



VOLTA NEWS



QUANTO INCIDONO GLI ARBITRI E LA VAR NELLE COMPETIZIONI DI CALCIO?

Quanti errori!!

di Samuele T.

a pag. 48

VOLTA SULLA NEVE!!

di Diego R.

Per le due sedi dell'Istituto Alessandro Volta, è stata organizzata una settimana bianca che si terrà dall'8 al 13 febbraio.

a pag. 6



L'ARTE E LE SUE FORME

di Marika M.

L'arte da molte persone viene utilizzata per esprimere sentimenti, rappresentare esperienze, amori passati, la natura e molte altre cose.

a pag. 20

LA TRAGEDIA DI CRANS-MONTANA

di Christopher C.

Nella notte di Capodanno, tra il 31 dicembre e il 1° gennaio, un gravissimo incendio è scoppiato all'interno del bar "Le Constellation", situato nella località sciistica di Crans-Montana, nel Canton Vallese.



a pag. 37

LA SETTIMA ARTE

Laboratorio di Cineforum

di Damiano P.

La **Settima Arte** è un progetto dell'Istituto A. Volta che mira a coinvolgere tutta la popolazione dei territori di Tivoli e Guidonia.

a pag. 10



IL BAR DEL VOLTA

di Flavio C.

Descrizione prodotto	Unità di misura	Prezzo unitario espresso
Caffè espresso	6,0gr	€0,70
Acqua minerale	50cl	€0,60
Tramezzini	gr standard	€1,70
Brioche fresche	60gr	€0,80
Panino con cotoletta	-	€2,50
Panino con hot dog	-	€2,50
Pizza bianca/rossa/con patate	-	€1,50

a pag. 16

THA



SUPREME

di Ivan M.

Davide Mattei, in arte Thasup (o Tha supreme), è un rapper e produttore Italiano, nato il 17 Marzo 2001. Inizia la sua carriera producendo basi all'età di 14 anni, due anni dopo.

a pag. 132

LA MIA PASSIONE PER L'INFORMATICA

Di Cleem B.

La mia passione per l'informatica inizia 5 anni fa, in mezzo alla pandemia quando dovevo rimanere a casa per lungo tempo, non avevo tante cose da fare, ero io e il mio telefono senza fare nulla tutti i pomeriggi.

a pag. 24



CARBONARA

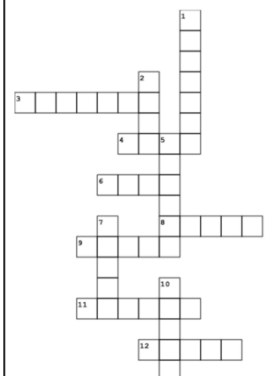
Di Matteo A.

La Carbonara è uno dei piatti più iconici e amati della cucina italiana per la sua semplicità e il suo sapore irresistibile.

a pag. 144

PAROLE CROCIATE

Di Matteo A. e Alessio I.



a pag. 141

Il “VOLTA NEWS” è un progetto multiclasse e interdisciplinare realizzato durante le ore di lezione di *Tecnologie dell’Informazione e della Comunicazione*.

Gli articoli contenuti in questo primo numero sono stati scritti da metà novembre a metà gennaio sotto la supervisione e il coordinamento del Prof. Martucci e del Prof. Meli.

Il giornalino coinvolge gli alunni di quattro prime (1C, 1D, 1E e 1F) che si occupano della stesura degli articoli, del lavoro di redazione e della pubblicazione del giornale.

Le classi si presenteranno a turno, per la prima uscita ecco a voi la 1F.

Buona lettura.

Chi vorrà offrire il proprio contributo sarà il benvenuto.

LA CLASSE 1F SI PRESENTA



Sono **Aurora**, ho 14 anni e vivo a Roma. Mi piacciono gli animali, la musica, il cinema e andare in skate.

Mi chiamo **Cleem**, ho 16 anni, sono di Villalba, mi piace giocare ai videogiochi e dormire, faccio palestra, 4 volte a settimana, vengo dal Perù.

Io sono **Erik**, ho 14 anni, vengo da Castel Verde a Roma, mi piace giocare ai videogiochi, guardare film e anime.

Ciao, mi chiamo **Antimo** e ho 14 anni. Nel tempo libero mi piace stare con i miei amici, ascoltare musica e giocare ai videogiochi. Mi piace anche usare il telefono e guardare video.

Mi chiamo **Francesco**, sono nato il 19 febbraio 2011. Vengo da Castel Madama, gioco a calcio e mi piace anche giocare “alla play”.

Mi chiamo **Alessandro**, ho 14 anni e sono un ragazzo curioso e determinato. Pratico karate, uno sport che mi diverte molto e che mi aiuta a crescere sia fisicamente che mentalmente, insegnandomi disciplina e rispetto. Studio all’Istituto Volta di Tivoli, dove ogni giorno

scopro cose nuove.

Mi chiamo **Davide**, ho 14 anni vengo da Castel Madama e gioco a calcio nella squadra del mio paese.

Mi chiamo **Lorenzo**, ho 15 anni, sono di Tivoli, faccio come sport e come hobby il basket.

Mi chiamo **Aurora**, ho 14 anni e vengo da Corcolle, la mia passione è il pattinaggio e nel tempo libero esco con gli amici o leggo libri romance.

Mi chiamo **Igor**, ho 15 anni e vengo dalla Moldavia. Mi piace giocare a calcio con i miei amici e faccio il primo superiore.

Mi chiamo **Michela** ho 14 anni, vengo da Villa Adriana precisamente dal Villaggio Adriano. I miei hobby preferiti sono uscire con gli amici e ascoltare la musica.

Mi chiamo **Diego**, ho 14 anni e vengo da Villanova. Mi piace stare con i miei amici. Nel tempo libero pratico calcio, uno sport che mi permette di divertirmi e di lavorare in squadra.

Mi chiamo **Gabriele** ho 14 anni, sono di Bagni di Tivoli, gioco a basket ma sono anche molto appassionato di calcio. Mi piace molto l'informatica.

Mi chiamo **Matteo**, ho 15 anni abito a Tivoli e come hobby cucino.

Ciao, mi chiamo **Pietro**. Sono un ragazzo di 14 anni e vivo a Roma. A scuola mi impegno e mi trovo bene. Sono un ragazzo allegro e mi piace stare con gli amici, ma anche ascoltare musica.

Mi chiamo **Ludovico** ho 14 anni mi piace uscire con gli amici, andare in moto, sullo skate, in bici e praticare molti altri sport.

Mi chiamo **Samu**, ho 14 anni, sono di Tivoli e mi piace il calcio, l'informatica e la scrittura.

Ciao mi chiamo **Davide** vengo da Tivoli, ho 14 anni e come sport pratico basket.

NOTIZIE
DALL'ISTITUTO

VOLTA SULLA NEVE!!

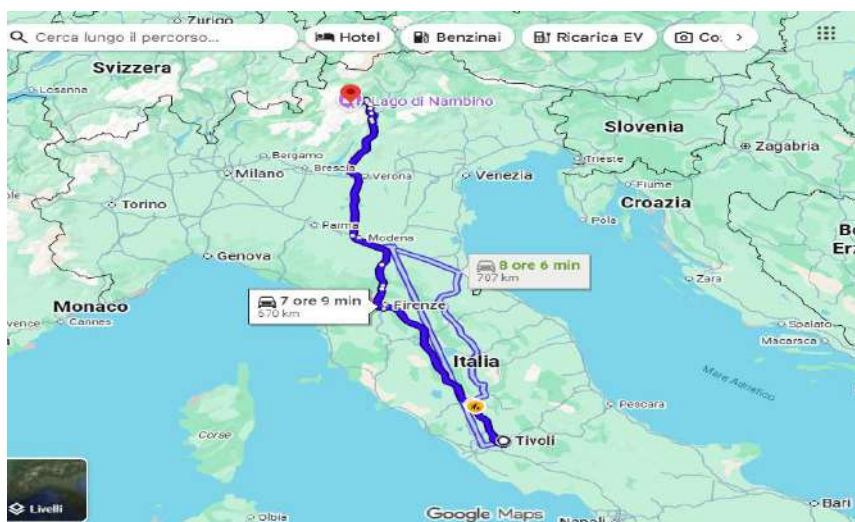


Vignetta realizzata da Marika. M.

Per le sedi dell'Istituto **Alessandro Volta**, sia di Tivoli sia di Guidonia, è stata organizzata una settimana bianca che si terrà dall'8 al 13 febbraio. Il soggiorno sarà nell'**Hotel Solaria1400** situato a **Marilleva** in Trentino Alto-Adige.



La partenza è prevista domenica 8 e il viaggio in autobus durerà all'incirca 8 ore. Il 13 febbraio è previsto il rientro. Durerà 7 ore e ci saranno da percorrere circa 670 chilometri.



Sono inclusi nel prezzo un'esperienza sugli sci nel comprensorio sciistico Folgarida-Marilleva che comprende circa 150 km di piste che uniscono la Val di Sole e la Val Rendena con istruttori adatti a tutti i livelli, ski pass, vitto e alloggio.



Nel comprensorio troviamo piste per ogni livello dalle blu alle nere. Le prime sono circa il 38%, poi quelle di difficoltà media, dette rosse, sono circa il 49%. Infine le nere, cioè quelle difficili, rappresentano il 13% del totale.

Gli studenti potranno sciare 4 giorni alloggiando 5 giorni nell'HOTEL SOLARIA1400.

INFORMAZIONI SULL'HOTEL

All'interno dell'hotel troviamo una grande hall, un bar, un ristorante a buffet e pizzeria, una piscina coperta riscaldata dove rilassarsi, una parte a pagamento con sauna, palestra e servizi per famiglie. Inoltre l'hotel ha l'accesso diretto alle piste e non accetta gli animali.



L'Hotel è ideato con criteri di ecosostenibilità e nel rispetto dell'ambiente. Mette, infatti, a disposizione sistemi di condizionamento e acqua calda a risparmio energetico, si impegna nella cura e nel rispetto delle oasi naturali in cui è immersa, e affronta quotidianamente l'eliminazione dell'utilizzo della plastica usa e getta.

STORIAE CURIOSITÀ

Come la "gemella" Folgarida, la stazione di Marilleva nacque alla fine degli anni '60, precisamente nel 1968, sull'onda del nuovo sviluppo turistico della Val di Sole. Marilleva 900 e Marilleva 1400, collegate tramite una strada carrozzabile e durante la stagione invernale da una telecabina 12 posti, sono mete ideali per il turismo invernale: da qui partono direttamente gli impianti di risalita che collegano "sci ai piedi" le località con Folgarida, Madonna di Campiglio e Pinzolo.

Davvero curiosa è l'origine del nome "Marilleva", originato dal detto locale "Marì Levà" (marito, alzatevi!) detto dalla moglie al marito poltrone, riflettendo le origini pastorali della valle prima del suo sviluppo turistico. Si tratta di una vera città autosufficiente, di case-paese, con le piste da sci che

arrivano fin sulla porta di casa. Nel mese di maggio 2002 il vescovo di Trento, mons. Luigi Bressan, ha benedetto la prima pietra della nuova chiesa eretta a Marilleva 1400.

Diego R.

ITTS Alessandro Volta

LA SETTIMANA ARTE

Laboratorio di Cineforum

La **Settimana Arte** è un progetto dell'Istituto A. Volta che mira a coinvolgere tutta la popolazione dei territori di Tivoli e Guidonia. Nei prossimi mesi nelle due sedi dell'istituto saranno proiettati film che affrontano tematiche significative al fine di fare emergere tematiche e valori universali. Ogni film sarà brevemente introdotto dagli studenti. Ingresso gratuito.



- ❖ *Guido che sfidò le Brigate Rosse* di G. Ferrara - Aula Magna Tivoli 12/01/2026 ore 16:45
- ❖ *Freedom Writers* di R. LaGravenese - Auditorium Guidonia 26/01/2026 ore 16:45
- ❖ *Stranizza d'Amuri* di Giuseppe Fiorello - Aula Magna Tivoli 09/02/2026 ore 16:45
- ❖ *I Cento Passi* di Marco Tullio Giordana - Auditorium Guidonia 23/02/2026 ore 16:45
- ❖ *Il sorpasso* di Dino Risi - Aula Magna Tivoli 09/03/2026 ore 16:45
- ❖ *Klondike* di Maryna Er Gorbach - Auditorium Guidonia 23/03/2026 ore 16:45
- ❖ *Il Caimano* di Nanni Moretti - Auditorium Guidonia 13/04/2026 ore 16:45
- ❖ *Wonder* di Stephen Chbosky - Aula Magna Tivoli 27/04/2026 ore 16:45
- ❖ *Il Giardino di limoni* di Eran Riklis - Auditorium Guidonia 11/05/2026 ore 16:45
- ❖ *Will Hunting Genio Ribelle* di Gun Van Sant - Aula Magna Tivoli 25/05/2026 ore 16:45

Sede di Tivoli (RM) via Sant'Agnese n.46

Sede di Guidonia (RM) via Rita Levi Montalcini n.5

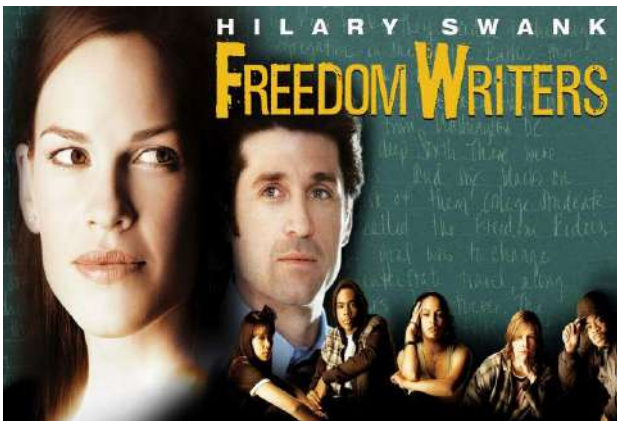
GUIDO CHE SFIDÒ LE BRIGATE ROSSE

DI G. FERRARA

Il film racconta la storia di **Guido Rossa**, il sindacalista della CGIL presso lo stabilimento siderurgico delle Acciaierie Italsider di Cornigliano, ucciso dalle Brigate Rosse in un agguato sotto casa la mattina del 24/01/1979.



FREEDOM WRITERS DI R. LAGRAVENESE



Il film, diretto da *Richard LaGravenese* e ispirato a una storia vera, segue Erin Gruwell, una giovane insegnante in una scuola superiore di Long Beach negli anni '90. La sua classe è composta da studenti provenienti da contesti difficili, segnati da violenza, povertà e tensioni razziali.

STRANIZZA D'AMURI *DI GIUSEPPE FIORELLO*

Ambientato nella Sicilia rurale degli anni '80, il film racconta la storia di due adolescenti, **Gianni e Nino**, che si incontrano per caso e sviluppano un legame profondo e autentico. In un contesto sociale dominato da pettegolezzi, pregiudizi e ostilità verso chi è "diverso", il loro sentimento cresce tra momenti di spensieratezza e il peso di una comunità che non li accetta.



I CENTO PASSI *DI MARCO TULLIO GIORDANA*

Il film *I cento passi* (2000), diretto da *Marco Tullio Giordana*, racconta la vera storia di **Peppino Impastato**, giovane siciliano cresciuto a Cinisi negli anni '60 e '70.



IL SORPASSO *DI DINO RISI*

Ambientato nell'Italia del boom economico dei primi anni '60, *Il sorpasso* segue l'incontro casuale tra Bruno, uomo estroverso e impulsivo, e Roberto, giovane studente timido e riservato. In una torrida giornata di Ferragosto, Bruno convince Roberto a seguirlo in un'improvvisata gita in auto.



KLONDIKE *DI MARYNA ER GORBACH*



Ambientato nel luglio 2014, *Klondike* segue Irka e Tolik, una giovane coppia che vive in un villaggio del Donbass, vicino al confine tra Ucraina e Russia, proprio nei giorni in cui viene abbattuto il volo Malaysia Airlines MH17. Irka è incinta e, nonostante la casa sia stata gravemente danneggiata dai bombardamenti, rifiuta di abbandonare la propria terra.

IL CAIMANO DI N. MORETTI

Il Caimano (2006) racconta la storia di Bruno Bonomo, un produttore di film di serie B in crisi sia professionale che personale: la sua casa di produzione è vicina al fallimento e il matrimonio è ormai alla fine.



WONDER DI STEPHEN CHBOSKY



Wonder racconta la storia di August “Auggie” Pullman, un bambino di 10 anni nato con una rara malformazione cranio-facciale. Dopo anni di istruzione a casa, affronta per la prima volta la scuola media, dove deve confrontarsi con lo sguardo e i pregiudizi degli altri.

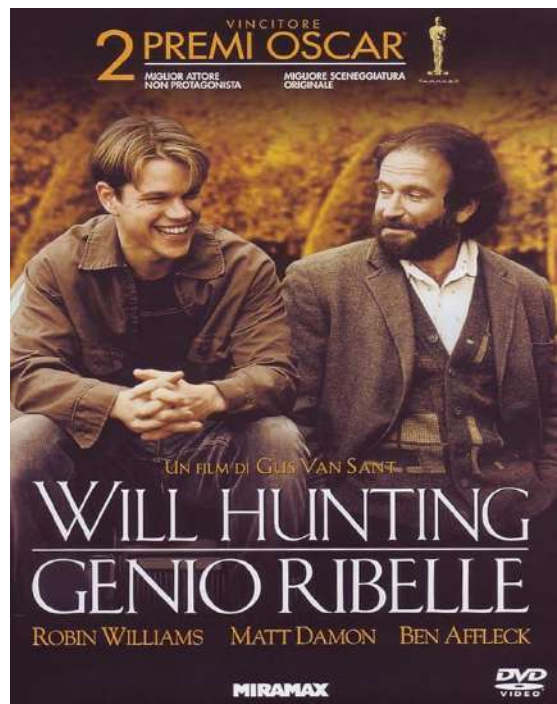
IL GIARDINO DI LIMONI *DI ERAN RIKLIS*

Il film di *Eran Riklis* racconta la storia di **Salma Zidane**, una vedova palestinese che vive in Cisgiordania e possiede un antico limoneto ereditato dalla famiglia. Quando il nuovo ministro della difesa israeliano si trasferisce nella casa confinante, le autorità dichiarano il giardino una minaccia alla sicurezza e ordinano di abbatterlo.



WILL HUNTING GENIO RIBELLE *DI GUN VAN SANT*

Girato a Boston, in Massachusetts, racconta la storia di un ragazzo prodigo che fa le pulizie al Massachusetts Institute of Technology (MIT). Ai premi Oscar 1998 ha trionfato nelle categorie miglior sceneggiatura originale (Matt Damon e Ben Affleck).



Damiano P.

IL BAR DEL VOLTA

Il bar dell'“A. Volta” di Tivoli è molto fornito e offre molti cibi e bevande agli studenti ed ai professori.

Nel bar lavorano Alessia e Michela, due Signore molto gentili, disponibili e sempre sorridenti.

Il bar è un punto di ritrovo per tutta la scuola.

Ecco un elenco dei principali prodotti che possono essere comprati al bar:

Descrizione prodotto	Unità di misura	Prezzo unitario espresso
Caffè espresso	6,0gr	€0,70
Acqua minerale	50cl	€0,60
tramezzini	gr standard	€1,70
Brioche fresche	60gr	€0,80
Panino con cotoletta	.	€2,50
Panino con hot dog	.	€2,50
Pizza bianca/rossa/con patate	.	€1,50

Dove vengono visti questi prezzi?

I prezzi si trovano sulla lista.

La lista viene consegnata alla classe all'ingresso a scuola e durante la prima ora di lezione gli studenti la compilano, raccogliendo anche i soldi.

Alessia e Michela sono state così gentili da permettermi di rivolgere loro alcune domande.

DOMANDA 1: *È la prima volta che lavorate all'interno di un bar?*

RISPOSTA: “È la prima volta che lavoriamo all'interno di un istituto”.

DOMANDA 2: *Vi trovate bene a lavorare all'interno di un istituto?*

RISPOSTA: “Ci troviamo bene nell'ambiente circostante e stiamo bene con studenti e professori”.

DOMANDA 3: *È facile o difficile come lavoro?*

RISPOSTA: “È facile come lavoro perché abbiamo avuto esperienze passate nei bar”

DOMANDA 4: *Oltre a lavorare all'interno del bar avete qualche altro lavoro?*

RISPOSTA: “Non abbiamo un altro lavoro perché soddisfa le nostre esigenze”. Alessia aggiunge che si sta specializzando insieme a Michela per diventare *sommelier* (intenditore di vini).

DOMANDA 5: Vi trovate bene a lavorare insieme?

RISPOSTA: “Sì perché siamo sorelle e ci capiamo con un sguardo, questo rende più semplice lavorare insieme.”

IL BAR APRE ALLE 8:10 E CHIUDE ALLE 15:30

Flavio C.

PROBLEMI DI SCUOLA

La scuola *Alessandro Volta* è quella dove gli studenti rimangono più tempo all'interno dell'edificio.

È ancora una delle poche scuole che in una giornata scolastica che richiede la concentrazione in classe per 7 ore e bisogna poi aggiungere anche le ore che vengono impiegate per lo studio a casa. La generazione moderna deve fare tante cose oltre allo studio come per esempio nel mio caso che pratico uno sport a livello agonistico e che quindi non ho molto tempo per lo studio. Per fortuna riesco a fare tutti e due senza troppi sforzi.

Un altro grande problema che si è aggiunto quest'anno, almeno per i ragazzi che vengono da fuori Tivoli, è la soppressione della fermata Cotral più vicina alla scuola.

Quando si esce alle 14:00 è impossibile prendere il primo autobus Tivoli-Carsoli visto che per arrivare alla fermata più vicina si impiegano a piedi circa 15 minuti mentre l'autobus, in quella fermata arriva alle 14:08 circa e quindi non si riesce a prenderlo. Ultimamente io e un mio compagno di classe siamo costretti a prendere l'autobus Tivoli-Cineto e poi prendere la coincidenza Roma-Subiaco a Mandela.

Soluzioni a questi problemi:

1. Fare meno ore come le altre scuole;
2. Ripristinare la fermata come negli anni precedenti;
3. Chiedere un permesso per uscire qualche minuto prima;
4. Dotarsi di un mezzo autonomo così non ci sono più problemi legati agli orari del Cotral;
5. Predisporre più autobus negli orari critici.

Daniele R.

*ESPERIENZE
PERSONALI*

L'ARTE E LE SUE FORME

L'arte da molte persone viene utilizzata per esprimere sentimenti, rappresentare esperienze, amori passati, la natura e molte altre cose. Alcune persone non si considerano "artisti" nonostante disegnano o scrivono o comunque creano da anni, perché credono che la loro arte sia "poco bella" o



Kurt Cobain suona la chitarra durante un concerto

"poco espressiva". Ad esempio Kurt Cobain dei Nirvana dopo tutto il successo della band ha lottato per anni con problemi di salute mentale e dipendenze, che hanno influenzato la sua percezione di fama e l'hanno portato a sminuirsi nonostante la sua identità artistica fosse assai famosa e amata. Kurt Cobain era principalmente conosciuto per la sua musica ma dipingeva anche creature con sembianze umane che a volte usava come cover degli album.

Se si vuole creare qualcosa è meglio iniziare il prima possibile, visto che così si ha molto più tempo per esercitarsi. Visto che non è tutto talento e sapendo che siamo un po' tutti creativi vi lascio un po' di consigli su dei tipi di arte che è molto più probabile vengano provati.

II DISEGNO TRADIZIONALE

Io personalmente ho iniziato "copiando" personaggi di anime o di film, provando sia stili "bambineschi" sia il realismo e sono alla costante ricerca del mio stile che ancora adesso sto cercando. Un'altra cosa che può risultare utile sono i tutorial online, io guardo quelli un po' più vecchioti tipo quelli di RichardHTT. A me sono risultati molto utili anche i "draw my life" specialmente quello di LilyMeraviglia visto che ha uno stile molto unico. La musica anche influisce molto sul proprio stile di disegno. Per le commissioni è molto importante mettere dei warning per cose che non vuoi/puoi fare come ad esempio, creature con sembianze animalesche e cose inappropriate.

LA MUSICA

Prima di tutto, provare a ricreare una canzone del proprio artista preferito o semplicemente sul registratore del telefono o su FL studio. Poi provare effetti diversi (come l'autotune, il reverb ecc.).

Poi cercare di scrivere il proprio testo e ovviamente cantarlo, magari aggiungere anche tamburi, chitarre, strumenti in generale. Ovviamente anche qui è consigliato vedere dei tutorial, poi se volete pubblicare un pezzo si può usare SoundCloud, Deezer e Youtube.

L'UNCINETTO

Per questo hobby non servono lane costose o ferri di qualità alta, solo passione e motivazione (e creatività). Per iniziare magari si possono trovare tutorial con “recensioni/commenti” abbastanza positivi e se ne si è sicuri provare a fare dei pezzi da soli circa 5 o 6. Cosa molto importante da sapere è come leggere i pattern! Andare a sentimento con un pattern è sconsigliatissimo. Questo hobby è molte volte usato per fare dei soldi, con commissioni online su applicazioni come Instagram (su cui è molto semplice creare un account business) o con Fiverr (molto utile ai piccoli artisti per guadagnare). Per avere delle commissioni con l'uncinetto è consigliato fare: peluche, bracciali, vestiti e orecchini.

Marika M.

HIP HOP

Ciao, sono Matilde ho 14 anni e faccio hip hop da 9 anni.

Questa passione è nata grazie a un volantino della palestra sotto casa mia, infatti prima di trovare questo volantino nella posta facevo nuoto, che ho continuato altri 3 anni.

Mi ricordo che la prima lezione di hip hop sono andata con un vestito rosa, ovviamente l'ho dovuto cambiare prima di entrare in sala. Da quella lezione ho capito che quello era il mio sport, ho dovuto anche fare una scelta tra nuoto o hip hop e mi ricordo precisamente cosa ho detto: *“Io voglio continuare hip hop, non lo lascio”*. Da quel giorno è iniziato il mio percorso che continuo ancora adesso con persone diverse e insegnante diverso, purtroppo ho dovuto lasciare. Fino ad adesso ho fatto degli stage con solo 2 persone famose nel mondo dell'hip hop: uno di questi è un ballerino di origini filippine di cui purtroppo non mi ricordo il nome, invece l'altro ballerino si chiama **Salah Benlemqawanssa** è francese. Con lui ho fatto uno stage di 2 ore insieme ad altri ballerini, quando era venuto proprio qua a Tivoli.



Il ballerino Salah sul palco

di Tu Si Que Vales

Nell'hip hop esistono diversi stili, questi sono i principali: il **popping**, il **locking**, la **break dance**, l'**house** è proprio l'hip hop.

Il *popping* diciamo che è uno stile che richiede molto controllo del corpo e muscolatura, come la *break dance*, l'unica differenza è che nel popping i muscoli devono appunto fare un “pop”, quindi devi contrarre il muscolo. Il *locking* invece è più funk, quindi musiche come Bruno Mars. Poi la *break dance* è composta soprattutto da passi che si svolgono a terra e le musiche sono simili a quelle dell'hip hop ma con un beat più forte. Per l'**house** invece bisogna avere molto fiato perché più della metà dei passi sono saltati.

Nell'hip hop esistono le gare, che si chiamano **contest**, e sono di diversi tipi: i **contest coreografici**, cioè competizioni a livello di coreografia di gruppo, un duo o un assolo, i **contest battle**, di solito sono competizioni 1 vs 1 ma possono essere anche 2 vs 2 o un gruppo contro un altro. Di questi contest esistono le categorie: ad esempio under 13 o 16, dipende dal contest. Poi una categoria in particolare si chiama "**Megacrew**" che comprende le crew, quindi i gruppi che partecipano al contest che sono più di 20 elementi.

Alcuni contest sono ad esempio: il "**Gimmesome**", lo "**YO urban dance fest**" e il "**Rough**".

I primi due sono di tipo nazionale. Io ho avuto il piacere di farli tutti e tre.

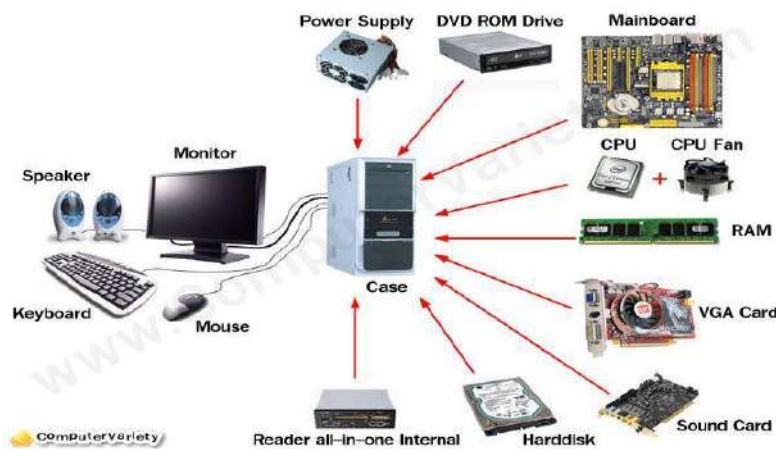
Matilde C.

LA MIA PASSIONE PER L'INFORMATICA

La mia passione per l'informatica inizia 5 anni fa, in mezzo alla pandemia quando dovevo rimanere a casa per lungo tempo, non avevo tante cose da fare, ero io e il mio telefono senza fare nulla tutti i pomeriggi. Qui è dove inizia la mia passione per l'informatica, nasce spesso per curiosità e per il piacere di capire come le cose funzionano. Si comincia smanettando col computer, aprendo case, cambiando pezzi, poi piano piano si impara a scrivere piccoli programmi che fanno cose utili o divertenti. Programmare è come risolvere un puzzle: a volte sembra impossibile, poi con pazienza e qualche prova tutto prende senso.



La programmazione



Il mondo del hardware ti insegna la concretezza — i componenti hanno limiti, si scaldano, bisogna scegliere bene — mentre il software è più fluido, si può correggere e migliorare senza cambiare nulla fisicamente.

Molti trovano soddisfazione nel vedere un progetto che funziona, anche se non è perfetto; altri amano la sfida di ottimizzare e rendere tutto.

Non serve essere geni, serve costanza e voglia di imparare ogni giorno. Ci sono risorse gratuite, forum, video e libri che aiutano, e la comunità spesso è disponibile a dare



una mano. Alla fine, l'informatica è un mix di creatività e logica, e chi la pratica scopre che non finisce mai di imparare, e questo è forse il bello più grande.

Cleem B.

LA CRISI R.A.M.

È da circa una settimana che i prezzi di uno dei componenti fondamentali dei PC, la R.A.M., sono aumentati eccessivamente.

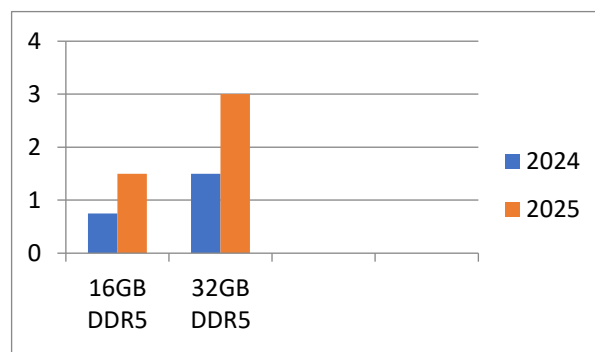
I prezzi stanno drasticamente aumentando per qualsiasi tipo di banco di memoria volatile, dai 32 Gb DDR5 (il più recente tipo di banco) ai 8 Gb DDR4 (ormai datati) con prezzi che stanno oramai schizzando alle stelle. I modelli meno efficienti e meno usati sono arrivati fino a 150 euro! Se pensavate di cambiare PC o perlomeno di potenziare la vostra R.A.M., a meno che non avete minimo 400 euro, buona fortuna...

Perché i prezzi aumentano?

I prezzi stanno aumentando principalmente per la gestione dei server online per la recente

vera e propria nascita delle AI. L'intelligenza artificiale è nota soprattutto per la ricerca e la rielaborazione di informazioni online in brevissimo tempo ed è usata da studenti per compiti o ricerche da svolgere in breve tempo.

Data la crescita di utenti registrati su siti come Open AI, Google DeepMind, Alexa i server sono sempre più affollati. Ciò ha portato i server all'acquisto di ulteriori banchi di RAM, principalmente da 16/32 Gb DDR5, ma in generale, all'acquisto di qualsiasi banco RAM disponibile.



Come è possibile salvarci dalla crisi?

Alcuni esperti consigliano diverse tattiche per evitare, anche se non completamente, la crisi. Vediamo alcune strategie

Strategie d'acquisto

- **Scegliere la DDR4:** se il tuo budget è limitato, puntare su piattaforme compatibili con **DDR4** è ancora una soluzione valida e molto più economica rispetto alla DDR5 anche se i prezzi di DDR4 sono aumentati.
- **Configurazioni "Incrementali":** invece di acquistare subito 32 GB, considera l'acquisto di un singolo banco da 16 GB (o 8 GB) con l'obiettivo di aggiungerne un secondo quando i prezzi caleranno.
- **Puntare su Bundle e Offerte:** produttori come AMD e Intel stanno cercando di mitigare i costi offrendo bundle scontati che includono CPU, scheda madre e RAM.
- **Monitorare i Grandi Marchi:** i grandi venditori (come Lenovo, Dell, HP) hanno una maggiore forza contrattuale e potrebbero gestire meglio le scorte rispetto ai piccoli assemblatori, offrendo prezzi leggermente più stabili sui sistemi preassemblati.



Ottimizzazione del Software (Risparmio Risorse)

Se non puoi aggiornare l'hardware, devi massimizzare l'efficienza della RAM che già possiedi:

- **Gestione dell'Avvio:** disabilita i programmi non necessari che si avviano automaticamente. In Windows, puoi farlo tramite **Gestione Attività > Avvio**.



Sistema operativo Linux Mint

- **Uso di App "Lite":** sostituisci i software più pesanti con versioni leggere o alternative web-based come *Linux Mint*.
- **Strumenti di Svuotamento Cache:** utilizza strumenti sicuri come **RAM Map** (di Microsoft) per svuotare la "standby list" e liberare memoria occupata da processi non più attivi.
- **Ottimizzazione del Browser:** I browser sono i principali consumatori di RAM. Disabilita le estensioni inutilizzate e attiva le funzioni di "risparmio memoria" integrate.

Soluzioni a lungo termine

- **Riavvio frequente:** il metodo più semplice per azzerare la RAM saturata su PC e smartphone resta il riavvio completo del dispositivo.
- **Aggiornamenti:** mantieni il sistema operativo e le app aggiornate, poiché gli sviluppatori stanno rilasciando patch di ottimizzazione specifiche per contrastare il maggior carico richiesto dalle nuove funzioni AI.



Al momento non è ancora possibile evitare totalmente la crisi, le uniche aziende rilevanti produttrici di RAM sono la Crucial, la Kingston e la Corsair.

A causa delle fluttuazioni del mercato e della carenza globale di RAM, sono circolate indiscrezioni secondo cui ASUS potrebbe avviare linee di produzione di moduli RAM nel prossimo futuro, possibilmente entro il 2026, per ridurre la dipendenza dai fornitori tradizionali e stabilizzare i prezzi. Tuttavia, non si tratterebbe della produzione dei chip fisici (che richiedono fabbriche specializzate), quanto piuttosto dell'assemblaggio di moduli utilizzando chip di terze parti.

In conclusione, l'unico ed efficiente modo per evitare questa crisi è aspettare fino al 2027 o monitorare i prezzi di RAM acquistandola al primo calo.

Sinceramente è quello che farei anche io.

Riccardo L.

IL BASKET PER ME

Il basket è uno sport molto bello che piace a tantissime persone e secondo me è pure uno dei più divertenti da vedere e da fare. È stato inventato un sacco di anni fa in America da un professore che doveva far fare sport ai ragazzi dentro la palestra perché fuori faceva freddo. All'inizio usavano tipo dei cesti veri per fare i canestri e infatti era tutto molto diverso da adesso.

Oggi invece il basket è molto più veloce e ci sono un sacco di giocatori forti, tipo **Jordan** o **LeBron James** che sono praticamente delle leggende viventi. Nell'*NBA* fanno delle giocate assurde, schiacciate incredibili e tiri da tre da lontanissimo che io quando li vedo penso sempre "ma come fanno?".

In questo sport serve tanta velocità e pure molta tecnica perché se non sai palleggiare o passare bene la palla rischi di perderla e fare brutta figura. Inoltre ci sono ruoli diversi, tipo il *playmaker* o il *centro*, però sinceramente a volte faccio confusione perché sembrano tanti.

In Italia il basket è seguito ma non come il calcio però ci sono squadre forti tipo *Milano* e *Bologna* e ogni tanto si sentono che vincono anche cose europee che è figo.

Secondo me il basket è uno sport che ti fa divertire e ti fa anche stancare perché devi correre in continuazione ma alla fine è proprio questo che lo rende bello, ti fa sentire parte di una squadra.

Il basket per me è tipo lo sport più bello che c'è, non so come spiegare, ma quando entri in campo ti viene quella sensazione strana come se diventi più leggero e puoi correre dappertutto senza pensare a niente. Io gioco da un paio d'anni e mi piace un sacco.

La cosa che preferisco è quando fai un passaggio giusto e il tuo compagno segna. Ti senti tipo un genio anche se in realtà hai solo passato la palla, però vabbè. E poi c'è il suono della retina del canestro quando la palla entra.. quella per noi è arte.

Il basket è anche bello perché non conta solo chi segna di più, ma anche chi difende, chi corre per aiutare gli altri. Il coach ci dice sempre che "si vince insieme o si perde insieme", anche se a volte lui urla talmente tanto che secondo me ci sente tutto il quartiere.

Poi vogliamo parlare delle partite? E quando vinci fuori casa è ancora meglio, perché tornare indietro facendo casino è proprio una goduria.

Secondo me tutti dovrebbero provare almeno una volta a giocare a basket sul serio, non solo nei campetti per scherzo. È bello anche lì, ma quando hai una squadra vera è un'altra cosa. Ti fai amicizie forti e impari pure a non mollare quando stai perdendo, perché magari alla fine la ribalti e "spacchi" tutto.

Insomma il basket è uno sport che ti entra nel cuore e non esce più, anche se a volte ti fai male, prendi botte e torni a casa distrutto. Però il giorno dopo hai già voglia di rigiocare. E se questo non è amore, son so che sia.

Lorenzo G.

SALA PESI

Io pratico questa disciplina da poco tempo ma ne sono molto appassionato, molti pensano che questo sport sia solo sollevare dei manubri o un pacco pesi ma in realtà con il tempo ho poi appreso che per eccellere davvero in questo sport l'allenamento è solo il 50% del lavoro totale l'altro 25/30 % è formato dall'alimentazione e l'altro 20/25% è la genetica.

Allenamento: Questa parte è importante perché senza questa parte del "tragitto" il resto servirebbe solo a rimanere in forma ma senza volumi muscolari abbastanza sviluppati.

Alimentazione: Per integrare al meglio l'allenamento per dare davvero una svolta alla propria condizione fisica si deve seguire un'alimentazione corretta a seconda dell'obbiettivo della persona.

Genetica: Una parte abbastanza importante per questa disciplina è la genetica di base di una persona cioè: la forza fisica, metabolismo veloce, avere i muscoli nel punto giusto per avere un impatto visivo importante, quantità di massa magra/muscolare e velocità di crescita muscolare e di bruciare grassi.



Macchinari principali e attrezzatura base

Macchinari cardio (tapis roulant, cyclette ecc.)



Macchinari per gruppi muscolari specifici (leg curl, shoulder press ecc.)



Macchinari isotonici (pressa per gambe, lat machine ecc.)



Attrezzatura base

Kettlebell



Manubri



Elastici



Palle mediche



Le discipline principali che si possono praticare in sala pesi

Bodybuilding

Si concentra nell'ipertrofia.

Powerlifting

Include: squat, panca piana e stacco da terra.

Calisthenics

Si concentra nel sollevare il proprio peso corporeo.

Cross-fit

Si basa su movimenti a corpo libero come: Air-squat, Push-up, Burpees.

Sollevamento pesi

Specialità su strappo e slancio.

Luca D. C.

IL MONDO DELLA BOXE

Uno sport di forza, tecnica e rispetto

La boxe: uno sport che pratico e che mi appassiona molto!

Per me la boxe non è solo uno sport di forza, ma anche di tecnica, disciplina e rispetto.

PERCHÉ HO SCELTO LA BOXE.

Ho scelto di praticare la boxe perché è uno sport che mi ha sempre incuriosito e che mi permette di mettermi alla prova ogni giorno. Ho iniziato ad allenarmi perché volevo migliorare la mia forma fisica e imparare a controllare meglio me stesso. Con il tempo ho capito che la boxe non è solo forza, ma anche tecnica, concentrazione e rispetto delle regole. Questo sport mi aiuta a sfogare lo stress, a essere più disciplinato e a non mollare davanti alle difficoltà. Ogni allenamento è diverso e mi dà la possibilità di migliorare sia fisicamente che mentalmente. Per questo la boxe è diventata una parte importante della mia vita. Grazie alla boxe ho imparato che con l'impegno e la costanza si possono raggiungere molti obiettivi.

COME SI SVOLGE UN ALLENAMENTO?

- In allenamento di boxe inizia sempre con una fase di riscaldamento, fondamentale per preparare il corpo ed evitare infortuni. Di solito si comincia con corsa leggera, salto con la corda ed esercizi di mobilità.
- Dopo il riscaldamento si passa alla parte tecnica, dove si imparano e si migliorano i colpi principali, come il diretto, il gancio e il montante, insieme ai movimenti di difesa e di schivata.
- Una parte importante dell'allenamento è il lavoro al sacco, che serve a migliorare la potenza, la resistenza e la precisione dei colpi. Nei livelli più avanzati si può fare anche sparring, sempre sotto il controllo dell'allenatore.
- L'allenamento termina con esercizi di potenziamento muscolare e stretching, utili per rilassare i muscoli e recuperare meglio. Ogni allenamento è intenso, ma aiuta a migliorare giorno dopo giorno.

REGOLE PRINCIPALI DELLA BOXE

I colpi regolari nel pugilato sono quelli effettuati con i pugni chiusi, esattamente nella parte delle nocche. Il pugno deve impattare frontalmente o lateralmente il busto dell'avversario, dalla cintura in su, cioè entro l'altezza delle ossa iliache. I colpi che non rispettano queste caratteristiche svengono chiamati colpi irregolari, come ad esempio:

- Colpire sotto la cintura, alla nuca, ai reni, o alle spalle;
- Colpire con il dorso della mano, con la testa, con la spalla o con l'avambraccio;
- Girare su sé stessi e colpire;
- Colpire quando l'avversario è a terra;
- Colpire di striscio per tagliare l'avversario;

Però può capitare che un colpo inflitto regolarmente possa colpire una parte non ammessa per colpa dell'avversario: in questo caso il colpo è valido.

Nella **boxe**, oltre ai colpi irregolari, ci sono i **falli**, come:

- Tenere e colpire;
- Spingere l'avversario o la sua testa;
- Abbassare la testa sotto la cintura dell'avversario o mettergli la testa sotto il mento;
- Pestare i piedi all'avversario;
- Simulazione;
- Offendere l'avversario, correre sul quadrato o dare le spalle all'avversario;
- Disobbedire all'arbitro;
- Mordere;
- Liberarsi delle protezioni obbligatorie;
- Ostruire la visuale dell'avversario tenendo il guantone avanzato diritto;
- Colpire nonostante gli ordini di break o di stop.

Se uno dei pugili commette ripetutamente falli, l'incontro viene interrotto prima del KO o della decisione dei giudici per squalifica. Gli incontri durano 12 minuti.

Francesco B.

Prove di scrittura di un giallo

IL MASSACRO DI PINEWOOD

DALLA FANTASIA DI MICHELA MAMMOLI

Tragedia a Pinewood: ritrovati cento bambini morti, solo due sopravvissuti.

I BAMBINI: “LUI ESISTE, IL DIAVOLO ESISTE!”

I bambini Jeremy Scott e Anne Jordan, di soli 8 anni, sono stati ritrovati la scorsa notte nel pozzo di una fattoria, nella tranquilla cittadina di Pinewood. I due, in evidente stato di shock, erano scomparsi da un mese, e le loro testimonianze hanno aiutato a concludere le lunghe ricerche.



I FATTI:

I bambini hanno collaborato con la polizia nella ricostruzione dei fatti:

rapiti da un uomo attraverso un gioco di magia, all'uscita della scuola elementare Saint Marines. Come loro, altri 100 ragazzini della stessa età sono stati rapiti, rinchiusi in un freddo seminterrato e drogati per circa 25 giorni.

Jeremy e Anne hanno raccontato di aver assistito in prima persona alle violenze e alla morte degli altri bambini, gettati con loro nel pozzo.

BAMBINI RITROVATI IN CURA PSICHIATRICA:

Visti i racconti sconvolgenti, i due bambini sono stati trasferiti immediatamente nel manicomio di Pinewood, dove verranno effettuati accertamenti sulle condizioni psichiatriche dei due.

LE FAMIGLIE:

“Non abbiamo mai perso le speranze” le parole del padre di Jeremy.

Il criminale è ancora a piede libero mentre famiglie di cento bambini di Pinewood chiedono giustizia, distrutte da queste tragiche morti premature.

Dov'erano le insegnanti? Nessuno si è accorto di nulla, tutto tace a Pinewood, per ora...



Michela M.

*PRESENTE E
PASSATO*

LA TRAGEDIA DI CRANS-MONTANA

Nella notte di Capodanno, tra il 31 dicembre e il 1° gennaio, un gravissimo incendio è scoppiato all'interno del bar "**Le Constellation**", situato nella località sciistica di *Crans-Montana*, nel *Canton Vallese*. Il rogo si è propagato in pochissimo tempo, cogliendo di sorpresa le numerose persone presenti nel locale per i festeggiamenti. Il bilancio della tragedia è drammatico: secondo le autorità si contano almeno 47 vittime e oltre 110 feriti, molti dei quali versano in condizioni critiche.



La maggior parte delle persone coinvolte erano giovani, tra cui numerosi turisti stranieri in vacanza sulla neve.

Tra le ipotesi sulle cause dell'incendio figura l'uso di candele o di piccoli oggetti pirotecnici accesi all'interno del locale, che avrebbero innescato una rapida propagazione delle fiamme. In pochi istanti, il bar si sarebbe trasformato in una trappola, rendendo estremamente difficile la fuga e aggravando le conseguenze dell'incendio.

SENZA LE MISURE DI SICUREZZA

L'evacuazione delle circa 200 persone presenti nel locale sarebbe stata difficilmente possibile, anche a causa della via di fuga troppo stretta, del fumo denso, che in pochi secondi ha reso l'aria irrespirabile, e dell'uscita invisibile. La temperatura dell'incendio è salita rapidamente fino a 1.200 gradi, mettendo a rischio la struttura dell'edificio, per poi diminuire a causa della mancanza di ossigeno.

Molte persone hanno filmato le fiamme senza scappare perché l'ambiente è rimasto vivibile per circa due minuti: un tempo in cui spesso non si percepisce subito il pericolo. Solo quando i primi iniziano a fuggire scatta la reazione collettiva, nota come "*comportamento da gregge*", legata al cosiddetto tempo di pre-evacuazione.

LE VITTIME

Sulla base dei dati finora disponibili, la tragedia di Crans-Montana presenta un bilancio umano estremamente pesante. Le **vittime** accertate sono almeno **47**, mentre i feriti superano le 110 persone, per un totale di oltre 150 persone coinvolte direttamente nell'incendio. Questo significa che circa una persona su tre tra quelle colpite non è sopravvissuta, un tasso di mortalità molto elevato per un incendio in un locale pubblico.

Tra i feriti, una quota significativa stimata intorno al 25–30% versa in condizioni gravi o critiche, soprattutto a causa di ustioni estese e intossicazione da fumo, principale causa di morte negli incendi in ambienti chiusi. Le vittime sono in prevalenza giovani e adulti, molti dei quali turisti stranieri, presenti nella località sciistica per le festività di Capodanno.

L'elevato numero di persone presenti nel locale, unito alla rapida propagazione delle fiamme e alle difficoltà di evacuazione, ha contribuito a trasformare l'incendio in una tragedia di proporzioni eccezionali, colpendo una popolazione prevalentemente giovane e mobile, lontana dal proprio paese di origine.

CHRISTOPHER C.

NATALE A TIVOLI

Eventi principali:

- **Pista di pattinaggio:** a Piazza Garibaldi si allestiranno una pista di pattinaggio sul ghiaccio e casette di legno per la vendita di prodotti artigianali e gastronomici.
- **Laboratori e intrattenimento:** sono previsti laboratori creativi e animazione per bambini, alcuni aperti a diverse fasce d'età.
- **Mostre e conferenze:** Diverse mostre e conferenze si terranno nelle Scuderie
- Estensi e in altre sale, focalizzate su temi artistici, storici e culturali legati alla città.
- **Concerti e spettacoli:** In programmi ci saranno concerti, tra cui la "Misatango" al Duomo, spettacoli teatrali e performance artistiche.
- **Visite guidate:** Saranno organizzati itinerari tematici per scoprire il patrimonio storico, artistico e ambientale della città.
- **Iniziative "a misura di bambino":** Oltre ai laboratori, sono previsti villaggi natalizi con gonfiabili e luna park in varie zone della città, come Tivoli Terme e Campo limpido.
- **L'albero di natale:** viene decorato tutti gli anni, giorni prima di Natale.



Alessandro A.

VILLA D'ESTE



Edificata nella seconda metà del Cinquecento, la sontuosa residenza nasce per volontà del **Cardinale Ippolito II d'Este**, figlio del duca *Alfonso I* e di *Lucrezia Borgia*, amante delle arti e mecenate di artisti e letterali.

PER COSA È FAMOSA?

Dichiarata nel 2001 Patrimonio dell'Umanità

UNESCO, rappresenta un

capolavoro del giardino italiano con l'impressionante concentrazione di fontane, ninfei, grotte, giochi d'acqua e musiche idrauliche.



COSTO E ORARIO D'INGRESSO

- Adulti: 15€
- Minorenni: gratis

Tutti i giorni dalle 8.30 alle 16.00 e ogni prima domenica del mese l'ingresso è gratuito.



QUANTE FONTANE?

Il numero totale di fontane di Villa d'Este include per la precisione 50 fontane, 255 cascate, 250 zampilli e 60 polle d'acqua, sviluppate su una superficie complessiva di 35.000 mq.

Marco R.

La Storia di Wikipedia

Wikipedia nasce prima nel 9 Marzo del 2000 come **Nupedia**, che era semplicemente un'enciclopedia mondiale aperta e accessibile a tutti e a cui le persone potevano aggiungere voci per poter diffondere le varie informazioni in un'enciclopedia mondiale.



WIKIPEDIA
L'enciclopedia libera

Nel 15 Gennaio del 2001 prende il nome di Wikipedia prendendo ispirazione da altri siti web come *WikiWikiWeb* ed entro la fine dello stesso anno raggiunge oltre 19.000 voci. Alla fine del 2004, arriva a contare 161 edizioni linguistiche

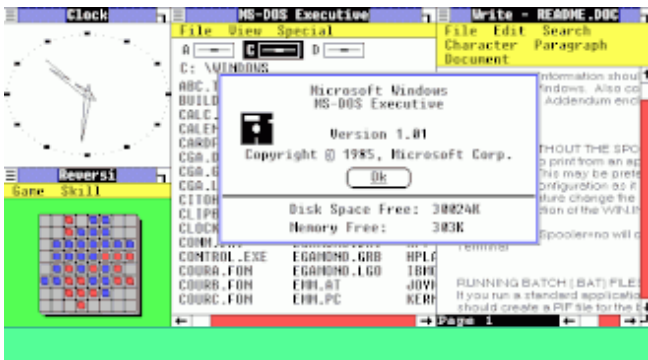
Successivamente i Developer di Wikipedia cercarono di creare altri progetti come *Wikidata*, *Wikisource*, *Wikinotizie* e inoltre nacquero delle *Wikimedia foundation* in Germania, Francia e infine Italia.

Wikipedia ebbe un successo eccezionale raggiungendo 10 milioni di voci nel 2011 e 35 milioni nel 2015. Negli anni non mancarono però anche azioni di vandalismo, come per esempio persone che modificavano le informazioni dell'enciclopedia scrivendo parole offensive. Questo portò Wikipedia negli anni a migliorare la sua sicurezza e oggi le informazioni errate vengono eliminate in meno di 10 minuti.

Manuel B.

STORIA DEL SISTEMA OPERATIVO MICROSOFT WINDOWS

Microsoft Windows nasce nell'estate del 1985 con la versione 1.0 Premiere, una versione beta riservata agli sviluppatori Microsoft.

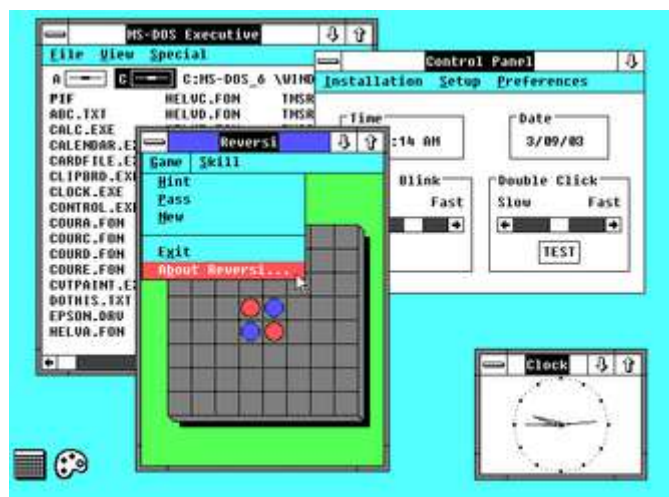


Il 20 novembre del 1985 Microsoft rilascia Windows 1.01, la prima versione del sistema operativo disponibile pubblicamente, esclusivamente nella lingua Inglese.

Dopo qualche giorno, Microsoft rilascia Windows 1.02, la prima versione tradotta in poche lingue, tra cui lo spagnolo, l'italiano e il tedesco. Windows 1.03 viene rilasciato dopo qualche mese e aggiunge il supporto alla lingua Olandese. Nel 1987 viene rilasciata la versione 1.04, che aggiunge il supporto ai nuovi display VGA e alle periferiche PS/2.

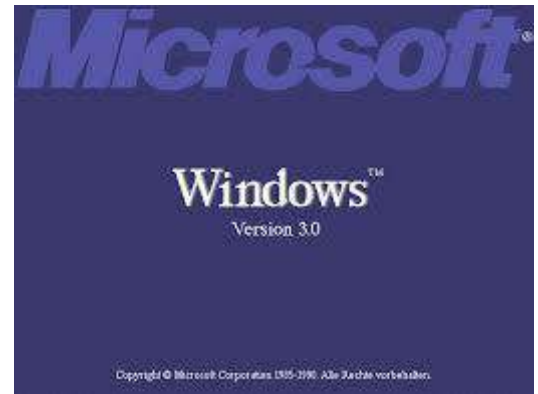
Windows 1.0x era disponibile esclusivamente in formato disco floppy, ed era necessario avere già installato MS-DOS alla versione 2.0 o equivalenti.

Windows 1.0 fu la versione di Windows più longeva (escluse edizioni Enterprise ed LTSC future), infatti il suo supporto finì nel 2001, 16 anni dopo l'uscita del sistema operativo.



Nel 1987 viene rilasciato Windows 2.0, che aggiunge il supporto alle finestre multiple, ma rimuove il supporto all'installazione su dischi floppy.

Nel 1989 Microsoft rilascia Windows 3.x, una serie di sistemi operativi (Windows 3.11, 3.1, 3.2) che permise a Microsoft di competere con altri computer, come l'Apple Macintosh e i Commodore Amiga, 64 e 128.



Nel 1995 viene rilasciato Windows 95, la prima versione di Windows con un'interfaccia desktop e il Menù Start, ma la vecchia interfaccia rimase supportata.

Nel 1998 viene rilasciato Windows 98, una versione aggiornata di Windows 95, che aggiunge supporto ai nuovi hardware Plug-and-Play, aggiunti con Windows 95. Nel 2000 vennero rilasciate le versioni Windows Millennium Edition e Windows 2000, che, come Windows 98, aggiunsero supporto ai nuovi hardware e

risolsero dei bug.

Nel 2001 viene rilasciato Windows XP, praticamente un Windows 2000 con una nuova interfaccia grafica e supporto hardware migliorato. Viene inoltre aggiunto il sistema di attivazione online e via telefono, che diminuirono la pirateria. Fu inoltre il primo sistema operativo consumer a non essere basato su MS-DOS.



Jacopo D'A.

The Green River Killer

Gary Leon Ridway nasce nel 18 Febbraio del 1949 a Salt Lake City in una famiglia disfunzionale a causa della madre che alza le mani sul padre e del padre che non fa niente, quindi Gary inizia ad odiare le donne e quando cresce non vuole essere come suo padre. La madre, inoltre, umiliava frequentemente lui e i suoi fratelli. Quando bagnava il letto la madre lo diceva a tutti i fratelli e gli faceva il bagno facendo gesti inappropriati verso il figlio. Questo continua anche quando lui cresce, il che porta Gary a pensare di avere rapporti con la madre nel mentre che la strangola. Il padre non è meglio, molte volte per lavoro deve accompagnare in macchina prostitute e quindi racconta al figlio di come spesso ha rapporti con loro.

Non è un bambino normale e si nota perché uccide un gatto e segue le ragazze fino a casa per poi cercare di violentarle. Questo inizia alle elementari e continua fino alle superiori. A soli 15 anni quando è in un parco vede un bambino e lo convince a seguirlo nel bosco per poi accoltellarlo. Il bambino sopravvive ma non sa indicare chi sia stato quindi dopo essere uscito di ospedale la famiglia si trasferisce e Gary non avrà conseguenze.

Quando si sposa, la moglie ovviamente lo tratta male come tutte le donne. Lui essendo in marina viene chiamato in missione nelle Filippine e in Vietnam e lì tradisce la moglie con delle prostitute pensando che sia giustificato visto che la moglie è lontana. Quando torna a casa però scopre che la moglie lo ha tradito e quindi chiede il divorzio. Il suo odio nelle donne cresce a causa di questo.

Durante il secondo matrimonio la moglie rimane incinta e durante questo periodo Gary inizia a comportarsi in modo strano. Spaventa spesso la moglie, fissandola, sbucando da fuori porte ecc...

Gary capisce che la paura lo eccita, quindi quando può ricominciare ad avere rapporti con la moglie è più violento e quasi la strangola. Ovviamente tempo dopo la moglie chiede il divorzio e il suo odio per le donne si trasforma in voglia di uccidere.

La sua prima vittima quindi è **Wendy Lee Coffield** che a soli 16 anni lavorava come prostituta in un'autostrada. Viene ritrovata il 15 luglio 1982 vicino al Green River nuda con i vestiti legati al collo e questa è solo la prima di tantissime donne perché in un mese se ne ritrovano altre 4 vicino allo stesso fiume.

Anna Laura C.

SPORT - ATTUALITÀ

FIAMMA OLIMPICA

La fiamma olimpica, o fuoco olimpico, è portata dalla torcia olimpica e brucia durante lo svolgimento dei giochi olimpici nel braciere olimpico. La fiamma è uno dei simboli dei Giochi olimpici. Le sue origini risalgono all'Antica Grecia, quando un fuoco veniva tenuto acceso per tutto il periodo di celebrazione delle Olimpiadi antiche. Il fuoco venne reintrodotta nelle Olimpiadi del 1928, e da allora fa parte del cerimoniale delle Olimpiadi moderne.



Per gli antichi greci, il fuoco aveva una caratteristica divina si credeva che fosse stato rubato agli Dei e donato agli uomini da Prometeo. Per questo motivo il fuoco era presente anche in molti santuari. Un fuoco veniva tenuto acceso permanentemente sull'altare del tempio di Estia ad Olimpia. Durante i Giochi Olimpici, che onoravano Zeus, venivano

accesi ulteriori fuochi nel suo tempio e in quello di sua moglie, Era. La moderna fiamma olimpica viene accesa sul luogo dove sorgeva il tempio di Era.



Il cerimoniale attuale, introdotto nel 1960, prevede che la fiamma olimpica venga accesa alcuni mesi prima dei Giochi. Una sacerdotessa accende il fuoco ponendo una torcia all'interno di uno specchio parabolico concavo, che concentra i raggi del sole. La fiamma olimpica viene quindi

posta in un'urna e portata nell'antico stadio, dove viene consegnata al primo tedeforo, solitamente greco, insieme a un ramo d'ulivo come simbolo universale di pace.



Quest'anno la fiamma olimpica è passata a Tivoli, in provincia di Roma, il 7 dicembre 2025, con un percorso simbolico attraverso i siti UNESCO di Villa Adriana e Villa d'Este unendo sport, storia e arte in un momento di celebrazione culturale. L'evento ha rappresentato un ponte

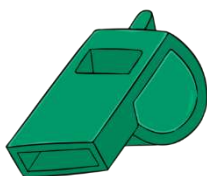
tra l'antichità e il futuro, valorizzando il patrimonio culturale italiano.



L'ultima tappa del 2025 si è tenuta a Bari con l'accensione del braciere il 31 dicembre 2025.

Stefano R.

QUANTO INCIDONO GLI ARBITRI E LA VAR NELLE COMPETIZIONI DI CALCIO?



Gli arbitri, soprattutto dall'inizio della stagione, stanno prendendo scelte discutibili. Molte squadre sono infastidite e continuare su questo percorso potrebbe condizionare il campionato e peggiorare la loro situazione.

È da inizio stagione che gli utenti hanno smesso di parlare dell'arbitro migliore della settimana, ma si va a cercare il peggiore.

Rispetto al passato, dove i direttori di gara venivano ricordati per le ottime gestioni, gli arbitri hanno raggiunto oggi un livello di mediocrità sproporzionato.

Gli episodi sono decisamente troppi e **la tecnologia non risolve le sviste arbitrali**.

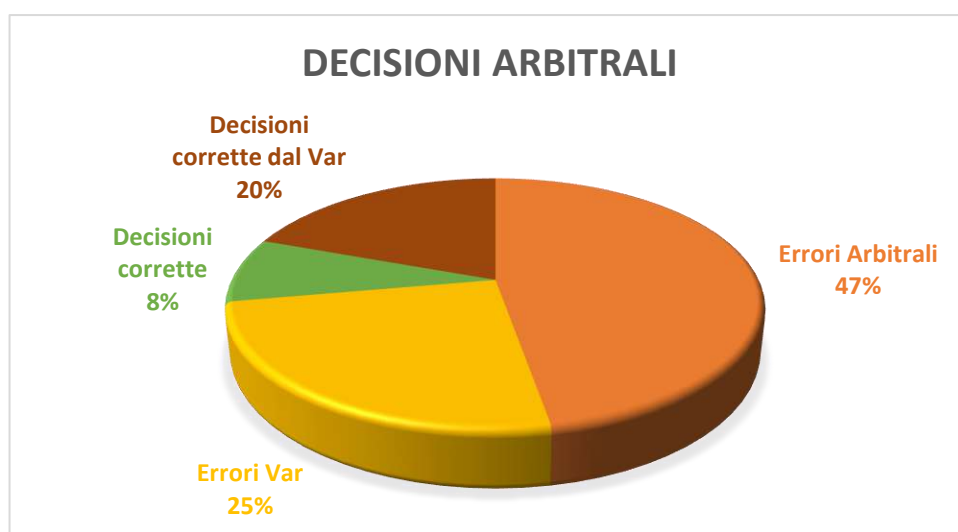
L'introduzione della VAR ha risolto molti problemi, ma spesso chi ha il compito di richiamare il direttore di gara sbaglia. Ci sono stati molti errori, troppi.

Gli esempi non mancano:

- Il rigore clamoroso non assegnato al Milan in Coppa Italia,
- Il rigore non concesso in Lazio-Juventus a favore dei bianconeri,
- E molti altri episodi simili, distribuiti su più squadre e competizioni.

Si contano più di **42 errori** tra arbitri e VAR che sono circa **l'84%** di tutti gli interventi fatti e sono solo trascorsi 4 mesi.

84%: interventi arbitrali contestati (rigori, gol, espulsioni, episodi VAR), includendo **errori riconosciuti e non riconosciuti**. Non rappresenta il totale delle decisioni prese durante le partite





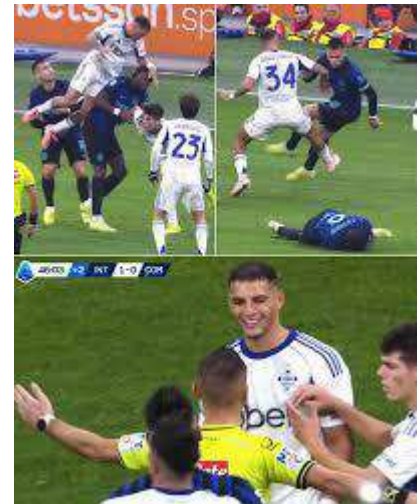
Gianluca Rocchi è una figura dirigenziale chiave della FIGC, noto per la sua carriera di alto livello e la sua influenza nel designare le partite della massima serie.

Chiede agli utenti comprensione e sostegno per i suoi arbitri. Essendo stato arbitro sa che le decisioni devono essere prese in tempi brevi, con frequenti pressioni e ansia elevata.

Gianluca Rocchi: Ex arbitro di calcio



Pestone di Gila in Lazio 1-0 Juventus



Falli in successione di Diego Carlos in Inter-Como

Samuele T.

KYLIAN MBAPPÉ

Cresciuto a **Bondy**, nella regione francese dell'**Île-de-France**, Kylian è nato in una famiglia di sportivi originaria del **Camerun** (dal lato paterno) e dell'Algeria (per parte materna). Suo padre **Wilfried**, infatti, svolge il ruolo di dirigente nella squadra calcistica dell'*AS Bondy*, mentre sua madre Fayza è stata una professionista della pallamano ed il fratello minore **Ethan** è a sua volta un calciatore professionista. Anche il fratello del padre, Pierre, è dirigente sportivo del **Sedan** e suo fratello adottivo è l'ex calciatore **Jirès Kembo Ekoko**, adottato dal padre di Kylian in età adolescenziale.



LA SUA CARRIERA

Kylian Mbappé Lottin (Parigi, 20 dicembre 1998) è un calciatore francese, attaccante del Real Madrid e della nazionale francese, di cui è capitano e con cui è diventato campione del mondo nel 2018, vicecampione del mondo nel 2022 e ha vinto la UEFA Nations League 2020-2021.

Club/Nazionale	Gol	Assist
Paris Saint-Germain	256	98
Nazionale francese	50	29
Real Madrid	44	5
AS Monaco	27	12

Considerato uno dei migliori calciatori della sua generazione, esordisce come professionista nel 2015 tra le file del Monaco, con cui vince un campionato francese. Dal 2017 al 2024 ha militato nel *Paris Saint-Germain*, squadra della quale è



il miglior marcatore di tutti i tempi e dove ha conquistato altri sei campionati, due Coppe di Lega francesi, quattro Coppe di Francia e quattro Supercoppe francesi.



Con la nazionale francese ha partecipato a due campionati mondiali, vincendone uno, due campionati europei e due fasi finali della UEFA Nations League, trionfando in un'occasione.



A livello individuale ha vinto un Golden Boy (2017), un Trofeo Kopa (2018), un Trofeo Gerd Müller (2024) e una Scarpa d'oro (2025); inoltre è stato per tre volte calciatore francese dell'anno (2018, 2019 e 2023) e per due volte



calciatore dell'anno ai Globe Soccer Awards (2021 e 2024). È stato per sei volte consecutive capocannoniere della Ligue 1 (dal 2019 al 2024), nonché una volta miglior marcatore della Liga (2025). Ha altresì vinto una volta la classifica marcatori anche del campionato mondiale (2022).

Alla vigilia delle elezioni legislative del 2024, ha espresso preoccupazione per il possibile successo del partito di Rassemblement National di Marine Le Pen, assieme ad altri calciatori della nazionale convocati agli europei di *Germania 2024*, come *Ibrahima Konaté*, *Marcus Thuram*, *Jules Koundé* e *Ousmane Dembélé*. In entrambi i turni elettorali, ha pubblicamente invitato i concittadini a votare contro l'estrema destra per impedire ai suoi candidati di essere eletti.

Nel 2024 ha acquistato, tramite la società Interconnected Ventures, l'80% delle quote del club calcistico francese del **Caen**.

Igor H.

LA FORMULA 1

La Formula 1 prevede ventiquattro Gran Premi. È la seconda volta nella storia della Formula 1 che la stagione sarà caratterizzata da un numero così alto di appuntamenti, lo stesso numero delle gare alla stagione precedente. Il calendario propone esattamente gli stessi Gran Premi della stagione 2024, ma alcuni di essi subiscono una calendarizzazione leggermente diversa.

Il campionato inizia col Gran Premio d'Australia, per la prima volta dal 2019, per concludersi col tradizionale Gran Premio di Abu Dhabi. Il Gran Premio di Cina viene posto come secondo appuntamento a marzo, mentre quelli del Bahrein e dell'Arabia Saudita sono spostati in aprile per rispettare il Ramadan, tornando a disputarsi di domenica. I Gran Premi del Canada e di Spagna vengono invertiti, così come quelli dell'Ungheria e del Belgio, con la gara ungherese programmata quale ultima prova prima della pausa estiva. Tre settimane di sosta sono programmate nel mese di luglio tra il Gran Premio di Gran Bretagna e la gara belga, invece che tra settembre e ottobre, come nel 2024.

La Federazione continua a regionalizzare i vari eventi rendendo così più sostenibile la logistica: la gara in Bahrein, programmata quale quarta prova, è al centro di una tripletta che inizia col Gran Premio del Giappone e finirà col Gran Premio d'Arabia Saudita. Le altre due triplette sono previste tra il Gran Premio dell'Emilia-Romagna e quello di Spagna e tra quello di Las Vegas e l'ultimo Gran Premio di Abu Dhabi. Sei Gran Premi sono caratterizzati dall'utilizzo del *weekend* di gara in cui disputare la Sprint, come nelle ultime due stagioni.

Il Gran Premio di Russia era sotto contratto per figurare nel calendario del 2025, ma l'accordo per le future edizioni fu terminato nella stagione 2022 a seguito dell'invasione russa dell'Ucraina.

CLASSIFICA PILOTI

1° Lando Norris (**Mclaren**)

punti: 423



4° George Russell (**Mercedes**)

punti: 319



2° Max Verstappen (**Red Bull Racing**)

punti: 421



5° Charles Leclerc (**Ferrari**)

punti: 296



3° Oscar Piastri (**Mclaren**)

punti: 410



Le **principali novità del regolamento F1 2026** includono:

- *Nessun limite allo sviluppo dell'ERS: Le squadre avranno maggiore libertà nello sviluppo dei sistemi di recupero dell'energia*
- *Macchine più leggere: Le vetture saranno più leggere di 30 kg, più corte e più strette.*
- *Modifiche alla power unit: Il 50% della potenza proviene dal motore endotermico e l'altro 50% dall'ibrido.*
- *Abolizione del DRS: Il DRS sarà sostituito da un sistema di override e aerodinamica attiva.*
- *Focus sulla sostenibilità: Le nuove regole mirano a favorire maggiori sorpassi e una maggiore sostenibilità nel motorsport.*



Queste modifiche rappresentano un cambiamento significativo per la Formula 1 e mirano a rendere le gare più competitive e sostenibili.

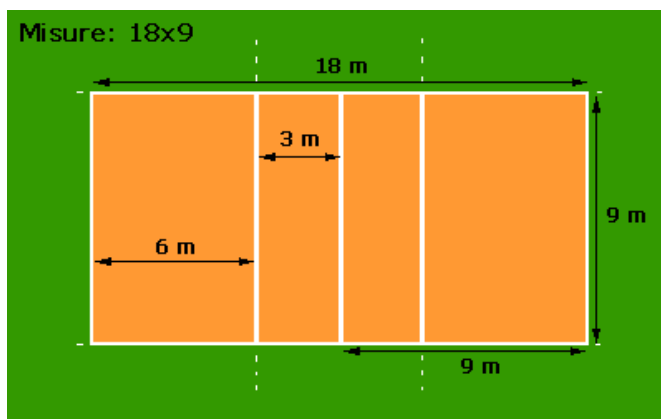
Adriano C.

*STORIA DEGLI
SPORT*

PALLAVOLO

Il Campo

- Misure: **18 m** × **9 m**, diviso da una rete.
- Altezza rete:
 - **2,43 m** uomini
 - **2,24 m** donne



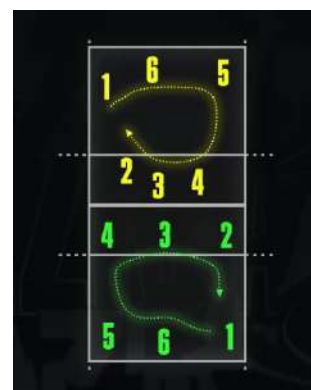
Le Squadre

- Ogni squadra ha **6 giocatori in campo**.
- Ruoli principali:
 - **Palleggiatore**
 - **Schiacciatori (laterali e opposto)**
 - **Centrali**
 - **Libero**: solo difensore, non può attaccare né servire (con alcune eccezioni a livello giovanile).



Rotazione

- Dopo aver conquistato il servizio, la squadra **ruota in senso orario**.
- La posizione al momento del servizio determina eventuali falli di posizione.



Scopo del gioco

- Far cadere la palla nel campo avversario o far commettere un errore alla squadra opposta.
- Ogni azione vinta vale **1 punto** (sistema “rally point”).

Punteggio dei set

- Si gioca ai **best-of-5 set**.
- Un set si vince a **25 punti**, con **2 punti di vantaggio** (26–24, 27–25, ecc.).
- Il quinto set (tie-break) si gioca a **15 punti**, sempre con 2 punti di scarto.



Tocchi di squadra

- Ogni squadra ha al massimo **3 tocchi** (oltre al muro, che non conta come primo tocco).
- Un giocatore non può toccare la palla due volte di seguito, a meno che non ci sia un muro intermedio.



Attacchi

- Si può attaccare da qualsiasi posizione, tranne:
 - Il **libero** non può attaccare sopra l'altezza della rete.
 - I giocatori di seconda linea possono attaccare sopra la rete **solo partendo dietro la linea dei 3 metri**.



Muro

- È l'azione difensiva a rete.
- Chi mura può toccare immediatamente di nuovo la palla (il muro non conta come tocco di squadra).
- Il libero non può effettuare il muro.



Falli principali

- **Doppia:** contatto irregolare della palla (due tocchi consecutivi o non puliti).
- **Portata / trattenuta:** palla tenuta troppo a lungo.
- **Invasione:**
 - Sopra la rete: solo se interferisce nel gioco avversario.
 - Sotto la rete: il piede può andare oltre la linea centrale solo se non si ostacola l'avversario.
- **Palla fuori.**
- **Piede sulla linea durante il servizio.**

Il Servizio

- Si batte dalla zona di fondo campo.
- La palla va colpita senza calpestare la linea.
- Il servizio può essere:
 - **Dal basso**
 - **Flottante**
 - **In salto**



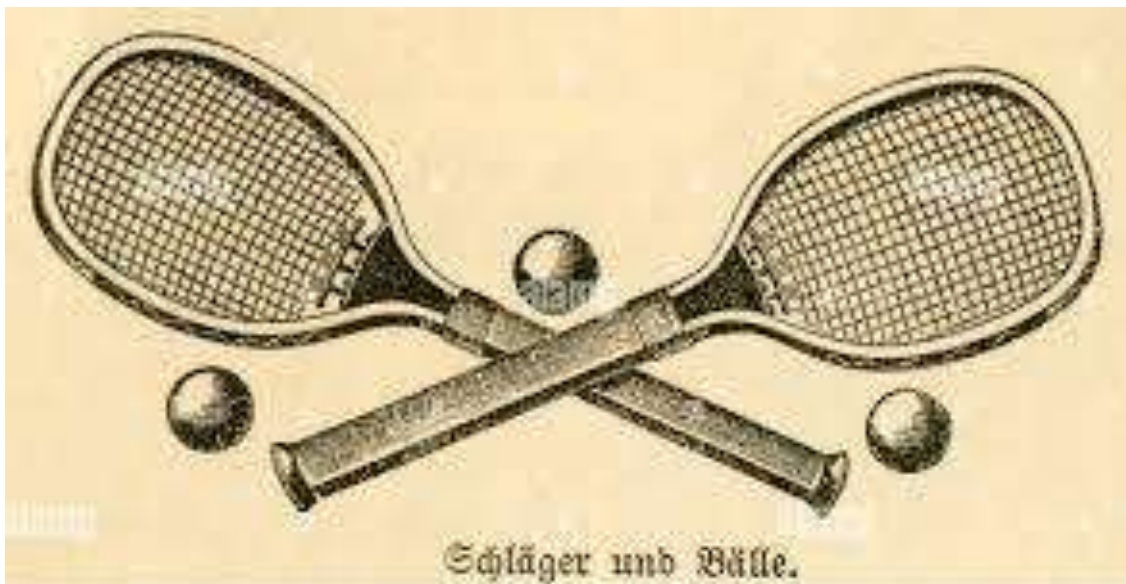
Federico F.

IL TENNIS

La storia del tennis è un affascinante viaggio che si snoda attraverso secoli, continenti e cambiamenti sociali, fino a diventare uno degli sport più amati e praticati in tutto il mondo.

Le origini del tennis risalgono al Medioevo. Già nel XII secolo in Francia si giocava a un gioco chiamato **jeu de paume** dove la palla veniva colpita con la mano, senza l'uso di racchette. I giocatori si sfidavano in cortili e chiostri, e questo gioco divenne rapidamente popolare tra nobili e religiosi. Col passare del tempo, si iniziarono a utilizzare guanti, poi mazze rudimentali e infine vere e proprie racchette di legno. Nel XVI secolo, il "**tennis real**" era considerato lo sport dei re, praticato in Francia, Inghilterra e Italia.

Racchette tennis



La nascita del tennis moderno Il tennis come lo conosciamo oggi, però, ha preso forma nell'Ottocento. Nel 1874, il maggiore britannico **Walter Clopton Wingfield** brevettò un nuovo gioco chiamato **lawn tennis**, pensato per essere giocato all'aperto su superfici erbose delle residenze inglesi.

Wingfield introdusse: il campo rettangolare, la rete centrale, racchette leggere, un sistema di punteggio. Il *lawn tennis* si diffuse rapidamente in tutta Europa e negli Stati Uniti, diventando uno sport sociale e aristocratico. I primi tornei e la struttura professionistica Nel 1877 si svolse il primo

storico torneo di **Wimbledon**, che è ancora oggi considerato il più prestigioso al mondo. Nel 1881 seguì lo **US National Championship** (oggi US Open) e negli anni successivi gli **Open di Francia** e **Australia**. Questi quattro tornei divennero noti come **Grand Slam**, le quattro colonne portanti del tennis competitivo. Con l'inizio del Novecento, nacquero anche le competizioni a squadre, come la **Coppa Davis**, che contribuirono a internazionalizzare lo sport.

Partita tennis



Alessandro A.

LA STORIA DEL PUGILATO

Il pugilato, conosciuto anche come boxe, è uno degli sport più antichi al mondo con radici che risalgono a oltre tremila anni fa. Le prime forme di combattimento simile alla boxe si trovano in antiche civiltà come quella sumera, egizia e greca. Gli antichi Greci lo introdussero come disciplina sportiva nei giochi olimpici e la boxe divenne molto popolare nell'antica Grecia e Roma



Pietra che rappresenta due sumeri che combattono

Nel Medioevo, il pugilato si sviluppò come sport popolare tra i soldati e i combattenti, anche se spesso era violento e senza molte regole.

Nel diciassettesimo e diciottesimo secolo in Inghilterra, vennero scelte le prime regole ufficiali grazie a organizzazioni come il Broughton Rules e successivamente il Marquess of Queensberry Rules del 1867, che introdussero regole più severe e il concetto di round, guantoni e giudici.

Nel corso del XX secolo, il pugilato si consolidò come sport professionale di grande popolarità, dando origine a leggende come Muhammad Ali, Joe Louis, Mike Tyson e molti altri.

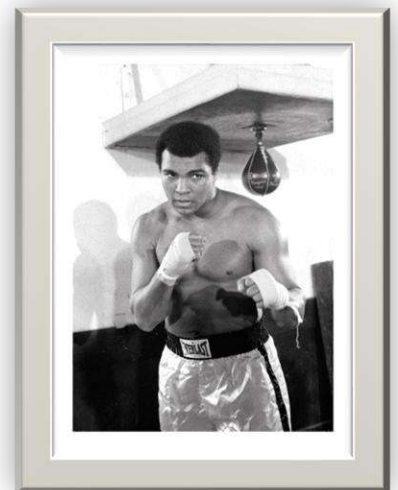
Oggi, la boxe è uno sport olimpico e professionale seguito da milioni di appassionati in tutto il mondo, con un ricco patrimonio di storia e cultura.

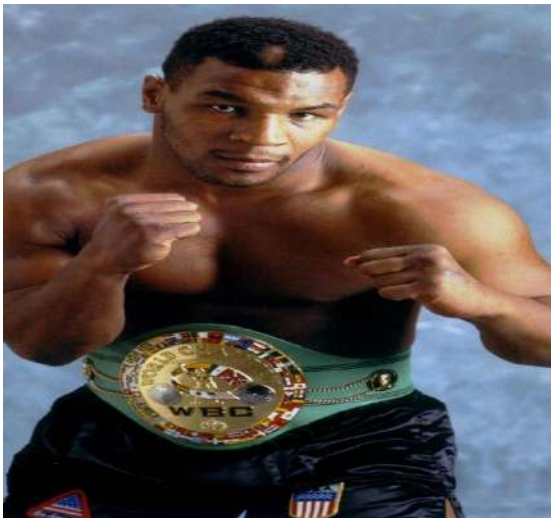
LE LEGGENDE DEL BOXE

MUHAMMAD ALI



Muhammad Ali è stato uno dei più grandi pugili della storia, famoso per il suo talento, il carisma e il ruolo attivo nella lotta per i diritti civili. Campione olimpico e mondiale dei pesi massimi, fu protagonista di incontri leggendari e si oppose alla guerra del Vietnam, diventando un simbolo di coraggio e indipendenza. La sua eredità va oltre lo sport grazie al suo impegno sociale e umanitario.





MIKE TYSON

Nasce a Brooklyn, quartiere di New York da Lorna Smith e Percel Tyson che in seguito si separarono; la madre ebbe poi una relazione con Jimmy Kirkpatrick ma non si risposò. Nel 1968, Kirkpatrick (che lavorava come manovale) lasciò il lavoro e la famiglia per problemi di cuore: Tyson crebbe dunque in assenza di una figura maschile.

Dall'unione con Percel nacquero anche Rodney e Denise. Dopo l'addio del compagno, Lorna, che aveva problemi di alcolismo, si trasferì a Brownsville, uno dei quartieri più pericolosi di Brooklyn. La mancanza di figure paterne e l'ambiente di vita disagiato condizionarono, in negativo, l'infanzia di Tyson.

Durante uno dei tanti soggiorni in riformatorio, Tyson conobbe di persona **Muhammad Ali**: l'ex campione si era recato in visita ai ragazzi dell'istituto. Proprio in carcere ebbe inizio la sua carriera pugilistica. Cus D'Amato che sviluppò un legame particolare con Tyson, risultando importante non solo dal punto di vista sportivo ma anche da quello umano. Grazie agli insegnamenti di Cus, il ragazzo imparò come sfruttare a proprio vantaggio l'altezza ridotta (178 centimetri, il più basso di sempre nella storia della categoria) per schivare i colpi avversari.



JOE LOUIS

Joseph Louis Barrow nacque il 13 maggio 1914 in una casa fatiscente a circa sei miglia a nord-ovest di La Fayette, nelle zone rurali della Contea di Chambers. Era il settimo degli otto figli di Munroe e Lillie (Reese) Barrow. Il padre era un afroamericano con alcuni antenati bianchi, mentre la madre era per metà Cherokee. Entrambi i genitori di Joe erano figli di ex schiavi e alternavano la mezzadria con l'allevamento di bestiame in affitto.

Marianna I.

BOXE

La boxe è uno sport di combattimento molto antico che nasce tantissimi anni fa, già al tempo degli antichi Greci e dei Romani. In passato veniva praticata come forma di allenamento per i soldati e come spettacolo durante le competizioni sportive. Nel corso dei secoli questo sport si è evoluto, cambiando regole e introducendo nuove protezioni per rendere gli incontri più sicuri per gli atleti.

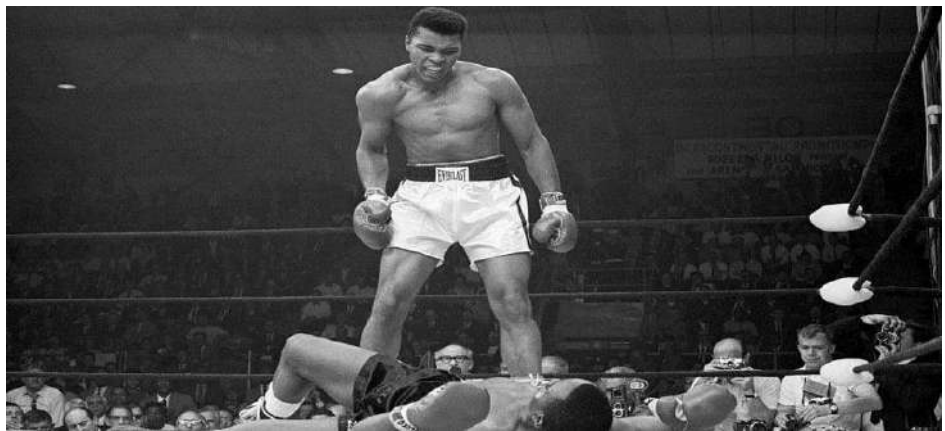
Questo sport consiste nel colpire l'avversario utilizzando solo i pugni, che devono essere sempre protetti da guantoni speciali. I combattimenti si svolgono all'interno di uno spazio chiamato ring, delimitato da corde, e sono divisi in riprese chiamate round. Durante l'incontro ci sono regole precise che i pugili devono rispettare, come non colpire sotto la cintura o quando l'avversario è a terra. Anche se può sembrare uno sport molto violento, in realtà è molto controllato e seguito da arbitri e medici.

I pugili si allenano molto duramente quasi tutti i giorni, perché per praticare la boxe servono forza fisica, velocità, resistenza e coordinazione. Gli allenamenti comprendono corsa, esercizi di potenziamento muscolare, tecnica dei colpi e simulazioni di combattimento. Un pugile deve essere anche molto concentrato e attento, perché basta un secondo di distrazione per prendere un colpo decisivo e perdere l'incontro.

Esistono diverse categorie di peso, in modo che i combattenti abbiano una corporatura simile e nessuno sia troppo avvantaggiato rispetto all'altro. Questo rende gli incontri più equi e combattuti. Inoltre, nella boxe non conta solo colpire forte, ma anche muoversi bene, difendersi, schivare i colpi e usare la strategia giusta per stancare l'avversario.

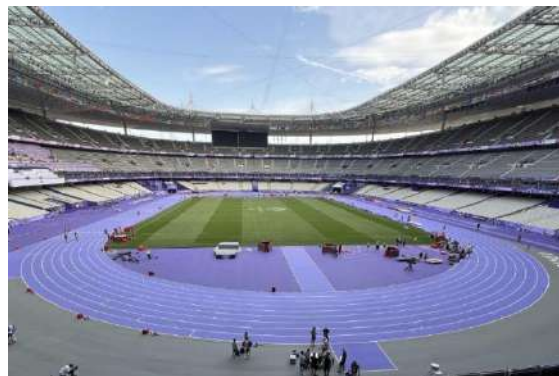
Molte persone pensano che la boxe sia uno sport pericoloso, ma grazie alle regole, ai controlli medici e alle protezioni adeguate può essere praticata in relativa sicurezza. Inoltre, per molti atleti la boxe rappresenta un modo per migliorare se stessi, sfogare lo stress e imparare a controllare le proprie emozioni.

In conclusione, la boxe non è solo uno sport di combattimento, ma anche una disciplina che insegna valori importanti come il rispetto delle regole, la disciplina, il sacrificio e la determinazione. Anche se non tutte le persone lo apprezzano, la boxe rimane uno sport importante e affascinante, seguito da milioni di appassionati in tutto il mondo.



Mirko M.

ATLETICA LEGGERA



L'**atletica leggera** è un insieme di 27 discipline sportive che possono essere raggruppate in quattro categorie: *corse*, *marce*, *concorsi* (salti e lanci) e *prove multiple*.



LA STORIA

L'atletica leggera trova le sue origini nell'antica Grecia: i poemi omerici, la statuaria, Pindaro e la pittura vascolare testimoniano la profonda passione sportiva degli antichi greci e l'onore in cui tenevano gli atleti.

La nascita e gli inizi dell'atletica leggera si perdono nella notte dei tempi, confondendosi con i primi gesti

dell'uomo, alle prese con le sue necessità di sopravvivenza. Non si sa per quante migliaia di anni i primi uomini abbiano corso, fuggendo ed inseguendo, e abbiano lanciato per aggredire o per difendersi, creando così la matrice naturale di un agonismo del tutto singolare e inconsapevole.

RECORD E CAMPIONI

Armand Gustav Duplantis, detto **Mondo** (*Lafayette*, 10 novembre 1999), è un astista svedese con cittadinanza statunitense, campione olimpico a **Tokyo 2020** e **Parigi 2024** e campione mondiale a **Oregon 2022**, **Budapest 2023** e **Tokyo 2025**. In virtù degli eccellenti risultati ottenuti viene considerato il più grande astista di tutti i tempi ed uno dei più grandi atleti della sua generazione. Durante la sua carriera ha migliorato per quattordici volte il record mondiale della specialità (otto outdoor e sei indoor), che ad oggi detiene con la misura di 6,30 metri realizzata a Tokyo il 15 settembre 2025.

Usain St. Leo Bolt (*Sherwood Content*, 21 agosto 1986) è un ex velocista giamaicano, primatista mondiale dei 100 metri piani, dei 200 metri piani e della staffetta 4×100 metri. Soprannominato

Lightning Bolt (*fulmine*), ha vinto in carriera 8 medaglie d'oro olimpiche e 11 mondiali ed è l'unico atleta nella storia ad avere vinto la medaglia d'oro nei 100 m piani e nei 200 m piani in tre edizioni consecutive dei Giochi olimpici (**Pechino 2008, Londra 2012 e Rio de Janeiro 2016**), oltre che in tre diverse edizioni dei campionati mondiali (**Berlino 2009, Mosca 2013 e Pechino 2015**). Ha inoltre detenuto fino al 2021 i record mondiali dei 200 m piani delle categorie under 20 e under 18, rispettivamente con 19"93 e 20"13.

L'ITALIA NELL'ATLETICA

L'Italia ha partecipato a tutte le edizioni dei Campionati del mondo di atletica leggera, conquistando complessivamente (da Helsinki 1983 a Budapest 2023) 49 medaglie, delle quali 13 d'oro, 17 d'argento e 19 di bronzo.



Pietro P.

IL BASKET



Il basket si gioca tra due squadre di 5 giocatori ciascuna, con l'obiettivo di segnare punti lanciando la palla nel canestro avversario e impedire che l'altra squadra faccia lo stesso. I punti si ottengono in modi diversi: 3 punti per un tiro dalla lunga distanza (oltre l'arco), 2 punti per un canestro durante il gioco e 1 punto per ogni tiro libero. I fondamentali del gioco sono palleggio, passaggio e tiro, oltre alle fondamentali difensive. Le partite sono suddivise in quarti di gioco e chi segna più punti vince.

Obiettivo del gioco

- Segnare più punti dell'avversario lanciando la palla nel canestro.
- Impedire alla squadra avversaria di **fare lo stesso**.

Punteggio

- 3 punti: Tiri effettuati da dietro la linea dei tre punti.
- 2 punti: Tiri effettuati all'interno della linea dei tre punti.
- 1 punto: Tiri liberi, effettuati da fermi dopo un fallo.

Fondamentali

- Palleggio: Muoversi con la palla colpendola ripetutamente a terra. Non è consentito correre con la palla in mano.
- Passaggio: Lanciare la palla a un compagno di squadra.
- Tiro: Lanciare la palla nel canestro.
- Difesa: Bloccare i tiri avversari (stoppata), impedire loro di segnare e rubare palla.
- Rimbalzo: Afferrare la palla dopo un tiro sbagliato.

Regole aggiuntive

- Tempo: Le partite sono divise in quarti (di solito 4 di 10 minuti).
- Falli: Se un giocatore commette un fallo, la squadra avversaria può ottenere tiri liberi o un altro possesso di palla.

- Infrazioni: Esistono limiti di tempo per il possesso palla e per l'entrata nell'area avversaria, con conseguenze se superati (ad esempio, la regola dei 24 secondi).

- **In Italia c'è:**



- **In America c'è:**



NBA E WNBA

Lorenzo D. S.

LA STORIA DEL CALCIO

La storia del calcio moderno inizia il 26 ottobre 1863 Inghilterra, quando venne fondata la *Football Association (FA)*, l'organo di governo del gioco del calcio. Fu in quel momento che vennero codificate le prime regole ufficiali di questo sport, distinguendolo definitivamente dal rugby, con cui fino ad allora condivideva molte somiglianze, così segnando l'inizio della sua evoluzione come sport organizzato e regolamentato.

Figure 1: Una delle prime rappresentazioni artistiche al mondo dedicate al gioco del calcio: il dipinto Sunderland v. Aston Villa di Thomas M. M. Hemy (anche noto come A Corner Kick), 1895.



Il calcio, tuttavia, non rimase confinato ai confini britannici. Grazie ai commercianti e ai marinai, si diffuse rapidamente in altre parti del mondo, in particolare in Sud America. Questi pionieri del calcio portarono con sé non solo merci e prodotti, ma anche il loro amore per il nuovo gioco. Fu così che il calcio iniziò a radicarsi in paesi come Brasile, Argentina e Uruguay, dove trovò terreno fertile e si sviluppò. Ma la storia di questa disciplina attraversa più epoche e ha radici in tutti i continenti: di seguito se ne percorre una cronologia accurata da un punto di vista storiografico che riguarda giochi a squadre con la palla.

Vi sono notizie di giochi che prevedevano una palla in molte culture.

Attraverso i secoli i **Vichinghi** praticavano il *Knattleikr*, sport di squadra in cui si usava un bastone per colpire il pallone. i Persiani, gli Egizi e gli Assiri avevano nella loro tradizione dei giochi con la palla. Quelle utilizzate dagli Eschimesi erano involucri tondeggianti fatti di pelle di foca e riempiti di muschio e pelliccia. Gli indigeni hawaiani giocavano con palle costituite da tessuto o foglie, i figiani con l'uva. Infine gli aborigeni australiani utilizzavano lo scroto dei canguri imbottito di erba e ne ricavavano un pallone.

In estremo oriente un antico gioco militare con la palla chiamato a seconda della traslitterazione, in cinese tradizionale , con il significato di "calciare la palla") era noto in Cina già tra il terzo e il secondo millennio avanti Cristo, nel corso del mitologico "Impero Giallo" di *Huang Di*.

Si hanno notizie certe di tale sport praticato nel III secolo a.C. come addestramento per le truppe.



Il *Cuju*, che godeva di molta popolarità, consisteva in due squadre da 12/16 calciatori che, rimanendo all'interno di un campo rettangolare, dovevano calciare un pallone all'interno di due pali, ovvero canne di bambù, senza l'utilizzo delle braccia. La palla era una sfera rudimentale fatta di pelle o vescica animale e riempita di capelli. Questo gioco è ufficialmente riconosciuto dalla FIFA come il più antico riconducibile al calcio moderno.

Nel **calcio moderno**, ci sono falli, ammonizioni e cartellini rossi. Ma il contatto fisico non è una novità. Le **antiche** versioni del **calcio** — dal *kemari* giapponese alla *harpastum* romana — prevedevano scontri anche violenti. Nei giochi tribali, il contatto era parte della prova.



Ad esempio, il design del **pallone** si è evoluto per renderlo più aerodinamico ed efficiente.

Nel **calcio moderno**, i giocatori indossano maglie leggere e traspiranti, che li aiutano a muoversi meglio in campo. Le differenze principali rispetto al passato sono: la VAR, il tessuto del pallone, le linee del campo, gli stadi, altezza della porta e i guanti dei portieri.

SECONDO VOI CHI VINCERA' IL CAMPIONATO QUEST'ANNO?



Gabriel B.

LA SERIE A

CHE COS'E'

La serie A è il campionato professionistico di più alto rango presente in Italia in cui si trovano tutte le squadre più forti del calcio italiano. Nella sua storia ha avuto molte polemiche e ha regalato molte emozioni e sorprese.

Ad oggi questo campionato è composto da 20 squadre che competono per ottenere delle competizioni o addirittura per il titolo; infatti questo campionato non ha il solo scopo di far gareggiare e competere le squadre per vedere chi arriva più in alto o meno, ma ha anche lo scopo di far qualificare le squadre partecipanti alle competizioni europee.

- le prime quattro partecipano alla **Champions League**,
- la quinta partecipa alla **Europa League**
- e infine la sesta partecipa alla **Conference League**

Ad ogni qualificazione la lega ricompensa i club qualificati con una somma specifica di soldi e infine la prima classificata vince il campionato.

L'ultima squadra a vincere il campionato è stato il **Napoli**



Non tutte le posizioni sono comode, infatti le ultime 3 classificate non rimangono in questo campionato, ma vengono **retrocesse** nella lega precedente, cioè la Serie B, dove vengono promosse le prime 3 che prendono il posto di quelle retrocesse.



LE PIÙ TITOLATE E RECORD

La serie A presenta molta storia e molti eventi interessanti. Ne presentiamo alcuni:

- **LA PIU' TITOLATA:** Il club che ha vinto più volte il campionato di serie a è la Juventus, che ha alzato il trofeo 38 volte, di cui 2 annullati per motivi che vedremo dopo;
- **PRIMO CAMPIONE:** il club che ha vinto il campionato per la prima volta è stato il Genoa, che lo ha vinto nel 1898 a Torino quando le squadre partecipanti erano solo 4;
- **ULTIMO CAMPIONE:** l'ultimo campionato di serie A è stato vinto qualche mese fa dal Napoli, che ha conquistato il suo 4 titolo dopo una sfida fino all'ultima giornata con l'Inter;
- **RECORD VITTORIE CONSECUTIVE:** La striscia di vittorie del campionato di serie A più lunga di sempre è della Juventus, che ha vinto il campionato per 9 edizioni di fila;
- **PIU PUNTI TOTALIZZATI:** Il club che ha totalizzato il maggior numero di punti in una sola edizione è stata la Juventus, che nel 2012 ha totalizzato ben 102 punti
- **MIGLIOR MARCATORE:** Il giocatore che ha totalizzato il maggior numero di reti in una sola edizione è stato Ciro Immobile nel 2020, con il club Lazio, ha messo il pallone in rete ben 36 volte.

CONTROVERSIE E POLEMICHE

Negli ultimi 30 anni la serie a ha avuto molte polemiche legato a molti fatti di cui arbitrari, infatti molte squadre sono finite in tribunale per scandali arbitrari o economici, e la lega ha preso molti provvedimenti con penalizzazioni, infatti nella storia della lega è stata la Juventus ad esser stata penalizzata più volte, vediamo alcuni eventi:



- 2006- la Juventus viene retrocessa in serie b nonostante fosse arrivata prima per calciopoli;
- 2023- la Juventus viene penalizzata di 10 punti, ciò la priverà delle competizioni europee.

Diego B.

LA LAZIO

Ecco una **breve storia della Lazio**, raccontata in modo semplice:

La **Società Sportiva Lazio** è una squadra di calcio di Roma, fondata il **9 gennaio 1900**. È una delle società più antiche d'Italia. I giocatori sono chiamati **biancocelesti** per i colori bianco e celeste, scelti in onore della Grecia, patria delle Olimpiadi.

Nei primi decenni la Lazio divenne una delle squadre più forti del centro Italia. Il primo grande trionfo arrivò nel **1974**, quando vinse il suo **primo Scudetto**. Un altro momento difficile ma importante fu negli anni '80, quando la squadra rischiò di retrocedere in categorie più basse, ma riuscì a risollevarsi.

Il periodo d'oro arrivò alla fine degli anni '90 e inizio 2000, quando la Lazio vinse molti trofei:

- **Secondo Scudetto (2000)**
- **Coppa delle Coppe (1999)**
- **Supercoppa Europea (1999)**
- **varie Coppe Italia e Supercoppe Italiane**



Anche in questi anni la Lazio continua a essere una squadra competitiva, con molti successi soprattutto in **Coppa Italia** e **Supercoppa Italiana**, e partecipa spesso alle coppe europee.

In sintesi: una squadra storica, con grandi momenti, qualche difficoltà, ma sempre importante nel calcio italiano.

La prima squadra della sezione calcistica del club è al quarto posto nella classifica nazionale per titoli vinti insieme alla Roma (16). Vincitrice del suo primo trofeo ufficiale nel 1958, la Lazio si è aggiudicata in 2 occasioni il campionato nazionale, arrivando a disputare anche la *finalissima* nazionale nel 1913 e 1914, perdendo rispettivamente con Pro Vercelli e Casale, e nel 1923, quando venne superata nella doppia finale dal Genoa. Le *Aquile* sono, con 7 successi, la quarta squadra per numero di vittorie in Coppa Italia, principale competizione di coppa nazionale del paese, vincendo

anche la Supercoppa italiana in cinque occasioni, per un totale di 14 vittorie in competizioni nazionali.

Le sue vittorie in Coppa delle Coppe (1999) e della Supercoppa UEFA (idem) ne fanno una tra le dodici squadre affiliate alla Federazione Italiana Giuoco Calcio (FIGC), ad aver vinto tornei in ambito confederale ed interconfederale. In precedenza a ciò, nel 1971, vinse una Coppa delle Alpi, ancorché trofeo non riconosciuto dall'Unione delle federazioni Calcistiche Europee (UEFA).



Carlo P.

LA LAZIO

La S.S. Lazio è una società sportiva nata il 9 gennaio 1900, venne fondata per diversi scopi:

- promuovere l'attività sportiva come strumento di aggregazione e benessere, a prescindere dalla forma fisica dell'individuo
- contrasto di ogni forma di discriminazione, favorendo l'inclusione sociale di tutti
- diffondere stili di vita sani attraverso l'attività fisica

IL NOME

Il nome è stato dato dai fondatori che vollero un nome più ampio di Roma richiamando l'antica regione Lazio (in latino latium).

La società per 58 anni non vinse nessun trofeo, finché il 24 settembre 1958 battendo la Fiorentina 1-0 allo Stadio Olimpico con gol di Maurilio Prini, vinse il suo primo trofeo, la Coppa Italia.



Immagine della S.S.Lazio dopo la vittoria della coppa italia

LA STORIA

La Società Sportiva Lazio ha vinto trofei importanti a livello nazionale e internazionale, tra cui 2 Scudetti, 7 Coppe Italia, 5 Supercoppe Italiane, 1 Coppa delle Coppe UEFA e 1 Supercoppa UEFA.

Nel corso della storia la S.S. Lazio ha avuto vari presidenti includono figure storiche come **Giuseppe Pedercini** (il primo), **Fortunato Ballerini**, **Remo Zenobi** e presidenti più iconici come **Umberto**

Lenzini, Giorgio Chinaglia, Gianmarco Calleri, Sergio Cagnotti, Dino Zoff e l'attuale presidente **Claudio Lotito**, presidente della Lazio dal 2004.

La Lazio disputa le partite casalinghe nello stadio Olimpico di Roma, che ha una capienza di circa 70.000 posti. I giocatori più influenti e più forti della Lazio sono stati:

- **Silvio Piola**: miglior marcatore della storia del club (145 gol in campionato) e leggenda della Lazio;
- **Giorgio Chinaglia**: trascinatore e leader dello storico primo scudetto del 1974
- **Alessandro Nesta**: bandiera, capitano e difensore centrale che ha guidato la Lazio alla vittoria del secondo scudetto nel 2000 e alla vittoria della coppa delle coppe.
- **Ciro Immobile**: attaccante moderno, recordman di gol (oltre 200 gol) ha vinto la scarpa d'oro e ha il record di gol in serie A in una singola stagione (36 gol).

Diego M.

LA ROMA

La Roma è una squadra di calcio del campionato italiano di serie A.

La AS Roma ha vinto diversi trofei, tra cui 3 Scudetti (campionati italiani), 9 Coppe Italia, 2 Supercoppe Italiane, 1 UEFA Europa Conference League (il suo primo trofeo UEFA), 1 Coppa delle Fiere, 1 Coppa Anglo-Italiana e 1 Serie B, per un totale di circa 17 trofei ufficiali che la rendono una delle squadre più titolate d'Italia.



La Roma nasce dall'insieme di 3 squadre: l'*Alba Audace*, il *Roman* e la *Fortitudo Pro Roma* che trovarono un accordo per associarsi in una sola società: il 7 giugno 1927, in via Forlì 16, dalla fusione delle tre società, venne costituita la Roma.

L'AS Roma ha visto passare tra le sue fila alcuni dei più grandi talenti del calcio. Tra i più iconici, *Francesco Totti*, simbolo assoluto del club, che con la sua classe e il suo attaccamento alla maglia ha segnato un'epoca. *Daniele De Rossi*, ha rappresentato la grinta e la determinazione della Roma. Altri nomi indimenticabili sono quelli di *Giannini*, *Pruzzo*, e, più recentemente, *Dzeko*, che hanno scritto pagine memorabili nella storia della squadra giallorossa.

La Roma attualmente si trova al 4° posto in classifica in serie A con 27 punti dietro al *Milan*, il *Napoli* e l'*Inter*, però fino a 2 giornate fa la Roma era in testa alla classifica.

La Roma negli ultimi anni è stata una delle squadre che è andata più avanti nelle coppe europee e anche una delle squadre che ha ricevuto più torti negli ultimi anni, come ad esempio quello in *Champions League* nella stagione 2017-2018 che dopo aver battuto il *Barcellona* di *Messi*, *Suarez* ed *Iniesta* affrontò il *Liverpool* in semifinale con cui però perse 7 a 6.



Francesco D. S.

LA JUVENTUS

La Juventus nasce il 1° novembre 1897 a Torino creata dagli studenti del liceo Massimo D'Azeglio. Il club si sviluppa negli anni successivi con il rosa come colore principale, ma per colpa di un ordine sbagliato nel 1903 la squadra adottò la maglia a strisce bianche e nere che diventarono i colori principali della squadra.

Nel 1906, un periodo di crisi finanziaria e sportiva portò alla nascita del rivale torinese. La squadra fu salvata da un gruppo guidato dall'avvocato Giuseppe Hess.

Nel 1923 la famiglia Agnelli diventa proprietaria del club e porta con sé una grande era di successi vincendo 5 scudetti consecutivi tra il 1931 e il 1935 in totale la Juventus possiede 75 trofei tra cui 38 scudetti, 2 Champions League e 15 coppe Italia.

Nel 2006 la Juventus fu coinvolta nello scandalo di Calciopoli e fu retrocessa per la prima volta in serie B. La maggior parte delle leggende che giocavano nel club se ne andarono.

Nei campionati europei la Juventus non ha mai avuto molta fortuna nonostante le diverse conquiste come le 2 Champions League o le 3 coppe UEFA. Ha perso ben 5 delle 7 finali di Champions League giocate e una di quelle vinte è finita in tragedia.

Il 29 maggio del 1985 si gioca la finale di coppa dei campioni ad Heysel tra Juventus e Liverpool la domenica della tragedia ha inizio quando gli hooligans del Liverpool furono posizionati vicino al settore Z che doveva essere un settore neutrale ma in cui la maggior parte dei tifosi era juventini. Alle 19.00 un'ora prima del fischio d'inizio gli hooligans sfondarono le barriere riversandosi su i tifosi che si accalcarono tutti nell'angolo più lontano e basso del settore. Il muretto crollò, ben 39 persone morirono e ci furono più di 600 feriti.



La tragedia di Heysel

Attualmente la Juventus non vince uno scudetto dalla stagione 2019-2020 con *Sarri* come allenatore questo è anche l'ultimo di una serie di scudetti che inizia nel 2011 con *Antonio Conte* come allenatore fino al 2015. Dopo arrivò *Max Allegri* che fino al 2019 rimase alla Juventus.



Antonio Conte ex allenatore della Juve



Massimiliano Allegri ex allenatore della Juve



Maurizio Sarri ex allenatore della Juve



Andrea Agnelli presidente della Juventus dal 2010-2023

Filippo P.

JUVENTUS

La Juventus è una squadra del Piemonte nello specifico di Torino. Soprannominata “La vecchia signora” nacque nel 1887 ed è stata una delle squadre più forti d’Italia e quasi a livello mondiale con ben 36 scudetti (in realtà 38 ma la Juve viene odiata da tutti) e 2 Coppe dei Campioni. La Juventus detiene 2 record:

- più scudetti vinti
- più finali di Coppe dei Campioni (perse ben 7).



La Juventus ha avuto grandissimi campioni come *Zidane*, *Ibrahimovic*, *Zola*, *Trezeguet* e molti altri, ma il più forte ed importante rimane l’idolo **Alessandro Del Piero**.



Ultimamente la Juventus non sta andando molto bene nelle competizioni. In Serie A si trova 7^a a 23 punti, mentre in Champions League, nonostante i cambiamenti della competizione (aggiunta della classifica e tolto i gironi), l’anno scorso la Juve è arrivata al 22^a posto con soli 6 punti fatti.

L’annata in sè per sè era anche iniziata bene ma col passare dei giorni e il cambio di 2 allenatori ufficiali e uno momentaneo la situazione non sta migliorando..

Alessio I.



1. Gianluigi Buffon
2. Iker Casillas
3. Manuel Neuer

da destra verso sinistra: Casillas. Buffon e Neuer

Gianluigi Buffon

Gianluigi Buffon, detto Gigi (Carrara, 28 gennaio 1978), è un dirigente sportivo ed ex calciatore italiano, di ruolo portiere, capo delegazione della nazionale italiana.

Considerato uno dei migliori calciatori della storia e da molti il più grande portiere di tutti i tempi, è diventato campione del mondo nel 2006 e vicecampione d'Europa nel 2012 con la nazionale italiana. Con i club ha vinto dieci scudetti – record assoluto –, un campionato di Serie B, sei Coppe Italia, sette Supercoppe italiane, una Coppa UEFA, un campionato di Ligue 1 e una Supercoppa di Francia. Con la nazionale italiana, di cui detiene il record di presenze (176), è stato campione del mondo nel 2006 e vicecampione d'Europa nel 2012, partecipando a cinque mondiali.



Gianluigi Buffon



Iker Casillas

Iker Casillas Fernández (Móstoles, 20 maggio 1981) è un ex calciatore spagnolo, di ruolo portiere. Con la nazionale spagnola è diventato campione del mondo nel 2010 e campione d'Europa nel 2008 e nel 2012.

Considerato uno dei migliori portieri della storia del calcio, ha legato il suo nome principalmente al Real Madrid, club in cui ha militato per 16 anni e con cui ha vinto cinque campionati spagnoli, due Coppe del Re, quattro Supercoppe spagnole, tre UEFA Champions League, due Supercoppe UEFA, due Coppe Intercontinentali e una Coppa del mondo per club FIFA. Con il Porto, squadra in cui ha giocato negli ultimi cinque anni della sua carriera, ha conquistato due campionati portoghesi, una Coppa del Portogallo ed una Supercoppa portoghese.



Iker Casillas

Durante la sua carriera ha partecipato a cinque campionati d'Europa (2000, 2004, 2008, 2012 e 2016), quattro campionati del mondo (2002, 2006, 2010 e 2014) e due Confederations Cup (2009 e 2013), vincendo da capitano gli europei 2008 e 2012 e il mondiale 2010. Della *Roja* è il secondo calciatore per numero di presenze in gare ufficiali (167), dietro al solo Sergio Ramos. A livello giovanile ha vinto anche il Mondiale Under-20 del 1999.

Manuel Neuer

Manuel Peter Neuer (Gelsenkirchen, 27 marzo 1986) è un calciatore tedesco, portiere e capitano del Bayern Monaco. Con la nazionale tedesca è diventato campione del mondo nel 2014.



Manuel Neuer

Considerato uno dei migliori portieri della storia del calcio, a livello individuale è stato eletto 5 volte miglior portiere dell'anno IFFHS, quattro volte consecutive (dal 2013 al 2016) e una nel 2020; al suo attivo anche due secondi posti, ottenuti nel 2011 e nel 2017. Nel 2014 si è classificato terzo dietro a Cristiano Ronaldo e Lionel Messi nella graduatoria del Pallone d'oro FIFA; nello stesso anno ha vinto il Guanto d'oro del Mondiale. Nel 2020 è stato premiato come miglior portiere dell'anno in Champions League e miglior portiere dell'anno della FIFA. È stato inserito quattro volte nella Squadra dell'anno FIFA (dal 2013 al 2016), tre volte nella Squadra dell'anno UEFA (dal 2013 al 2015), nella Squadra della stagione della UEFA Champions League (2013-14, 2015-16 e 2019-20) e una volta ciascuna nella squadra ideale del campionato europeo (2012) e in quella del campionato mondiale (2014).

Nel suo palmares vanta dodici campionati tedeschi dei quali undici consecutivi (dal 2012-13 al 2023-24), sei Coppe di Germania (2010-11, 2012-13, 2013-14, 2015-16, 2018-19 e 2019-20), una Coppa di Lega tedesca (2005), otto Supercoppe di Germania (2012, 2016, 2017, 2018, 2020, 2021, 2022 e 2025), due UEFA Champions League (2012-13 e 2019-20), due Supercoppe UEFA (2013 e 2020) e due Coppe del mondo per club FIFA (2013 e 2020).

Con la nazionale tedesca ha partecipato a quattro campionati del mondo (2010, 2014, 2018 e 2022) e quattro campionati d'Europa (2012, 2016, 2020 e 2024), vincendo il campionato del mondo del 2014. Con la nazionale Under-21 ha vinto un campionato d'Europa di categoria nel 2009.

Damiano P.

IL RALLY



COS'È IL RALLY?

Il Rally è una **competizione automobilistica** ed è una disciplina sportiva che **si svolge su strade pubbliche, ma rigorosamente chiuse temporaneamente al traffico**, sia asfaltate che sterrate utilizzando auto da competizione derivate da modelli stradali.

LA STORIA DEL RALLY

Il Rally-raid New York – Parigi decreta l’inizio di questa affascinante specialità nel 1908, con un gruppo di auto, piloti e navigatori che si lanciarono in una sfida estrema, per quel tempo, attraverso il Giappone e la Siberia.

L'evoluzione del rally si è avuta con la definizione di un percorso predeterminato con un **road-book**, in pratica una cartina del percorso che veniva consegnato agli equipaggi poco prima del via della manifestazione. Nel *road-book* del rally erano indicati i tratti di prova speciale (strade chiuse al traffico), i trasferimenti con tempi imposti e le pause finali in zone aperte al traffico, dove si rispettano le regole del codice della strada. Oggi le gare sono diverse rispetto agli inizi, con regolamenti più rigidi dal punto di vista della sicurezza delle auto e per il pubblico presente. Una svolta epocale è avvenuta nel 1986 e le auto Gruppo B, quando la **FIA** (*Federation International de L'automobile*) decise di mettere al bando questa categoria dopo gli incidenti mortali avvenuti in pochi mesi e definita troppo pericolosa.

I rally anche per l'aspetto organizzativo hanno subito diverse metamorfosi negli anni, basti pensare al Rally di Montecarlo, nato nel 1911 e prima competizione del calendario rallistico da quando è stato istituito il campionato del mondo nel 1973. In passato gli equipaggi arrivavano con le auto da gara fino a Montecarlo partendo da 4 città diverse d'Europa, con tratti di trasferimento molto lunghi prima di iniziare veramente la competizione. Questa bellissima caratteristica di inizio gara è stata poi abbandonata negli anni novanta riprendendo lo schema classico delle gare moderne, con partenza e arrivo sempre nella stessa località. Per i regolamenti tecnici invece, in passato le auto stradali di serie venivano modificate per l'uso in competizione rally e fuoristrada. Oggi invece le auto sono realizzate e costruite appositamente per le competizioni.

LE MACCHINE PIÙ FAMOSE



Le auto più famose dall'inizio del rally includono icone come **la Mini Cooper** (anni '60), **la Lancia Stratos** (anni '70), **la Fiat 131 Abarth**, **la Renault Alpine A110**, **l'Audi Quattro** (che introdusse la trazione integrale nel Gruppo B) e i dominatori del Gruppo B come **Peugeot 205 T16**, **Lancia Delta S4** e la regina delle vittorie **la Lancia Delta HF Integrale** (anni '80-90), seguite da **Subaru**

Impreza e Mitsubishi Lancer Evo negli anni '90.



I PILOTI PIÙ FAMOSI

Non c'è un singolo pilota più famoso, ma leggende come **Sébastien Loeb** (9 titoli WRC), **Sébastien Ogier** (8 titoli WRC), **Walter Röhrl**, **McRae** (icona e Campione 1995), e **Tommi Mäkinen** (4 titoli consecutivi) sono tra i nomi più iconici, insieme a pionieri italiani come **Sandro Munari** e **Franco Cunico** che hanno segnato la storia del rally, specialmente con Lancia.



Matteo V.

Enduro



L'enduro è uno sport diverso dal motocross!! Nel motocross si entra in pista con altre persone, si fanno dei giri con salti e curve, invece nell'enduro si compie un percorso da soli a tempo, il percorso può essere di varie difficoltà e si affrontano vari terreni dallo sterrato alla montagna con rocce sporgenti e dirupi. L'enduro è diverso e personalmente mi piace di più.

Io ho una beta 50cc da enduro, è molto divertente da usare in montagna e in strada.



Il campionato internazionale

Il **Campionato mondiale di enduro, World Enduro Championship**, è un campionato internazionale.

Il **Campionato Mondiale Enduro** nacque nel 1990, rimpiazzando il campionato europeo d'enduro **FIM**. Quest'ultimo fu poi reintrodotta dalla *Union Européenne de Motocyclisme* (UEM) nel 1992.

Le Classi

Il campionato ebbe sei classi dal 1990 al 1993 dopodiché i campionati degli 80 cc e 500 cm³ a due tempi vennero cancellati. La serie continuò con quattro classi, 125, 250, 350 e 500 cm³, fino al 1998, che vide l'entrata della classe 250 cm³ a quattro tempi e la 400 cm³ al posto della 350 cm³. Dal 1998 tutte le classifiche rimasero invariate fino al 2003.

Campionato Mondiale EnduroGP 2026

Questo è il **campionato mondiale ufficiale di enduro (EnduroGP)** organizzato dalla FIM. La stagione **2026** è stata già annunciata, con **diversi round che si svolgeranno da primavera a estate**:

Calendario provvisorio 2026 (EnduroGP World Championship):

- **10–12 aprile 2026** – GP d'Italia (Custonaci, Sicilia)
- **1–3 maggio 2026** – GP di Spagna (Oliana)
- **22–24 maggio 2026** – GP di Finlandia (Vierumäki)
- **12–14 giugno 2026** – GP del Portogallo (Fafe)
- **19–21 giugno 2026** – GP del Portogallo II (Fafe)
- **17–19 luglio 2026** – penultimo round (località da confermare)
- **7–9 agosto 2026** – GP del Galles (Wales)

Come vedi, questo **non è un campionato invernale**, ma una **stagione estiva/primaverile**, con gare concentrate tra **aprile e agosto 2026**.

2. Campionato SuperEnduro (invernale / indoor)

Se invece ti interessa l'**enduro invernale o indoor**, esiste il **FIM SuperEnduro World Championship** (una serie di gare al chiuso o in inverno).

SuperEnduro World Championship 2026: enduro21

- Parte **13 dicembre 2025**
- Prosegue con tappe tra **Gennaio e Febbraio 2026**
- Si conclude **7 marzo 2026**

Ludovico S.

IL DOWNHILL

L'adrenalina pura della mountain bike

Il **downhill** è una delle discipline più estreme e spettacolari della mountain bike. Nato dall'evoluzione del freeride e delle prime gare in discesa degli anni '80, oggi rappresenta una vera e propria sfida tra uomo, gravità e terreno. Velocità elevate, salti impressionanti e tracciati tecnici rendono il downhill uno sport ad alto tasso di adrenalina.

Cos'è il downhill

Il **downhill** consiste nel percorrere un tracciato esclusivamente in **discesa**, nel minor tempo possibile. I percorsi si sviluppano in ambiente montano e includono **rocce, radici, drop, curve paraboliche e salti**. Ogni errore può costare caro, motivo per cui controllo della bici e concentrazione sono fondamentali.

Le biciclette da downhill

Le bici da downhill sono progettate appositamente per resistere a forti sollecitazioni:

- **Telaio robusto**, spesso in alluminio o carbonio
- **Doppia sospensione** con escursioni fino a 200 mm
- **Freni a disco potenti**
- **Ruote larghe e copertoni tassellati** per la massima aderenza

Queste bici non sono pensate per la salita: il trasporto avviene spesso tramite impianti di risalita o navette.



Equipaggiamento di sicurezza

La sicurezza è un elemento centrale nel downhill. I rider indossano:

- Casco integrale
- Protezioni per schiena, ginocchia, gomiti e collo
- Guanti e occhiali protettivi

L'equipaggiamento non è opzionale: è una vera e propria armatura.



Tecnica e preparazione

Oltre al coraggio, il downhill richiede **grande preparazione fisica e tecnica**. È fondamentale saper leggere il terreno, scegliere la traiettoria migliore e mantenere la calma anche alle alte velocità. Allenamento, esperienza e conoscenza del percorso fanno spesso la differenza tra una discesa pulita e una caduta.



Downhill come stile di vita

Per molti praticanti, il downhill non è solo uno sport ma uno **stile di vita**. La community è molto unita e condivide valori come rispetto per la montagna, passione per l'avventura e continua ricerca dei propri limiti.

Il downhill è lo sport ideale per chi ama l'adrenalina e la sfida estrema. Richiede impegno, rispetto delle regole di sicurezza e tanta passione, ma in cambio regala emozioni difficili da eguagliare. Scendere a tutta velocità su un sentiero di montagna è un'esperienza che resta impressa per sempre.

I migliori percorsi da Downhill in Italia

Val di Sole (Trentino)

Il riferimento assoluto in Italia e tra i migliori al mondo.

Pila (Valle d'Aosta)

Bike park storico:

- tracciati lunghi
- salti importanti
- flow e tecnica ben bilanciati

Finale Ligure (Liguria)

Più noto per l'enduro, ma con discese downhill leggendarie:

- terreno naturale
- vista mare
- linee tecniche e veloci



Madesimo (Lombardia)

Tracciati ripidi e fisici, molto apprezzati dai rider esperti.

Bardonecchia (Piemonte)

Bike park completo:

- linee per tutti i livelli
- ottimo per allenarsi e migliorare la tecnica DH.

Flavio G.

ADIDAS

Cos'è Adidas?

Adidas è una società **multinazionale tedesca** che progetta, produce e commercializza **abbigliamento, calzature e attrezzature sportive**. È la **più grande produttrice di articoli sportivi in Europa** e la seconda al mondo dopo Nike.

Inizio: Nel 1924, i fratelli Adolf e Rudolf Dassler fondarono la "Gebrüder Dassler Schuhfabrik" (Fabbrica di scarpe dei fratelli Dassler) per produrre scarpe sportive.

Successo iniziale: Le loro scarpe furono indossate dalla mezzofondista **Lina Radke** alle Olimpiadi del 1928 e, dopo la separazione nel 1949, Adolf fondò Adidas.



Nel 1947, a causa divergenze che erano già sorte durante la Seconda guerra mondiale, i due fratelli si divisero. *Rudolf* fondò una sua azienda che chiamò inizialmente *Ruda* (dalle prime due lettere rispettivamente del suo nome *Rudolf* e del cognome *Dassler*) e che poi nel 1948 la ribattezzò in *Puma Schuhfabrik Rudolf Dassler*, oggi nota semplicemente come **Puma**. Adolf invece chiamò la sua azienda *Adidas*, usando il suo nomignolo *Adi* e le prime lettere del cognome *Dassler*. L'azienda fu ufficialmente registrata il 18 agosto 1949 come **Adidas**.

Alle Olimpiadi del 1960 il velocista tedesco **Armin Hary** fu pagato dalla *Puma* per indossare loro scarpe durante la finale dei 100 metri. In precedenza, Hary aveva calzato Adidas, chiedendo per questo un compenso in denaro, ma Adolf respinse la richiesta. Hary vinse la medaglia d'oro con le Puma, ma si presentò alla premiazione con scarpe Adidas, sconcertando i due fratelli Dassler. Hary sperava di ricevere una retribuzione da entrambi, ma Adi si arrabbiò talmente che interruppe i contatti con il campione olimpico.

Giulio P.

Nike

ORIGINI E FONDAZIONE

Nike, Inc. è stata fondata il 25 gennaio 1964 da Phil Knight, uno studente di economia dell'Università dell'Oregon, e Bill Bowerman, un allenatore di atletica. Inizialmente, l'azienda operava sotto il nome di **Blue Ribbon Sports (BRS)**, importando scarpe sportive dal Giappone, in particolare dall'azienda Onitsuka **Tiger** (ora ASICS).



Phil Knight



NASCITA DEL MARCHIO

Nel 1971, a causa di divergenze con Onitsuka Tiger, Knight e Bowerman decisero di creare il proprio marchio, **Nike**, ispirato alla dea greca della vittoria, **Nike**. Il logo, noto come Swoosh, fu progettato da **Carolyn Davidson**, una studentessa di grafica, per un compenso di soli 35 dollari. Questo logo rappresenta l'ala della dea

e simboleggia velocità e movimento.

CRESCITA E INNOVAZIONE

Dopo la sua fondazione, Nike ha rapidamente guadagnato popolarità, raggiungendo ricavi di 2 milioni di dollari nel 1971, rispetto agli 8.000 dollari iniziali. L'azienda ha continuato a innovare, introducendo prodotti iconici come la **Moon Shoe**, progettata da Bowerman, che ha segnato l'inizio di una serie di innovazioni nel design delle scarpe sportive.

IMPATTO CULTURALE E MARKETING

Nike ha rivoluzionato il marketing sportivo, utilizzando atleti famosi e campagne pubblicitarie memorabili per promuovere i suoi prodotti. La strategia di branding ha enfatizzato l'idea di vittoria e successo, rendendo Nike un simbolo di aspirazione per gli sportivi e i consumatori in tutto il mondo.



Scarpini da calcio

CONCLUSIONE

Oggi, Nike è uno dei marchi più riconosciuti a livello globale, con una presenza innumerevole nel settore dell'abbigliamento sportivo e una reputazione consolidata per l'innovazione e la qualità. La sua storia è un esempio di come una visione e una strategia di marketing efficaci possano trasformare un'idea in un impero commerciale.

Lorenzo D. B.

MOTORI

Camion

"Volvo Aero" può riferirsi a due entità distinte:

- **Volvo Aero (storica):** la precedente divisione aerospaziale del Gruppo Volvo, che si occupava di componenti per motori aeronautici.
- **Volvo FH Aero (attuale):** l'ultima gamma di autocarri pesanti di Volvo Trucks, lanciata nel 2024 e focalizzata sull'aerodinamica.



Volvo aero

Volvo Aero (Divisione Aerospaziale)

Originariamente parte del gruppo svedese AB Volvo, la divisione aerospaziale è stata venduta e oggi opera come parte di GKN Aerospace. Era specializzata nella progettazione, sviluppo e produzione di componenti per motori di aerei e razzi.

Gamma Volvo FH Aero (Autocarri)

La gamma **FH Aero** è la linea di punta di Volvo Trucks per il trasporto a lungo raggio. "Aero" nel nome indica l'attenzione all'aerodinamica, che migliora l'efficienza energetica e riduce il consumo di carburante.

Le caratteristiche principali includono:

- *Design aerodinamico:* Il frontale della cabina è stato allungato di 240 mm per ridurre la resistenza dell'aria, portando a un miglioramento dell'efficienza nei consumi fino al 5%.
- *Tecnologia:* Utilizza il sistema di monitoraggio con telecamere (Camera Monitor System - CMS) al posto degli specchietti retrovisori tradizionali per migliorare ulteriormente l'aerodinamica e la sicurezza.
- *Versioni:* La gamma è disponibile in diverse opzioni di alimentazione, tra cui versioni diesel, elettriche e a gas.

VOLVO FH 540

Il Volvo FH 540 è un potente camion per trasporti a lungo raggio, noto per le sue prestazioni elevate, l'efficienza dei consumi e il comfort della cabina.

Caratteristiche Principali

- **Prestazioni e Potenza:** Il motore da 540 CV (405 kW) offre una potenza elevata, molto apprezzata dagli autisti per la gestione di carichi pesanti e i lunghi viaggi.
- **Efficienza:** Questo modello integra tecnologie come il cambio I-Shift, che dialoga perfettamente con il motore per ottimizzare i consumi. I test su strada hanno dimostrato un'eccellente efficienza nei consumi di carburante, con il modello FH Aero che ha stabilito un record di oltre 4 km con un litro di gasolio.
- **Comfort e Sicurezza:** La cabina è progettata per il comfort dell'autista, con un'ottima insonorizzazione, climatizzatore da parcheggio, doppio frigorifero e opzioni come il forno a microonde. Include anche funzionalità di sicurezza avanzate come il Volvo Dynamic Steering e, nei modelli più recenti, il Camera Monitor System che migliora la visibilità.
- **Tecnologia:** Dispone di funzionalità intelligenti come I-Save e I-See+, che utilizzano l'orografia stradale memorizzata per scegliere il rapporto ottimale, riducendo ulteriormente il consumo di energia.



Opzioni di Alimentazione

Oltre al modello diesel, il Volvo FH è disponibile anche in versione **elettrica**, che offre diverse configurazioni di batterie e opzioni di autonomia.

- **Autonomia (modello elettrico):** L'autonomia varia a seconda della configurazione, con modelli che possono percorrere fino a 300 km (trattore con rimorchio 4x2) o, nelle versioni più recenti come l'FH

Aero Electric, fino a 600 km con una ricarica.

Ricarica: La ricarica completa richiede circa 10 ore con ricarica CA e 2 ore con ricarica CC.

RECENSIONI

I camionisti e gli esperti del settore apprezzano il Volvo FH 540 per la sua **affidabilità** e le sue **prestazioni**. Viene spesso descritto come un veicolo che semplifica la vita di chi passa molto tempo al volante, grazie alla sua dotazione tecnologica e al comfort della cabina.

Prezzi

I prezzi variano notevolmente a seconda dell'anno di immatricolazione, del chilometraggio e delle specifiche.

- I modelli usati, ad esempio, possono essere trovati a partire da circa **34.000 €** per un modello del 2014 con chilometraggio elevato, fino a oltre **60.000 €** per veicoli più recenti (2020/2021).
- I camion nuovi o semi-nuovi del 2025 hanno prezzi che superano i **98.000 €** per varianti come l'FH 500, mentre un nuovo modello da cantiere come l'FH 13 540 ha un prezzo di listino di oltre **190.000 €**.

Leonardo C.

VOLKSWAGEN GOLF

La *Volkswagen Golf* nasce nel 1974 presso lo stabilimento di **Wolfsburg**. Questo modello è l'auto di riferimento del marchio Volkswagen, visto che la producono ancora oggi ed hanno da poco festeggiato il compimento dei 50 anni del modello iconico, creando la **Volkswagen Golf GTI Edition 50**, la versione Golf di serie più potente mai prodotta. È stata presentata alla 24 ore del *Nürburgring*. La Golf edizione 50 anni monta come motore un 2.0 turbo benzina ed eroga 325 CV e 400 Nm di coppia, rendendola la Golf più potente di sempre. Ad oggi le motorizzazioni più note della Volkswagen Golf sono a benzina e ibrida plug-in, ovvero benzina/elettrico. Esiste anche la versione con il 2.0 turbo diesel, ma con il tempo vari marchi stanno smettendo di produrre automobili a diesel, visto che vorrebbero portarci a guidare automobili elettriche. Volkswagen ha creato di questo modello delle versioni sportive, ovvero la **Golf GTI**, la **Golf R**, la **Golf GTE** e la **Golf GTD**.

Di Volkswagen Golf esistono motorizzazioni adatte a neopatentati, ovvero.

- *1.5 TSI benzina* (con sia cambio manuale e cambio automatico DSG)
- *1.5 eTSI benzina mild hybrid* (con solo cambio automatico DSG) *2.0 TDI* (con sia cambio manuale e cambio automatico DSG)



Evoluzione Volkswagen Golf

La Golf quindi è una berlina segmento C, un'automobile che riesce a collegare la comodità con le prestazioni. È stata l'auto di molte persone visto che viene prodotta dal 1974. Molte di queste persone ne hanno pareri molto buoni, per questo la Volkswagen continua a produrla e infatti, se si nota, molti modelli Volkswagen come la *Passat*, *Tiguan* e *T-Roc* sembrano delle altre *Golf*, perché per esempio la *Passat* è una *Golf* allungata, la *Tiguan* una *Golf* alzata e la *T-Roc* anche una *Golf* alzata, ma meno grande e con una forma "coupé". Questo perché quasi tutti i modelli condividono le stesse piattaforme, quindi una *Passat* ricorda una *Golf*, ma ha dimensioni di larghezza e di lunghezza maggiori.



Volkswagen Golf 2025

Pietro P.

CURIOSITÀ

I SERPENTI

I serpenti sono dei rettili squamati e ne esistono migliaia di specie, molte di queste anche in Italia dove sono più schivi e evitano il più possibile il contatto con l'uomo.

Questi animali hanno un cranio composto da ossa mobili collegate fra loro da legamenti elastici in grado di estendersi e la mandibola inferiore è composta da due pezzi capaci di muoversi indipendentemente l'uno dall'altro e ciò gli permette di aprire molto la sua bocca in modo da riuscire a mangiare prede anche molto più grandi di lui e quando finiscono, per rimettere a posto la mandibola, fanno quello che sembra uno sbadiglio.



I serpenti riescono a sentire gli odori tramite la loro lingua biforcuta che gli permette di sentire gli odori da parti diverse senza dover muovere la testa.

Nelle foreste tropicali del sudest asiatico ci sono 5 specie di serpenti in grado di "volare". Per spostarsi da un albero all'altro si appiattiscono completamente, si lanciano e iniziano a planare. Questi "voli" possono arrivare fino a 30 metri d'altezza.

Molte specie di serpenti sono velenose e possono causare gravi problemi nel caso si venga morsi, come per esempio la *vipera* (unico serpente velenoso presente in Italia) ed il *cobra*. Per evitare ciò, basta che in caso di incontro con uno di questi si eviti di infastidirli e di avvicinarsi e di lasciarli andare via liberamente.



Se ti morde una vipera, mantieni la calma: l'agitazione accelera il battito e la diffusione del veleno. Chiama subito il 112. Nel frattempo, sfilati gli anelli o gli orologi prima che la zona si gonfi e lava la ferita con acqua. Immobilizza l'arto come se fosse fratturato, ma senza stringere troppo. Non incidere mai la pelle e non succhiare il veleno: faresti solo danni. Aspetta i

soccorsi restando il più fermo possibile.

Aurora A.

LAMPADE E LAMPADINE

Le lampade da comodino, da scrivania, da pavimento tutte sono utili per varie necessità. Una lampada funziona trasformando l'energia elettrica in luce, ma il meccanismo cambia a seconda del tipo: nelle **incandescenti**, la corrente scalda un filamento di *tungsteno* fino a farlo diventare incandescente, emettendo luce e calore; nelle **LED**, invece, una corrente passa attraverso un semiconduttore che emette *fotoni* (luce), con maggiore efficienza energetica.

- *Lampadina a incandescenza*: circa 10 lm/W.
- *Lampada LED*: circa 60 - 170 lm/W.



Lampada da comodino a LED



Lampadina a incandescenza

La luminosità di una lampada dipende principalmente dai **Lumen**, ovvero la quantità totale di luce emessa. I Watt che indicano più il consumo energetico che la luminosità effettiva, soprattutto nei dispositivi moderni come i LED, che sono molto più efficienti. Le lampade sono molto utili quando non c'è luce solare, per esempio anche i lampadari che accendiamo la sera per vedere al buio. Infatti tutti noi abbiamo lampade e lampadari.

L'inventore della lampadina è stato **Thomas Edison** che sviluppò una lampadina a filamento di carbonio che durava più a lungo rispetto ai prototipi precedenti. La prima accensione di successo avvenne il *21 ottobre 1879*, e fu seguita da una produzione su scala industriale.



Thomas Edison inventore della lampadina

Davide V.

POESIE E PAROLE IN LIBERTÀ

Nulla due volte

*Nulla due volte accade
né accadrà.
Per tal ragione si nasce senza esperienza,
si muore senza assuefazione.*

*Anche agli alunni più ottusi
della scuola del pianeta
di ripeter non è dato
le stagioni del passato.*

*Non c'è giorno che ritorni,
non due notti uguali uguali,
né due baci somiglianti,
né due sguardi tali e quali.*

*Ieri, quando il tuo nome
qualcuno ha pronunciato,
mi è parso che una rosa
sbocciasse sul selciato.*

*Oggi, che stiamo insieme,
ho rivolto gli occhi altrove.
Una rosa? Ma cos'è?
Forse pietra, o forse fiore?*

*Perché tu, malvagia ora,
dài paura e incertezza?
Ci sei — perciò devi passare.
Passerai — e qui sta la bellezza.*

*Cercheremo un'armonia,
sorridenti, fra le braccia,
anche se siamo diversi
come due gocce d'acqua.*



Wisława Szymborska



Il nulla è niente e il niente è nulla

*Il nulla è un concetto astratto che rappresenta
l'assenza di tutto*

Matteo O.

CURIOSITÀ DEL MESE

- Gli avocado sono un frutto, non una **verdura**.
Tecnicamente, sono considerati una bacca con un solo seme, che ci crediate o no.
- La Torre Eiffel può essere **più alta** di 15 cm durante l'estate.
C'è una spiegazione: è dovuto alla dilatazione termica, ovvero quando il ferro si riscalda, le particelle acquisiscono energia cinetica e occupano più spazio.
- L'Australia è più **larga** della luna: la luna ha un diametro di 3.400 km e l'Australia ha un diametro di 4.000 km.
- Il cuore dei **gamberetti** si trova nella testa. I gamberetti hanno anche un sistema circolatorio aperto.
- L'**unicorno** è l'animale nazionale della Scozia
- **La noce moscata è un allucinogeno**, contiene acido miristico e un composto che ha affetti psicotropi
- **Le arti erano un tempo sport olimpico**.
Tra il 1912 e il 1948 venivano assegnate medaglie per musica, pittura, scultura e architettura.
- **Il cappello da chef ha 100 pieghe**. A quanto pare, dovrebbe rappresentare i 100 modi in cui un uovo può essere cucinato.
- **La probabilità di trovare un'aragosta blu è di una su due milioni**.

Le aragoste blu devono il loro colore a un'anomalia genetica che le porta a produrre una quantità maggiore di una particolare proteina rispetto ad altre.

- **C'è solo una lettera che non compare nel nome di nessuno stato americano.** C'è una Z in Arizona e una X in Texas, ma nessuna Q nel nome degli stati.
- **Google Immagini è nato letteralmente dopo che Jennifer Lopez indossò quel famoso abito ai Grammy Awards del 2000.** Erano così tante le persone che cercavano il suo look che il motore di ricerca ha aggiunto una funzione di ricerca per immagini.
- **C'è un frutto che ha il sapore del budino al cioccolato.** A quanto pare, esiste un frutto originario dell'America centrale e meridionale chiamato zapote nero che ha il sapore del cioccolato e della crema pasticcera.
- **I piccioni sanno distinguere Picasso da Monet,** gli uccelli sanno distinguere i due artisti.
- **Il battito cardiaco di una balenottera azzurra può essere udito a oltre 3 chilometri di distanza.** Le balenottere azzurre pesano in media tra i 130.000 e i 150.000 kg e il loro cuore pesa circa 180 kg.
- **La lingua è composta da 16 muscoli individuali.**
- **Il ketchup veniva venduto come medicina.** Il condimento fu prescritto e venduto a chi soffriva di indigestione nel 1834.
- **Kim Kardashian ha inserito una clausola "glamour" nel suo testamento.**
- **Il Giappone ha oltre 200 gusti di Kit-Kat.** Sono creati esclusivamente per diverse regioni, città e stagioni. Alcuni sembrano ottimi, come banana, cheesecake ai mirtilli e gelato Oreo, mentre altri sono altamente discutibili, come patate al forno, melone e formaggio, wasabi e succo di verdura.

Charry G.

VIDEOGIOCHI

I VIDEOGIOCHI



I videogiochi sono belli e divertenti e possono servire ad imparare.

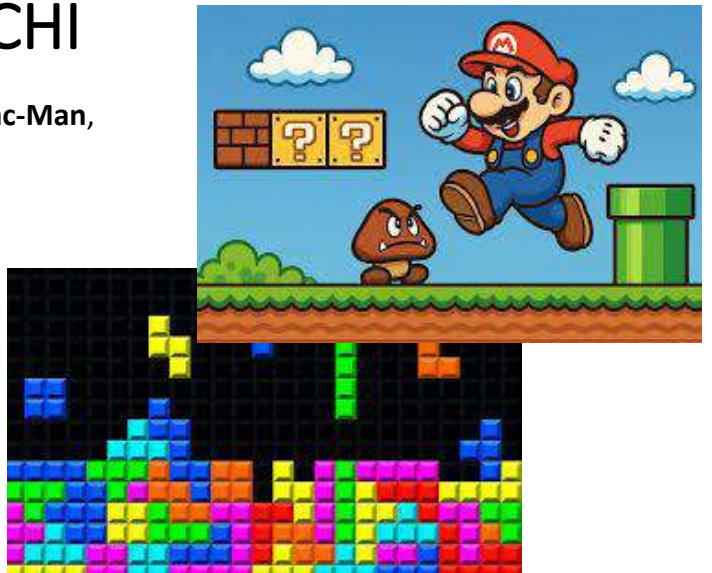
I co-op, cioè i giochi di gruppo, servono a socializzare.

Ci sono poi quelli a turno, tra cui i più popolari sono i giochi di combattimento.

I *boomer* sostengono che tutti i giochi sono violenti ma io credo non sia sempre vero come nel caso dei giochi di giardinaggio.

I VECCHI VIDEOGIOCHI

Alcuni videogiochi risalgono a decenni fa come **Pac-Man**, **SuperMarioBros**, **Tetris**.



Sono videogiochi molto vecchi, infatti occupano poco spazio. Funzionano a livelli, perché altrimenti non riuscirebbero a funzionare correttamente.

Morgan R.

FORTNITE



Da semplice videogioco a vero e proprio fenomeno globale: *Fortnite*, sviluppato da Epic Games, continua a dominare la scena videoludica a quasi un decennio dal suo debutto. Con una community che coinvolge milioni di giocatori in tutto il mondo, il titolo si conferma un punto di riferimento per l'intrattenimento digitale, capace di reinventarsi costantemente grazie a aggiornamenti, collaborazioni e novità di gameplay.

Un universo in elaborazione

Il successo di *Fortnite* si fonda principalmente sulla sua natura dinamica. Ogni stagione introduce nuove meccaniche, mappe aggiornate e modalità sperimentali che mantengono vivo l'interesse dei giocatori. La struttura del "pass battaglia", con progressi e contenuti cosmetici da sbloccare, contribuisce a creare un ciclo di soddisfazione immediata e costante.

Collaborazioni di fortnite

Uno dei pilastri dell'identità di *Fortnite* è l'incredibile quantità di partnership con marchi, artisti e franchise cinematografici. Dalle icone Marvel ai personaggi di Star Wars, passando per concerti virtuali con star internazionali, il gioco ha trasformato il suo campo di battaglia in un palco globale dove culture e media diversi si incontrano.

Un Impatto oltre il Videogioco

Il titolo Epic non è solo un passatempo: è diventato un luogo sociale, un punto d'incontro digitale per milioni di giovani. Eventi live, competizioni e modalità creative hanno costruito una piattaforma che va oltre il gameplay tradizionale, aprendo nuove strade per l'eSport e la creatività online.

Uno Sguardo al Futuro

Nonostante la concorrenza e le tendenze in continuo cambiamento, *Fortnite* dimostra una straordinaria capacità di adattamento. Con nuove tecnologie grafiche, modalità inedite e un pubblico sempre affamato di novità, il titolo sembra destinato a rimanere protagonista ancora a lungo.

Divertimento.

- Su fortnite ci si può divertire con gli amici.
- Giocare con il sorriso.
- *Killare* le persone con gli amici.
- Fare record.
- Vincere partite.

Antonio I.

CLASH ROYALE

Clash Royale è un gioco free-to-play creato e pubblicato da **Supercell**.

È stato pubblicato ufficialmente a livello globale il **2 marzo 2016**. Prima del lancio mondiale, il gioco ha avuto una fase di *soft launch* (rilascio graduale in mercati selezionati come *Canada, Australia e Svezia*) a partire dal 4 gennaio 2016 per i dispositivi iOS. La versione Android è arrivata in *soft launch* nelle stesse regioni il 16 febbraio 2016.



Clash Royale

Clash Royale è un popolare gioco mobile strategico, difesa della torre e arene da superare con un totale di coppe collezionate. I giocatori collezionano e migliorano carte, truppe, incantesimi e strutture di **Clash of Clans**, schierandole in battaglie rapide per distruggere le torri avversarie. Le battaglie durano 3 minuti, ma se non si distrugge nessuna torre ci sono i tempi supplementari e si aggiungono altri 2 minuti. Se neanche i supplementari sono sufficienti il gioco scala la vita e va in vantaggio chi ha fatto più danni.

Si collezionano e potenziano carte basate su truppe note come *P.E.K.K.A., Principessa, Gigante, Scheletro, ecc..* Ogni truppa ha caratteristiche e frasi distintive.

Ci sono tante competizioni tra qui: *Le Arene*, che in tutto sono 28, il sistema di classifiche (leghe), tornei e sfide, che permettono un continuo salire e scendere di posizione.

Se vinci una partita puoi conquistare tra le 29 a 32 coppe.

Gabriele N.

IL FANTACALCIO

Il Fantacalcio è un gioco di fantasia in cui gestisci una squadra virtuale composta da calciatori reali, partecipando a leghe con amici per vincere il "Fantascudetto", basandosi sulle performance effettive dei giocatori in Serie A.



COME FUNZIONA

Le fantasquadre, nel campionato a scontri diretti, si affrontano in una serie di partite il cui esito è determinato dalla somma dei voti assegnati in pagella dai quotidiani ai giocatori.

VOTI

Si sommano tutti i voti e i bonus/malus di ogni singola giornata per determinare la classifica.

I principali voti statistici (tenendo conto della popolarità delle rispettive piattaforme) attualmente presenti sul mercato sono:

- Fantacalcio, la piattaforma sviluppata dalla Serie A, Alvin482 sviluppato da *Fantagazzetta*, il voto statistico targato Gazzetta dello Sport per la piattaforma Magic Leghe
- il voto statistico live di FantaMaster
- il voto live di Fantapazz (testata giornalistica)
- FantaMetric di Fantaclub
- il voto oggettivo di Fantacalcio-Online.

A questi valori base vanno aggiunti i punti "bonus" e "malus" dovuti a diverse variabili



BONUS E MALUS

I **bonus** e i **malus** nel Fantacalcio sono punti aggiuntivi o sottratti al voto base di un giocatore, assegnati per azioni decisive in campo (gol, assist, parata rigore per i bonus; autogol, ammonizione, espulsione, rigore sbagliato per i malus), influenzando direttamente il punteggio finale e la vittoria della giornata, con valori personalizzabili dalle

legha

BONUS

Punti assegnati per azioni positive che migliorano il voto base del calciatore (es. +3 per un gol, +1 per un assist).

MALUS

Punti assegnati per azioni negative che peggiorano il voto base del calciatore (es. -3 rigore sbagliato, -1 espulsione).

BONUS	MALUS
Gol segnato: +3 punti	Cartellino giallo: -0,5 punti
Rigore parato: +3 punti	Cartellino rosso: -1 punto
Imbattibilità portiere: +1 punto	Autogol: -2 punti
Assist: +1 punto	Gol preso: -1 punto(portiere)
Panini Player Of The Match:+0,5 punti	Rigore sbagliato: -3 punti

Davide E.

MINECRAFT

Il gioco più chill dell'anno

Un videogioco multiplayer definito da molti “rilassante” per il semplice fatto di essere un open-world dove sei libero di vagare per il tuo mondo, sconfiggere mob, guadagnare risorse e finalmente completarlo sconfiggendo l’Ender Dragon nella dimensione dell’End aggiunta nel 2011. Minecraft nasce nel 2009 dal creatore Markus Persson meglio conosciuto dai suoi fan come Notch, sviluppatore di videogiochi svedese.



Markus Persson



Popolarità

Attualmente, Minecraft sembra sia tornato di moda grazie a un film live-action intitolato “Un Film Minecraft”. Molti fan erano entusiasti all’idea mentre ad altri non sembravano piacere l’ambientazione e la scelta grafica. Nonostante questo ha incassato la bellezza di 957.949.195 dollari.

Evoluzione

L’attuale versione di Minecraft è la 1.21.9 chiamata “The Copper Age”, interamente dedicata al rame, infatti sarà possibile ottenere spade, armature e vari oggetti fatti in rame. È stato aggiunto anche un nuovo mob correlato a questo aggiornamento: il **Golem di**

Rame, piccolo di dimensioni che avrà il compito di aiutare il giocatore a sistemare i diversi oggetti all’interno delle casse, dividendoli per categorie.



Come ha raggiunto tutta questa popolarità in Italia?

In Italia questo gioco andava già molto di moda nel 2016, grazie a molti youtubers che consigliarono il gioco, portando diversi video a riguardo. Ma ora nel 2025 il gioco ha riacquisito una popolarità ben maggiore, grazie a streamer come *Lollo Lacustre* (noto streamer che come contenuto più frequente nelle sue live presenta proprio *minecraft*).



Golem di rame



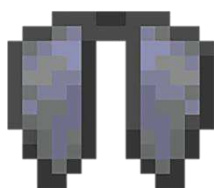
Herobrine

Leggende e vecchi aggiornamenti

Tra le tante storie che riguardano questo gioco c'è anche la famosa leggenda di Herobrine un vecchio personaggio del gioco che con il tempo venne rimosso, a causa del fatto che molti giocatori lo ritenevano "troppo spaventoso". Ad oggi il mistero che avvolge questo personaggio è ancora presente, molti si chiedono chi sia e quale sia la sua vera storia e tanti fan vorrebbero che venisse inserito nel gioco. Purtroppo però Herobrine si può aggiungere solo grazie a delle Mod e il fatto che un giorno venga inserito nel gioco ufficialmente è molto improbabile.

Dimensioni

Minecraft attualmente dispone di tre dimensioni principali: l'Overworld la dimensione "normale" quella dove il giocatore spawna e passa la maggior parte del tempo. Il Nether una dimensione paragonabile all'inferno, con fuoco e lava, lì è possibile raggiungere nuovi obiettivi e raccogliere materiali come la netherite, l'oro e il quarzo. L'ultima dimensione invece è l'End dove una volta sconfitto il drago e tornati nell'Overworld partiranno una serie di titoli di coda che ti annunceranno di aver completato il gioco, anche se successivamente potrai tornare comunque a giocare nel tuo mondo, inoltre l'End è ricco di risorse e gadget di potenziamento come le Elytra.



Flavia V.

FORZA HORIZON 5

FORZA HORIZON 5 è un gioco open world di guida, che è stato sviluppato e pubblicato il 9 novembre 2021 ed è giocabile da PC e Xbox e PlayStation5

È ambientato in una versione "fictionalizzata" del Messico, con ambientazioni molto diverse: deserti, giungle, spiagge, canyon, città, un vulcano, rovine maya, ecc.



Oltre a questo si possono modificare le macchine si possono aggiungere la modifica esterna, body kit delle macchine, il tuning e solo su alcune macchine, il motore.

La grafica del gioco è molto bella ma occorre una buona scheda grafica. Da pc la più consigliata è la **NVIDIA GeForce RTX 3050** oppure se si vuole la grafica migliore si può usare una **NVIDIA GeForce RTX 3080**. Per i contenuti in 4K 120FPS+ si può usare un **NVIDIA GeForce RTX 4080, RTX 4090** (1150-1350 €)

Ci sono più gare: su strada, offroad, fuoristrada, drifting, rally, gare libere. Si può giocare anche in co-op, online e per migliorare modalità di gioco si può usare il **driving force**.

Per una performance reale di guida si può usare un volante. Io consiglio di prenderne uno iniziale come il **logitech G29 e la pedaliera** il cui costo è di circa 223€

Logitech29

Progettato senza compromessi per garantire l'esperienza di guida perfetta, grazie al ritorno di forza a due motori, le leve al volante in acciaio inox

e il volante rivestito in pelle cucita a mano. Con i pedali a pavimento regolabili puoi accelerare, frenare e cambiare marcia con la massima comodità e la sensazione di guidare un'auto vera.



E bisogna di scaricare un driver (<https://www.logitechg.com/it-it/software/gHub>)

Se si vuole un po' spendere di più si può usare un **Logitech G923 Driving** il cui costo è di 298€ (incluso il cambio manuale)



Se si vuole *driftare* da professionisti si può usare un **MOZA R5Force feedback** molto più fluido, transizioni e controsterzi più precisi e veloci.

Pedaliere: *MOZA SR-P* ha più sensibilità sul gas cosa molto utile per gestire gli angoli del drift.

Freno a mano: *MOZA HBP* molto superiore ai modelli economici.

Sedile: *Sim racing fisso* ti permette di fare controsterzo rapido senza "spostarti"

Il prezzo è molto alto: 500/700€



GTtrack

Invece una più economica

Volante: Logitech G29 usato / Thrustmaster T128

Handbrake: Aikeec USB analogico (40 €)

Stand: Wheel Stand economico da Amazon (40–60 €)

Sedia: qualsiasi, basta che non si muova

Costo totale di 130/200€



**Dardoo Gaming Sim Cockpit
Con Sedile Regolabile Per
Logitech G29 T300RS**

Emanuel P.

ANIME

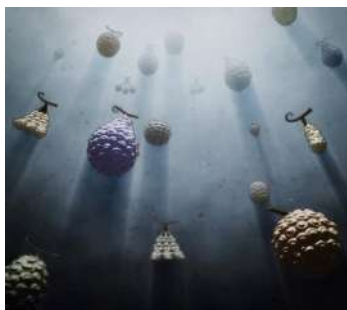
ONE PIECE

One Piece, la popolare serie manga e anime giapponese creata da Eiichiro Oda, ha affascinato fan di tutto il mondo fin dalla sua prima pubblicazione nel 1997. Con 1.152 episodi anime e 113 volumi manga fino ad oggi, la serie shonen di **One Piece** è diventata un fenomeno culturale. La sua popolarità si basa su una combinazione unica di avventure avvincenti, personaggi profondi e un mondo ricco di diversità e mistero. Questo articolo esplora le numerose ragioni per cui milioni di fan sono affascinati dall'universo di **One Piece** e perché potresti esserlo anche tu!

10 motivi per vedere One piece



1. È bello.
2. La storia è toccante e commovente.
3. Ti insegna l'importanza dei sogni.
4. Ti insegna quanto è importante raggiungere un sogno.
5. Ti insegna che gli amici ci sono sempre per te e ti proteggeranno sempre.
6. Battaglie epiche.
7. Umore e intrattenimento.
8. Personaggi accattivanti e memorabili.
9. La comunità dei fan.
10. La diversità delle culture e dei modi.



Alessandro D.

Jujistu Kaiser:

呪術廻戦 じゅじゅつかいせん



JJK è un anime di combattimenti tra maledizioni e stregoni con poteri speciali.

Gli stregoni più amati di JJK: Gojo, Itadori , Yuta e Megumi

Invece le maledizioni più amate sono: Sukuna, Jogo, Hanami, Dagon, Mahito, Rika, Eso, **Kekizu** e **Choso**.

Prima stagione

La storia narra di un ragazzo a cui muore il nonno, perciò il ragazzo vuole esaudire il desiderio del nonno di farsi degli amici. Una notte in un club viene aperta una scatola con dentro un dito avvolto in un velo. Immediatamente compaiono delle maledizioni, il protagonista Yuji salva tutti ma a un certo punto è costretto a ingoiare il dito ed è così che il re delle maledizioni si reincarna in lui.

Seconda stagione

Questa stagione è piena di colpi di scena molti colpi di scena legati al passato di **Toji Fushiguro**, il padre di Megumi, compresi eventi dalla sua morte fino al suo ritorno temporaneo. Alla fine dei flashback si ritorna alla storia e Toji viene temporaneamente resuscitato ma Megumi inizialmente non riconosce il padre. I due combattono e durante lo scontro Toji chiede a Megumi il suo nome. Quando Megumi risponde di chiamarsi Fushiguro, Toji sorride soddisfatto di sapere che il figlio non ha preso il cognome del clan. Poi Toji si suicida, scegliendo di porre fine alla sua vita piuttosto che rischiare di perdere il controllo o ferire suo figlio.



Sukuna-Megumi



Yuta



Mahito



Jogo



Gojo

Erik B.

MUSICA

CHASE ATLANTIC

Il gruppo della canzone di fama mondiale “**FRIENDS**” che sarà possibile vedere dal vivo al concerto dei **The Neighbourhood**.



I Chase Atlantic sono un gruppo musicale australiano di alternative R&B con influenze dark, rap, pop, punk e indie rock formatosi nel 2014 a Cairns, nel Queensland.

IN CHE MODO SI SONO FORMATI?

Christian Anthony e *Mitchel Cave* facevano parte di una boy band chiamata *What About Tonight* formata per le audizioni della quarta stagione di *X Factor Australia*, eliminati nella seconda settimana. Nel frattempo *Clinton Cave* (fratello maggiore di Mitchel) aveva un canale *Youtube* di successo. I due fratelli sono comparsi molte volte insieme sul canale e poco a poco viene coinvolto sempre più Christian, raggiungendo sempre più pubblico. Arrivati nel 2013, i tre iniziano a comporre musica e ad esibirsi sotto il nome di *K.I.D.S.*.

Successivamente verrà cancellato il canale YouTube e rimossi tutti i vecchi contenuti.

Il trio pubblica per la prima volta musica sotto il nome **CHASE ATLANTIC**.

IL PRIMO ALBUM:

A gennaio 2016, i Chase Atlantic pubblicano il singolo "*Obsessive*" e un mese dopo il loro terzo EP intitolato *Paradise*, accompagnato da una vasta promozione, incluso un tour australiano. Questo EP, contenente il brano di grande successo "*Slow Down*", verrà poi ridistribuito con una riedizione completa nel 2019.

MEMBRI UFFICIALI

- **Mitchel Cave** - *voce*
- **Christian Anthony** - *chitarra ritmica, voce*

- **Clinton Cave** - *chitarra solista, sassofono, cori*

MEMBRI IN TOUNÉE

- **Patrick Wilde** - *basso*
- **Jesse Boyle** - *batteria*

DISCOGRAFIA

Album in studio:

- *Chase Atlantic* (2017)
- *Phases* (2019)
- *Beauty in Death* (2021)
- *Lost in Heaven* (2024)

- *Part Two* (2017)
- *Part Three* (2017)
- *Don't Try This* (2019)

Singoli:

- *Friends*
- *Slow Down*
- *Into It*
- *Swim*
- *Church*
- *Mamacita*

EP:

- *Dalliance* (2014)
- *Nostalgia* (2015)
- *Paradise* (2016)
- *Part One* (2017)

Giulia N.

SFERA EBBASTA

*il fenomeno che ha
cambiato il rap italiano.*

Gionata Boschetti in arte “sfera ebbasta”, nato il 7 dicembre 1992 a Cinisello Balsamo (MI), cresciuto in parte con la madre poiché all’età di 13 anni perde il padre diventando l’uomo di casa, lasciando la scuola superiore al 1° anno, dopo aver lasciato la scuola inizia a lavorare come elettricista e poi come pizzaiolo e fattorino. Intorno al 2010 incomincia a produrre, diventando popolare nel suo quartiere.



Sfera ebbasta con il padre



Charlie Charles

Nel 2013 incontra *Sfera ebbasta con il padre* 's di Cinisello Balsamo (MI), insieme collaborano e dopo due anni nel 2015 esce, XDVR il primo album di sfera, la traccia più famosa è intitolata come l’album: “XDVR”, l’album ad oggi ha raggiunto 2 platini.

DISCOGRAFIA

“La discografia di Sfera Ebbasta racconta l’evoluzione della trap italiana dagli esordi di strada ai record internazionali. Dal debutto con XDVR fino agli ultimi progetti, ogni album ha segnato una nuova fase del suo percorso artistico, ottenendo numerose certificazioni tra dischi d’oro e di platino.”



SFERA EBBASTA

Il primo album solista ufficiale. Certificazione: platino (x5).

Data uscita: 2016

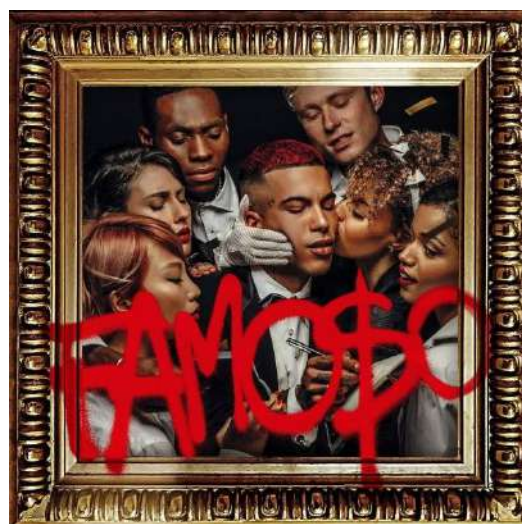


ROCKSTAR

Il "cambiamento", hit internazionali, deluxe chiamata "popstar"

Certificazione: platino (x8).

Data di uscita: 2018



FAMOSO

Album internazionale, feat con artisti internazionali

Certificazione: platino (x6)

Data di uscita: 2020



ITALIANO (CON RVSSIAN)

Nota: Non sempre certificato come album;

contiene singoli di grande successo come **Italiano Anthem**.

EP realizzato con il produttore giamaicano *Rvssian*, che fonde trap e influenze internazionali.

Data di uscita: 2022

X2VR

Certificazione Italia: almeno 6× Platino (continuano ad aumentare)

Quarto album solista, sequel di *XDVR* con collaborazioni di rilievo e grande successo di streaming.

Data di uscita: 2023



- **SANTANA MONEY GANG**
(JOINT ALBUM CON SHIVA)

Certificazione Italia: almeno 2× Platino

Album collaborativo con Shiva che unisce le rispettive gang creative in un progetto trap compatto e di successo.

Data di uscita: 2025

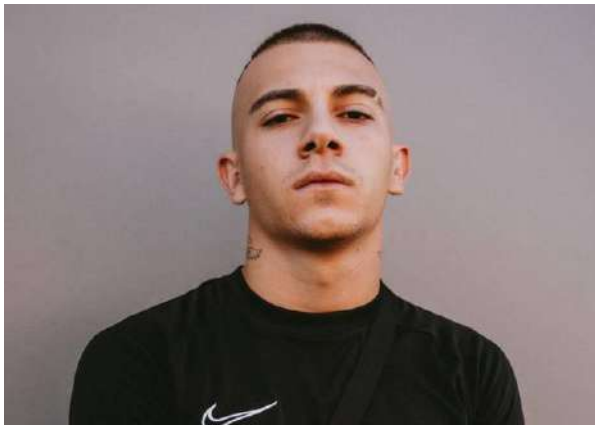
Brian V.

BLAKE *EL DIABLO*

"Blake el Diablo" è il nome d'arte di **Jacopo Romano**, un ragazzo nato nel 2000 che fa musica che mescola un genere trap e chill rap.

Si è fatto notare dalla uscita di **odi et amo** che ha fatto quasi 40 milioni di ascolti su tutte le piattaforme.

La sua passione per la musica nasce in giovane età all'ascolto di artisti come 50cent, Kanye West e Public Enemy.



Negli ultimi giorni ha rilasciato una sua ultima traccia chiamata "VELENO" e le sue canzoni più famose e apprezzate dai suoi fan sono:

- **Odi et amo**
- **niente apposto1 e 2**
- **cosa mi fai**
- **troppo x me**
- **la moon**

Le sue canzoni parlano anche dei suoi sentimenti ed anche un noto rapper per i suoi brani che lasciano spazio tra sonorità drill e melodie, al giorno oggi non è molto conosciuto o molto ascoltato fa circa tra i 200 e i 300 mila ascoltatori che non è male ma i suoi ascoltatori stanno calando

I suoi testi esplorano spesso le dinamiche delle relazioni adolescenziali e amorose, trattando temi come la tossicità dei rapporti e la crescita personale.



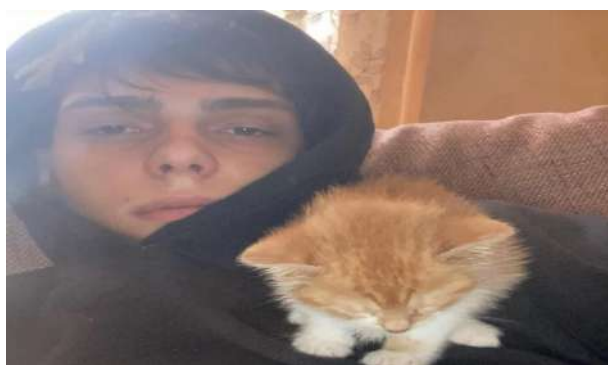
Nicholas R.

KID YUGI

KID YUGI è un cantautore italiano proveniente da Massafra in Puglia nato il 14 aprile 2001.

Il suo nome proviene dal gioco di carte Yu-gi-ho! Lui era un grande appassionato del gioco così da prendere spunto per il suo nome d'arte.

Dal 2021 intraprende la sua carriera con 2 freestyle pubblicati su Instagram diventando virale per il suo flow un po' dark e molto rappato. Nel 3 novembre 2022 uscì il suo primo disco ufficiale chiamato THE GLOBE con degli stili molto cupi e testi profondi, non come i *trapper* in Italia che parlano solo di droghe sesso e armi. Nel 27 aprile 2023 uscì QUATRO DI BUE un album o EP con alcune tracce trap altre rap come nel suo primo album. Nel 1 marzo del 2024 uscì il suo miglior album I NOMI DEL DIAVOLO e a novembre fece uscire la versione deluxe. Questo album è un mix di emozioni tra momenti tristi, felici e trappati molto intensi.



Il suo stile musicale

KID YUGI si distingue immediatamente all'interno della scena rap italiana grazie a un approccio sonoro che unisce intensità emotiva e una forte identità artistica. Fin dai primi freestyle pubblicati su Instagram nel 2021, il giovane artista pugliese si presenta con un

flow crudo, scuro e profondamente rappato, lontano dagli standard più commerciali della trap italiana. Il suo stile è riconoscibile per la capacità di mescolare atmosfere cupe, beat incalzanti e testi introspettivi che affrontano temi come la solitudine, la lotta interiore e il peso delle aspettative.

Ciò che lo rende diverso da molti colleghi è la volontà di andare oltre i cliché del genere. Nelle sue canzoni non c'è ostentazione gratuita né ricerca forzata della provocazione. KID YUGI preferisce costruire un immaginario personale, spesso influenzato da elementi dark e simbolici, che racconta il suo mondo interiore e le paure che affronta quotidianamente. La sua scrittura diretta, incisiva e mai superficiale permette a chi ascolta di entrare in contatto con un artista autentico, che usa la musica come strumento di comunicazione e autoanalisi.

Con il passare degli anni, il suo stile si evolve mantenendo però una coerenza ben definita: una miscela di rabbia controllata, malinconia e forza narrativa che lo rende una delle voci più originali e interessanti della nuova generazione rap italiana.

L'impatto sulla scena italiana e le future prospettive

Nonostante la giovane età, KID YUGI è riuscito a ritagliarsi uno spazio significativo all'interno della scena rap italiana, diventando in poco tempo una delle figure più osservate e discusse della nuova generazione. La sua capacità di proporre un linguaggio musicale diverso, più introspettivo e meno legato ai cliché della trap, gli ha permesso di conquistare un pubblico eterogeneo: dai giovanissimi che si riconoscono nelle sue fragilità, fino agli ascoltatori più maturi che apprezzano la profondità dei contenuti. Anche

la critica ha iniziato a notarlo per la sua coerenza artistica e per l'evoluzione mostrata da un progetto all'altro, considerandolo una delle penne più interessanti del panorama attuale.

Il suo impatto non si limita però ai numeri: KID YUGI ha contribuito ad aprire una nuova strada all'interno del rap italiano, una direzione più emotiva, più consapevole, che dà spazio alla vulnerabilità senza rinunciare alla potenza espressiva del genere. In un contesto spesso dominato da stereotipi, la sua musica rappresenta una ventata d'aria nuova.

Guardando al futuro, le prospettive sembrano ampie e promettenti. L'artista ha dimostrato una crescita costante e la voglia di sperimentare, qualità che lasciano immaginare progetti sempre più maturi e innovativi. Possibili collaborazioni con nomi di spicco della scena nazionale — e magari internazionale — potrebbero ampliare ulteriormente la sua portata artistica. Allo stesso tempo, la sua capacità di rimanere fedele al proprio universo interiore lo rende un candidato ideale per diventare una figura di riferimento negli anni a venire.

Se continuerà su questa strada, alternando ricerca musicale e sincerità espressiva, KID YUGI potrebbe trasformarsi da promessa emergente a una delle voci più influenti del rap italiano contemporaneo.

L'influenza di Yu-Gi-Oh! sulla sua identità artistica

Uno degli aspetti più originali della figura di KID YUGI è senza dubbio la scelta del suo

nome d'arte, direttamente ispirato a *Yu-Gi-Oh!*, il celebre gioco di carte e anime giapponese che ha segnato l'infanzia e l'adolescenza di milioni di ragazzi. La passione dell'artista per quel mondo fantastico non si

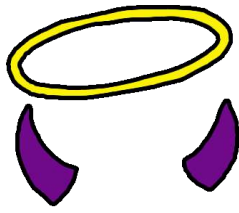


limita però al semplice omaggio: diventa parte integrante della sua identità musicale.

Proprio come il protagonista della serie, chiamato a confrontarsi costantemente con sfide che mettono alla prova coraggio, razionalità e lato oscuro, anche KID YUGI costruisce nelle sue canzoni un universo narrativo fatto di duelli interiori, forze contrastanti e demoni personali da affrontare. Il riferimento all'opera giapponese non è dunque superficiale, ma riflette un parallelismo tra i simboli del gioco e il percorso emotivo dell'artista.

La simbologia di Yu-Gi-Oh! — il conflitto tra luce e ombra, l'evoluzione attraverso la lotta, la crescita ottenuta superando prove difficili — trova spazio nei suoi testi e nel suo immaginario estetico. Questa fusione tra cultura pop e introspezione rende KID YUGI un artista capace di parlare a generazioni diverse: da chi conosce bene quel mondo fantastico, a chi vede in lui un giovane capace di trasformare la propria passione in un elemento artistico distintivo.

Francesco M.



THA SUPREME

Davide Mattei, in arte Thasup (o Tha supreme), è un rapper e produttore Italiano, nato il 17 Marzo 2001. Inizia la sua carriera producendo basi all'età di 14 anni, due anni dopo abbandonerà la scuola per dedicarsi completamente alla musica. Nel 2017 produce la canzone **Perdonami** di *Salmo*, che arrivò tra i primi posti della Top Singoli, questa canzone gli diede tantissima visibilità, essendo una tra le hit più ascoltate di Salmo. La sua prima comparsa su Spotify fu nel singolo, **Solo la sera** di *Nomercy Blake*. Il 5 Ottobre produce e pubblica il suo singolo di debutto, **6itch**, in cui parla della sua situazione sentimentale. In seguito questa canzone fu remixata in collaborazione con uno tra i più famosi rapper di quel periodo, **Nitro**, e fu inserita nel suo primo album: **23 6451**

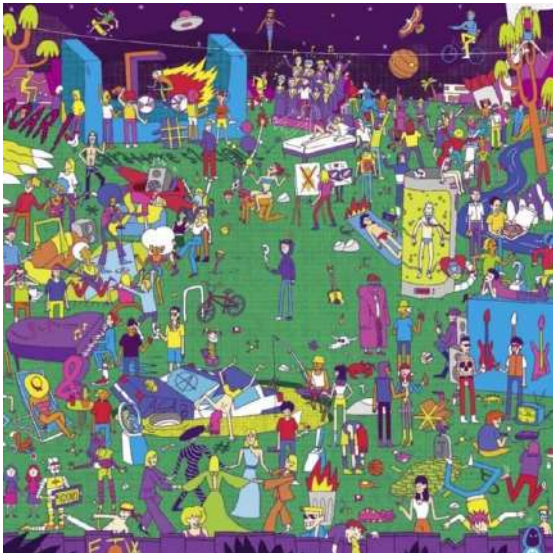


Il 9 Febbraio 2018 pubblica il suo secondo singolo da solista, **Solo**, anche questo come il primo ebbe un successo enorme, contando in questo momento 7.5 milioni di visualizzazioni su *Youtube*. La sua svolta arriva l'8 Giugno grazie all'uscita del suo terzo singolo **Scuol4**, certificato disco d'oro dalla *FIMI* per le oltre 25.000 copie vendute. Collaborando con *Nayt* pubblica il singolo **Oh 9od** (certificato disco di platino). Nayt è stato uno tra i principali autori di *Machete Mixtape 4*, cantando e producendo diversi brani, come "Yoshi", "Doppiogang", "No Way". Collaborò con Gemitaiz e Madman nell'album *Scatola Nera* in "Fuori e Dentro"



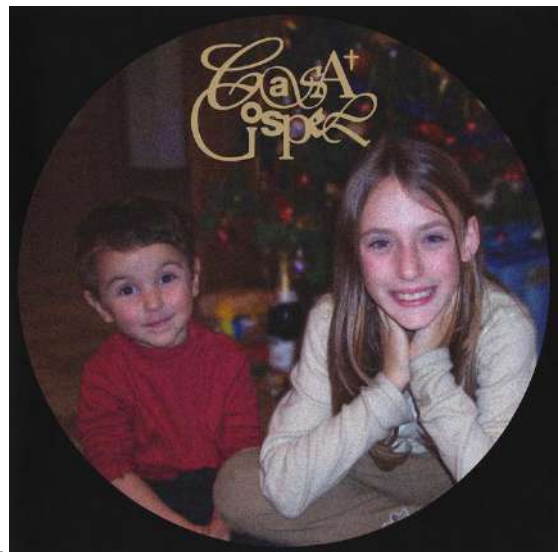
Il 7 Novembre 2019 pubblica **Blun7** a *Swishland*, che arriva al primo posto della Top Singoli, mantenendo la posizione per cinque settimane consecutive. Ha collaborato con *Young Miles* nel brano "con me", il 31 luglio esce **Offline**, realizzato in collaborazione col rapper *Bbno\$* e integrato nelle tracce di **23 6451**. Il 2 ottobre esce il mixtape "*Bloody Vinyl 3*", composto da 15 tracce con svariati ospiti come Salmo, Nitro, Lazza, Fabri Fibra, Guè, Capo Plaza e Massimo Pericolo. Al termine del 2020 è l'artista più ascoltato in Italia su Spotify. Il 16 gennaio 2012 con collaborazione con lo streamer *Zano* realizza e pubblica

“Warzonata”, il 30 luglio pubblica “Una Direzione Giusta”, cover del brano “Lontano dal tuo Sole” di Neffa, sotto il nome di Yungest Moonstar. Nell’agosto 2022 sono stati diffusi dei cartelloni a Roma e Milano, che mostravano 5 collaborazioni dell’album mentre nell’inizio di settembre compaiono altri cartelloni con dei Codici QR, il 12 settembre viene annunciato il titolo: “c@ra++ere s?ec!@le (Carattere Speciale)”, dove si trovano singola come Okkappa, Ily con Coez e Rotonda con Tiziano Ferro, nel giorno del suo 22° compleanno pubblica Dimmi che c’è, in collaborazione con Tедуa.



Il 26 luglio 2024 pubblica Sfaciolate Mixtape, annunciato nel videogioco creato per questo

album: “UFO Jazz Boy” quando una volta completato svelava la data di pubblicazione. Nel mixtape non è presente nessun feat., le produzioni sono tutte di thasup e di Young Miles, ed è stato pubblicato sotto l’alias di Yungest Moonstar. Il 13 dicembre pubblica un joint album con la sorella Mara Sattei, chiamato Casa Gospel, dedicato completamente alla sua famiglia e Dio, in quanto dichiarato protestante evangelico, ringraziando più volte Dio come colui che lo ha salvato e dato la forza di continuare.



Ivan M.

SHIVA

Andrea Arrigoni in arte "Shiva" nato il 27 agosto 1999 a Milano



Shiva ha iniziato a cantare nel 2013, quando aveva 14 anni, pubblicando il suo primo mixtape intitolato *Ogni Giorno Mixtape*. Successivamente, ha continuato la sua carriera musicale pubblicando il suo primo EP, *La via del guerriero*, nel 2014, quando aveva 15 anni.

Il primo album (dei sette) in studio di Shiva è "**Tempo e anima**", pubblicato nel febbraio 2017 sotto l'etichetta Honiro Label. È stato anticipato dai singoli "Corvi" e "Buiro" e contiene 10 tracce, con alcune collaborazioni. La sua carriera era già iniziata nel 2013 con il mixtape "Ogni giorno mixtape", seguito poi nel 2014 dal suo primo EP, "La via del guerriero".



Il terzo album in studio del rapper italiano Shiva è "**Dolce vita**", pubblicato l'11 giugno 2021. L'album è stato promosso da singoli come "La mia storia" e "Fendi Belt".



Il quarto album in studio di Shiva è "**Milano Demons**", pubblicato il 25 novembre 2022. È stato anticipato da diversi singoli, tra cui "Soldi puliti", "Non è Easy", "3 Stick Freestyle" e "Take 4".

Il quinto album in studio di Shiva è Santana Season, pubblicato il 9 giugno 2023.



Il sesto album di Shiva è Milano Angels, pubblicato il 6 settembre 2024. Questo album è il seguito di "Santana Season" del 2023 e precede il suo ultimo singolo "Take 6".

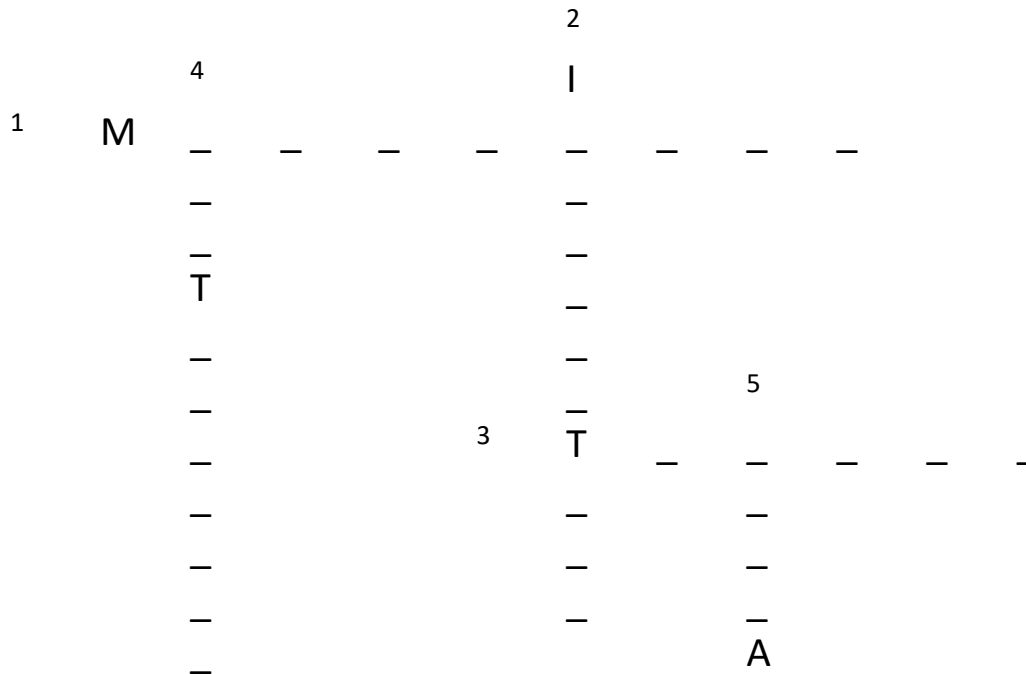
Il settimo album di Shiva, dopo "Milano Angels" (2024), è Santana Money Gang, pubblicato nel 2025 in collaborazione con Sfera Ebbasta.



Gabriele S.

ENIGMISTICA

PAROLE CROCIATE



1: La materia che studia il movimento le forze e il funzionamento delle macchine.

2: È una scienza che studia come elaborare e memorizzare le informazioni.

3: Famosa per le sue antiche ville.

4: Ha a che fare con gli elettroni.

5: Famoso scienziato italiano noto per aver inventato la pila.

Filippo P.

VENTI ENIGMI – *CAMBIO DI LETTERA*

1. Cambiando una sola lettera, **un frutto dolce** diventa **qualcosa che si issa su una barca**.

_ e _ _ → _ _ _ _

2. Cambiando una lettera, **un fedele animale domestico** diventa **un pasto serale**.

_ _ _ _ → _ _ n _

3. Con un solo cambiamento, **una parete di una casa** diventa **un animale da soma**.

_ u _ _ → _ _ _ _

4. Cambiando una lettera, **un cereale da tavola** diventa **un tessuto liscio**.

_ _ _ _ → _ _ _ o

5. Modificando una lettera, **un animale dalle corna** diventa **un piccolo roditore**.

T _ _ _ → _ _ _ _

6. Con un cambio di lettera, **un albero sempreverde** diventa **una bevanda alcolica**.

_ _ _ _ → V _ _ _

7. Cambiando una lettera, **uno strumento da lavoro** diventa **una stanza di un edificio**.

_ a _ _ → _ _ _ _

8. Con un cambio minimo, **una festa elegante** diventa **la parte posteriore della gola**.

G _ _ _ → _ _ _ _

9. Cambiando una lettera, **un atto di pesatura** diventa **una posa fotografica**.

_ e _ _ → _ _ _ _

10. Con un solo cambiamento, **una rete per pescare o collegare** diventa **un organo del corpo**.

_____ → R _____

11. Cambiando una lettera, **uno specchio d'acqua** diventa **un pagamento**.

_____ → _____ o

12. Con una sola modifica, **qualcosa di scarso** diventa **qualcosa di un po' folle**.

_____ → _____ c _

13. Cambiando una lettera, **una distesa d'acqua salata** diventa **un'opinione favorevole**.

__ r _ → _____

14. Con un cambio, **un'abitazione** diventa **un interrogativo**.

_____ → _ o _

15. Cambiando una lettera, **un frutto con il picciolo** diventa **un atto di pesatura**.

P _____ → _____

16. Con una modifica, **un'espressione di preferenza** diventa **un mezzo di trasporto a due ruote**.

V _____ → _____

17. Cambiando una sola lettera, **un ambiente di un edificio** diventa **qualcosa che avviene quando si resta soli**.

_____ → _____ a

18. Con un cambiamento minimo, **un tessuto per dipingere** diventa **qualcosa che si tende**.

_____ → _ e _

19. Modificando una lettera, **una luce costiera** diventa **uno che gioca... ma non sempre leale**.

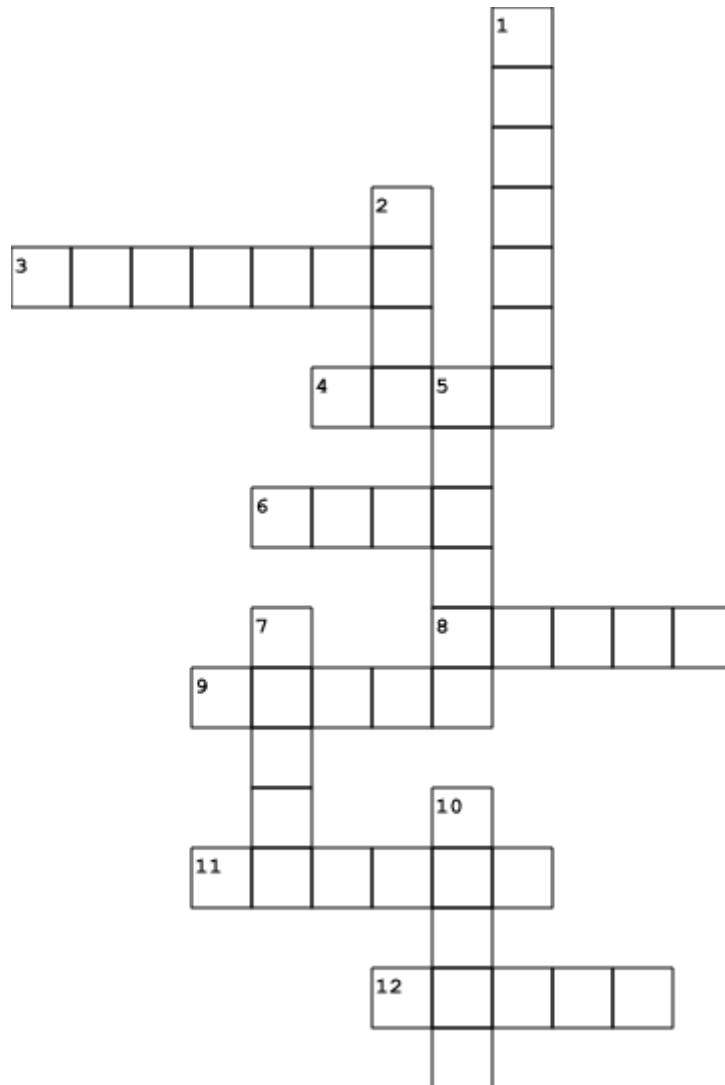
__ r _ → _ _ _ _

20. Cambiando una lettera, **una parte del corpo che afferra** diventa **un esserino basso e robusto**.

_ _ _ _ → _ _ n _

Igor H.

PAROLE CROCIATE



Orizzontale

3. LE PRENDI SE MANGI
4. IL PANE PER I GIAPPONESI
6. TE LO DANNO AL RISTORANTE
8. LO DANNO LE MUCCHE
9. ELEMENTO PRINCIPALE DEL CALCIO
11. SPORT PIÙ PRATICATO
12. LO MANGI UNA VOLTA OGNI TANTO
(*LIQUIDO*)

Verticale

1. SCHIAVO DEL SISTEMA
SCOLASTICO ITALIANO
2. LI USI PER LA BARCA
3. CIÒ CHE ODI DI PIÙ (*DOVE SI STUDIA*)
7. CIBO TIPICO ITALIANO
8. LO LEGGI A SCUOLA E A CASA

Matteo A. e Alessio I.

**SECONDO VOI CHI VINCERA' IL CAMPIONATO
QUEST'ANNO?**



ARTE CULINARIA

CARBONARA

La Carbonara è uno dei piatti più iconici e amati della cucina italiana, conosciuto e apprezzato in tutto il mondo per la sua semplicità e il suo sapore irresistibile. Nonostante la sua fama globale, le origini di questa ricetta sono avvolte nel mistero e spesso dibattute dagli storici della gastronomia. La ricetta tradizionale della Carbonara è sorprendentemente semplice e richiede pochi ingredienti: pasta (preferibilmente spaghetti o rigatoni), guanciale, uova, pecorino romano, pepe nero e sale. La chiave del successo del piatto risiede nella qualità degli ingredienti e nella loro preparazione.



Il guanciale, la guancia di maiale stagionata, viene tagliato a cubetti e rosolato fino a diventare croccante. Le uova, solitamente solo i tuorli, vengono mescolate con pecorino romano grattugiato e abbondante pepe nero. La pasta cotta al dente viene poi unita al guanciale e alla crema di uova, fuori dal fuoco, per evitare che le uova si cuociano troppo e diventino strapazzate. Il risultato è una pasta cremosa e saporita, con una consistenza e un gusto unici.

CURIOSITA' SULLA CARBONARA

La carbonara non è un piatto antico, ma probabilmente è nato nel 1944 grazie all'incontro tra i soldati americani e gli ingredienti locali, come guanciale e uova. Altre curiosità includono il fatto che il nome potrebbe derivare dai carbonai e che l'uso della panna è una modifica successiva agli anni '60. Esistono molte varianti, ma l'uso del guanciale e del tuorlo (e non dell'uovo intero) è considerato fondamentale per la versione autentica.

ORIGINI

Nascita post-bellica: *Si ritiene che la carbonara, come la conosciamo oggi, sia nata dopo la Seconda Guerra Mondiale a Roma, quando i soldati americani arrivarono in Italia.*

La versione di Renato Gualandi: Una teoria molto diffusa attribuisce la sua invenzione a Renato Gualandi, cuoco bolognese, che avrebbe preparato un piatto per ufficiali americani e inglesi a Riccione nel 1944, unendo bacon, uova in polvere e crema di latte.

Legame con i carbonari: Un'altra ipotesi collega il nome "carbonara" ai carbonai degli Appennini, che preparavano questo piatto con ingredienti facilmente conservabili, come guanciale e uova.

Matteo A.

CANNELLONI



I cannelloni sono un primo piatto della cucina italiana, formati da un cilindro di pasta all'uovo che viene farcito con un ripieno (di carne o ricotta e spinaci) e cotto al forno con besciamella e ragù o sugo di pomodoro. Si possono acquistare in versioni già pronte (precotte o cotte) o preparare a partire da sfoglie di pasta fresca.

Caratteristiche principali

- **Pasta:** È un formato cilindrico di pasta all'uovo, con una cavità ampia che permette di essere farcito.
- **Ripieno:** I ripieni più comuni sono a base di carne macinata (spesso un misto di manzo e maiale) o di ricotta e spinaci, ma esistono molte varianti regionali e personali.
- **Condimento:** Vengono solitamente ricoperti da besciamella e ragù o sugo di pomodoro.
- **Cottura:** Sono cotti al forno, dove si forma una crosticina dorata in superficie.
- **Preparazione:** Possono essere preparati arrotolando dei quadrati di pasta fresca attorno al ripieno oppure utilizzando sfoglie precotte, che non richiedono una lessatura preliminare prima di essere farcite e infornate.

Varianti e origini

Varianti regionali: La preparazione varia da regione a regione; ad esempio, i cannelloni siciliani possono includere polpette spezzettate nel ripieno, mentre quelli emiliani sono spesso ripieni di carne e besciamella.

Origine: Il nome deriva da "canna", per la forma cilindrica. La loro origine affonda le radici nella tradizione culinaria italiana, con ricette che si sono evolute nel corso dei secoli.

Matteo A.

RICETTE A BASE DI FAGIOLI

SALSICCE E FAGIOLI

PRESENTAZIONE

Sono stati spesso i co-protagonisti dei film in stile far west dell'inseparabile duo *Bud Spencer & Terence Hill*, stiamo parlando di un'altra coppia altrettanto impareggiabile sulla tavola: salsicce e fagioli! Questo piatto così rustico e saporito, rievoca i piatti ricchi e sostanziosi di un



tempo il cui segreto è senza dubbio la semplicità di sapori e la facilità di preparazione. Questa succulenta pietanza è perfetta per i momenti in cui si ha bisogno di un carico di energia e gusto! Il profumo intenso e il suo corposo sughetto, che a tratti potrebbe richiamare quello delle salsicce al sugo! che richiede l'immane scarpetta con una croccante pagnotta, rende salsiccia e fagioli un perfetto comfort food...in perfetto mood western!

Calorie per porzione	
Energia	Kcal 501,3
Carboidrati	g 20,4
di cui zuccheri	g 7,5
Proteine	g 24,4
Grassi	g 36
di cui saturi	g 10,2
Fibre	g 6,1
Colesterolo	mg 87,5
Sodio	mg 1323

INGREDIENTI	
<u>Salsiccia</u>	500 g
<u>Fagioli borlotti secchi</u>	200 g
<u>Cipolle dorate</u>	70 g
<u>Vino rosso</u>	50 g
<u>Passata di pomodoro</u>	500 g
<u>Rosmarino</u>	q.b.
<u>Sale fino</u>	q.b.
<u>Pepe nero</u>	q.b.
<u>Olio extravergine d'oliva</u>	q.b.

PREPARAZIONE

Per preparare salsiccia e fagioli cominciate mettendo in ammollo i borlotti per 8 ore. Il giorno dopo scolate i fagioli, sciacquateli e poi versateli in un tegame capiente coprite d'acqua fredda portate a bollore. Non appena l'acqua sarà a temperatura, abbassate la fiamma fino a far sobbollire il tutto e cuocete per 50 minuti circa; salate soltanto a fine cottura.



Intanto mondate una cipolla e tritatela al coltello, dopodiché versate in padella insieme all'olio e cuocete a fuoco dolce per 6-7 minuti. Aggiungete poi le salsicce e lasciate rosolare per 3-4 minuti, mescolando di tanto in tanto per non far bruciare il fondo. Sfumate con il vino, sino a che l'alcol sarà completamente evaporato.



Aggiungete i rametti di rosmarino e la passata di pomodoro.



Regolate di sale e di pepe e lasciate cuocere per 35-40 minuti a fuoco dolce. Trascorso il tempo indicato scolate i fagioli cotti.



Uniteli al sugo continuando la cottura per altri 10-15 minuti 10, lasciando amalgamare per bene i sapori. A questo punto il vostro piatto di salsiccia e fagioli è pronto, aggiungete del rosmarino tritato un filo d'olio a crudo e servite!



CONSERVAZIONE

Salsiccia e fagioli si conservano in frigorifero fino a 2 giorni, basterà scaldare prima di servire. Se avete utilizzato ingredienti freschi potete anche congelare il tutto!

CONSIGLIO

Cuocete i fagioli giusto il tempo necessario affinché si ammorbidiscano senza che però si sfaldino.

Se volete utilizzare i fagioli precotti sarà sufficiente utilizzare circa il doppio rispetto la quantità indicata e proseguire con la cottura nel sugo!

Aggiungete al soffritto della cipolla un trito di peperoncino per un risultato piccante

Valerio M.

HAMBURGER DI FAGIOLI ROSSI VEGAN

PRESENTAZIONE

Se siete alla ricerca di un'alternativa vegetale ai classici **hamburger di carne**, il **burger di fagioli rossi vegan** è la soluzione perfetta. Sano, ricco di proteine vegetali e incredibilmente saporito, questo **panino** si prepara con pochi ingredienti semplici e si adatta a ogni occasione: dalla cena leggera al pranzo fuori casa, fino al barbecue tra amici.



Vi guideremo passo dopo passo nella preparazione di un **burger vegano fatto in casa**: l'impasto a base di **fagioli rossi**, carote, cipolla rossa e semi di lino si prepara in pochi minuti e, dopo un breve riposo in frigorifero, si trasforma in polpette compatte e dorate. Il tocco gourmet arriva con i pomodorini confit e formaggio spalmabile vegetale Philadelphia, per un panino 100% plant-based dal gusto pieno e dalla consistenza irresistibile. Il burger di fagioli rossi vegan è una ricetta perfetta se seguite una **dieta vegana** o se semplicemente volete inserire più **piatti vegetali** nella vostra alimentazione, senza rinunciare al gusto.

Se volete sperimentare altre varianti di **burger vegani** provate anche queste ricette:

Calorie per 3 burger	
Energia	Kcal 969,6
Carboidrati	g 141,4
di cui zuccheri	g 23,3
Proteine	g 41,1
Grassi	g 29,7
di cui saturi	g 7,1
Fibre	g 34,3
Sodiom	g 920,9

INGREDIENTI	
Panini per hamburger	3
Fagioli rossi precotti	300 g
Carote	1
Cipolle rosse	½
Semi di lino macinati	2 cucchiaini
Olio extravergine d'oliva	1 cucchiaio
Sale fino	1 cucchiaino

PER FARCIRE	
Formaggio spalmabile vegetale Philadelphia	150 g
Lattuga	q.b.
Pomodorini ciliegino 100 g	100 g
Zucchero di canna 20 g	20 g
Aceto balsamico 1 cucchiaino	1 cucchiaino
Olio extravergine d'oliva	q.b.
Sale fino	q.b.

PREPARAZIONE

COME PREPARARE IL BURGER DI FAGIOLI ROSSI VEGAN

Per preparare il burger di fagioli rossi vegan mondate la cipolla e tagliatela a piccoli pezzi. Pelate le carote.



Tagliate le carote a pezzetti grossolani, dopo in una padella scaldate un filo d'olio e versate le cipolle e



Rosolate le verdure finché non saranno morbide, ci vorranno circa 10 minuti, quindi salate. Trasferite le verdure in un mixer e aggiungete i fagioli rossi precotti, scolati dal loro liquido di conservazione.



Aggiungete i semi di lino, il sale e l'olio.



Frullate fino a ottenere un composto omogeneo. Versatelo in una ciotola e aggiungete altri semi di lino, quanto basta a rendere l'impasto compatto ed evitare che i burger si rompano in cottura. Mescolate e lasciate riposare il composto in frigorifero per tutta la notte.



Nel frattempo preparate i pomodorini confit: divideteli a metà e adagiateli in una padella con un filo d'olio, un pizzico di sale, lo zucchero di canna e un cucchiaino di aceto balsamico.



Lasciateli cuocere per 5 minuti, giusto il tempo che si ammorbidiscano e si caramellino leggermente.

Trascorso il tempo di rassodamento dell'impasto dei burger, prendete una teglia foderata con carta forno e posizionate sopra dei coppapasta ad anello di 8 cm di diametro. Riempite gli stampi con l'impasto e pressateli bene con il fondo del cucchiaio, così da compattarli.



Estraete il coppapasta per dare forma ai vostri burger. Scaldate l'olio in una padella e adagiate qui i burger.



Cuoceteli per circa 5 minuti per lato, finché non risulteranno ben dorati. Ora siete pronti per assemblare il tutto: spalmate il formaggio spalmabile Philadelphia sulla base del pane e adagiate sopra il burger.





Proseguite con una foglia di lattuga e i pomodorini confit. Chiudete il panino con la calotta del pane e procedete in questo modo per assemblare anche gli altri. Il vostro burger di fagioli rossi vegan è pronto per essere gustato!

CONSERVAZIONE

Consigliamo di consumare subito il burger di fagioli rossi vegan.

I burger di fagioli cotti si possono conservare in frigorifero per 2 giorni. Potete congelarli dopo la cottura.

I pomodorini confit si possono conservare in frigorifero per un paio di giorni.

CONSIGLIO

Se non avete abbastanza tempo potete lasciare riposare l'impasto in frigo anche solo per mezz'ora, ma in quel caso vi consigliamo di aggiungere del pangrattato per ottenere la giusta consistenza.

Valerio M.

CREMA DI FAGIOLI

PRESENTAZIONE

La crema di fagioli (frijoles refritos) è una pietanza molto usata in Messico per accompagnare piatti tipici locali a base di pollo e carne.

La preparazione della crema di fagioli è alquanto semplice, ma un po' lunga poiché i fagioli richiedono un ammollo di 12 ore e successivamente una cottura di almeno 1 ora.

Calorie per porzione	
Energia	Kcal 365,1
Carboidrati	g 34,6
di cui zuccheri	g 2,2
Proteine	g 11,5
Grassi	g 21,2
di cui saturi	g 12,8
Fibre	g 8,5
Colesterolo	mg 53,8

INGREDIENTI	
Fagioli neri secchi	200 g
Cipolle	100 g
Burro	100 g
Sale fino	q.b.
Cumino in polvere	la punta di 1 cucchiaino
Coriandolo in polvere	la punta di 1 cucchiaino
Pepe nero	q.b.

PREPARAZIONE

COME PREPARARE LA CREMA DI FAGIOLI (*FRIJOLE REFritos*)



Per preparare la crema di fagioli mettete i fagioli in ammollo in abbondante acqua fredda per 12 ore (sarebbe meglio che li metteste in ammollo la sera prima lasciandoli in acqua per tutta la notte) **1**. Trascorso il tempo di ammollo, sciacquate i fagioli e scolateli. Continuando nella realizzazione della nostra crema di fagioli, mondate e pelate la cipolla e l'aglio, tritateli e poneteli in un tegame con il burro fuso **2** ad appassire **3**;



aggiungete i fagioli **4**, il pizzico di cumino e di coriandolo **5**, coprite con dell'acqua calda **6** e lasciate sobbollire per circa un'ora, fino a che i fagioli si saranno inteneriti, poi aggiustate di sale e pepate.



Prendete 3/4 di fagioli, schiacciateli con una forchetta o frullateli **7**; mischiate poi la purea di fagioli con quelli interi **8**; e ponete la crema di fagioli ottenuta in 4 ciotoline individuali che avrete tenuto al caldo **9**.

CONSIGLIO

Potete spolverizzare la superficie della crema di fagioli con coriandolo fresco tritato e dei piccoli pezzetti di "queso asadero" (formaggio locale sostituibile con la nostra mozzarella).

Invece dei fagioli neri utilizzate pure i borlotti o i pinto!

In alternativa al burro potete utilizzare lo strutto, rendendo così la vostra crema ancora più densa e gustosa.

Valerio M.