranno il dirigente scolastico, professoressa Silvana Novello, Roberto Cappitelli, le docenti Marcella Marzano, Anna Omar e Gloriantela Schiavone, tutti gli insegnanti che hanno aderito con slancio all'evento e i genitori disponibili alla collaborazione. «Desideriamo che tutti possano comprendere che i nostri amici autistici non sono malati - spiega ancora la scuola - ma soltanto "individui che hanno un diverso approccio con la realtà". La presen-

za dei nostri amici speciali - aggiungono ancora gli organizzatori - ci arricchisce e ci permette di utilizzare canali di relazione che troppo spesso lasciamo sopiti». Alunni e docenti indosseranno un nastrino blu. Le classi produrranno manufatti ed elaborati che verranno esposti venerdì.

Le classi 5B e 5D realizzeranno un e-book attraverso la AAC dal titolo "Per dar voce al tuo silenzio". Primo giorno blu oggi, visione di brevi spot e lettura di fiabe sull'argomento. L'utilizzo di linguaggi immediati e comprensibili consentirà a tutti gli alunni l'acquisizione di una essenziale conoscenza di ciò che significa Autismo; secondo

giorno blu domani: nei locali dell'istituto, dalle ore 11, tutti i genitori potranno partecipare al Forum informativo e di condivisione di intenti tenuto dalle dottoresse Moscatiello e De

Simone e dal dottor Santoro del "Centro di riabilitazione Casa Serena" di Marano. Terzo giorno blu, mercoledì: Mercatino, interamente gestito dagli alunni di quinta. Il ricavato sarà devoluto alla Fondazione Italiana Autismo. I genitori potranno accedere dalle ore 8 fino alle ore 10 e gli alunni dalle ore 10.30 alle ore 13. Quarto giorno



blu, giovedì: dalle ore 9 alle 10.30 l'associazione onlus "La Forza del Silenzio" di Casal di Principe, nella persona del presidente Vincenzo Abate, presenterà agli alunni delle clas-

si quinte video esplicative delle attività e delle iniziative promosse. Dalle ore 10.30 prenderà il via l'iniziativa "Tutti in sella al Cavallo Blu", evento organizzato grazie alla collaborazione del circolo ippico "Amico Cavallo" di Somma Vesuviana, presidente Omar Ali Mariapia. Esperti istruttori e addestratori visiteranno l'istituto con un

esemplare di "Quarter Horse" addestrato al contatto con i bambini. L'incontro ha la finalità di mostrare nuove prospettive di apertura verso la "Pet therapy" e l'"Hippotherapy". Quinto giorno blu, venerdì: l'intera scolaresca parteciperà al "Blue Flash Mob" che si terrà negli spazi esterni adiacenti alla scuola. Per un minuto tutti immobili con un fiocco blu, per esprimere solidarietà verso una problematica in esponenziale crescita. L'iniziativa si terrà grazie al dirigente scolastico Silvana Novello che ha consentito la realizzazione, i docenti e tutti i professionisti che si sono resi disponibili a prestare la propria opera a titolo gratuito.

GIULIO CARFORA, EX "ZELIG" E "COLORADO", HA DEDICATO LA SUA VITA ALLA RISATA

Un sorriso quale panacea del male



"Bianco" (nell'animo) e "Augusto" (nell'espressione) sono parole che, struccate della loro circense natura e calzate della semantica che gli è propria, descrivono appieno Giulio Carfora (ex cabarettista con trascorsi tra le fila di "Zelig" e "Colorado", in foto con Lia Mosca), un uomo che ha dedicato la propria vita alla "risata" e che cerca di diffondere "un sorriso" ovunque, quale panacea del male di vivere contemporaneo. Giulio è un clown, un pagliaccio che con il suo "Circo dei Saltimbanchi" ha deciso di avere come "chapiteau" la libertà di espressione della vecchia scuola degli artisti di strada: i "buskers", rinunciando alle luci e ai ceroni del circo tradizionale, offrendosi al suo pubblico nelle piazze, nei vicoli,

negli ospedali e in ogni luogo dove un sorriso abbellisce il viso di quella grazia divina, miracolo in terra di un attimo di felicità. «La sintesi tra la strada, la condivisione e l'arte - dichiara Carfora - è quanto quotidianamente cerco di realizzare. Ho sempre sognato di riuscire a creare un'aggregazione tra i tanti artisti di strada impegnati nelle diverse discipline quali la giocoleria, il fuoco, la clowneria, l'equilibrismo, la danza, la musica, etc., formando un gruppo mosso dalla medesima passione e dalla volontà di essere impegnato soprattutto nel sociale. Forte è, infatti, il mio e (nostro) impegno verso i bambini con un'attenzione particolare verso quelli degenti nelle strutture ospedaliere o presso i centri di assistenza sociale. Il mio de-

siderio è duplice e consiste sia nel regalare una gioia a chi assiste ai nostri spettacoli sia di essere da esempio per le future generazioni, offrendo così una possibilità ai ragazzi socialmente emarginati di intraprendere un'attività come la mia che li trasporti da una realtà di "strada" degradata a una realtà di "strada" nobile quale quella del "busker". Ciò che però mi duole è il constatare la quasi totale assenza delle istituzioni di fronte a simili iniziative, non disposte a "investire" tempo in attività, che sebbene siano a costo zero e di impatto sociale, non hanno una cassa di risonanza tale da meritare un riconoscimento formale. Al momento sono assorbito totalmente dal "Circ'eccentric", un mio progetto improntato sulla clowneria di strada

che dopo un periodo, appunto, in strada alla ricerca della purezza del gesto che nasce dall'incontro con lo spettatore, sta ottenendo un grande successo anche in teatro e in televisione. Saremo, infatti, in tournée in molti teatri italiani e in vari festival di artisti di strada in tutta Italia. Con "Circ'eccentric" ho reinterpretato, con una gestualità amplificata ed elettrica, il rodattissimo meccanismo comico di antica origine proprio della clowneria di strada, come imprevedibile miscela di pantomima, clowneria e improvvisazione. Amo definire me stesso e i miei "colleghi" maestri della comunicazione silenziosa, maghi dell'intrattenimento creativo e alchimisti della risata».

MARCO SICA

BENESSERE

della Dott.ssa Simona Cavallaro



Vitamina C, molto più di un semplice antinfluenzale

La vitamina C viene associata per lo più alla cura degli stati influenzali, ma possiede in realtà svariate qualità nutrizionali. Contiene un forte potere antiossidante, per cui è in grado di prevenire i segni dell'invecchiamento, favorisce l'assorbimento di ferro e riduce la tossicità di alcuni minerali come il nichel e il selenio. Inoltre la vitamina C è in grado di trasformare l'acido folico (una vitamina molto importante per l'organismo, in particolare durante il periodo della gravidanza) nella sua forma biologicamente attiva. Per la sua capacità di regolazione dei livelli endogeni di istamina (inibendone il rilascio e favorendone la degradazione) viene utilizzata a scopo terapeutico per prevenire lo shock anafilattico. Le fonti alimentari di questa preziosa vitamina sono principalmente la frutta e la verdura. Secondo le tabelle di composizione degli

alimenti, del Centro di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione, gli alimenti che contengono maggiori quantità di vitamina C sono: succo d'uva, peperoncini piccanti, ribes, peperoni, broccoletti di rapa, rucola, kiwi, cavoli, papaia, lattuga, cavolfiore, fragole e spinaci. Solo al ventiseiesimo e al ventisettesimo posto troviamo in tabella arance e limoni, che sono invece i primi alimenti ad essere generalmente associati a questa qualità nutrizionale. Dobbiamo però ricordare che la vitamina C è una sostanza molto delicata, che può andare facilmente persa nei passaggi precedenti al consumo. Per preservare tutte le proprietà elencate dobbiamo usare alcuni accorgimenti come ad esempio: non cuocere le verdure in troppa acqua e soprattutto non tenerle troppo tempo a bagno, preferendo la cottura al vapore in grado di preservare al massimo il contenuto vi-

taminico degli alimenti. È consigliabile bere la spremuta d'arancia o di limone subito dopo averla preparata, poiché la vitamina C è sensibile alla luce. Non è quindi opportuno portarla in giro all'interno di una bottiglia o di una bottiglietta. Un'alimentazione sana ed equilibrata deve prevedere almeno 5-6 porzioni al giorno di frutta e verdura che sono capaci di coprire il fabbisogno giornaliero di vitamina C. Bisognerebbe evitare di ricorrere ad integratori vitaminici: la vitamina C contenuta in questi prodotti molto spesso è ricavata dalla lavorazione del mais che è il prodotto maggiormente modificato geneticamente. È la natura la fonte primaria a cui rivolgerci per migliorare il nostro benessere ed è necessario riconoscere i prodotti delle nostre terre come risorse importanti per la nostra salute.

dott.simonacavallaro@gmail.com

LINEA PRESS.it

BricÀBrac
Per i tuoi annunci
061.5512222

bonsai
UN RAMO PER RETE

ROMA
QUOTIDIANO D'INFORMAZIONE FONDATA NEL 1962

PINK LIFE

Bonsai Adv Srl concessionaria di pubblicità per ampliamento della propria rete commerciale ricerca agenti su tutto il territorio della Campania inviare cv a: carmine@bonsaiadv.it o chiamare al 335.5291836