

Con i servizi
dei ragazzi

Le nostre idee
e le vostre

San Lorenzo e
non solo

Cosa dicono di
noi gli altri

Le interviste e
gli speciali

il Punto di Svista



numero di
prova

il giornale dei ragazzi di San Lorenzo, e non solo - Roma

QUI COMINCIA
LA NOSTRA
AVVENTURA

I ragazzi

Salve, siamo gli editori, i redattori, i "giornalisti" e tutti i collaboratori di questo giornalino.

Frequentiamo via dei Sabelli, a San Lorenzo, Roma. Una strada con alcuni "luoghi" dove ci incontriamo per qualche ora al mattino o nel pomeriggio; per trovare un momento tutto nostro di confronto, di gioco, di "riparo" e di "pensiero". Siamo adolescenti, dai 12 ai 18 anni circa, e con noi c'è anche qualche giovane adulto e qualcuno meno giovane, tutti disponibili a mettersi in gioco. Ognuno di noi ha una sua storia passata e ora un'adolescenza che, se da una parte fa sentire grandi, dall'altra pone tanta confusione, paura, cambiamenti, dubbi e problemi. E' la voglia di crescere che ci ha portati a scegliere di iniziare un viaggio faticoso ma anche affascinante. E il nostro incontrarci è un po' come andare in una verde oasi nel deserto dove chi ha deciso di affrontare un lungo cammino attraverso mille peripezie ha bisogno, di tanto in tanto, di fermarsi all'ombra di verdi palme per ripararsi dal sole e dai venti, per dissetarsi, riposare, fare nuove provviste e poter continuare il viaggio ben equipaggiati. Il bello è anche nel raccontarsi con altri viaggiatori le avventure, le difficoltà incontrate, le scoperte fatte, tra una battuta e l'altra, un gioco, una risata, i propri pensieri e i propri punti di vista, anzi: di Svista!. E a proposito di punti di vista, abbiamo iniziato a osservare cosa accade nel mondo e a voler dire un po' la nostra. L'occasione è venuta grazie all'aiuto del Comune di Roma che ha finanziato una serie di laboratori terapeutico-riabilitativi alla Neuro-infantile di via dei Sabelli fra i quali anche questo di giornalismo. Per i laboratori vengono utilizzati spazi, esperti e volontari del-

I ragazzi di San Lorenzo, e non solo, insieme ai volontari del Cocomero hanno fatto questo giornale

Questo è il primo numero

Il Punto di Svista

Quello che avete tra le mani è il numero di prova di il Punto di Svista. E' un'esperienza nata in collaborazione con l'assessorato per le politiche dell'infanzia e della famiglia.

Il progetto è partito da una serie di iniziative con i volontari del Grande Cocomero e con gli operatori della Neuro-infantile. Senza dimenticare tutti i ragazzi di San Lorenzo. Questa, almeno, è la nostra intenzione. L'intenzione di far parlare loro: i ragazzi. Farli

parlare di come vedono il mondo o di come lo vorrebbero vedere. Costruendo il dibattito insieme ai più grandi. E' proprio il dialogo quello che viene cercato in particolare modo. Non troverete facilmente la cronaca nera e le notizie strillate a tutta pagina.

Insieme ai ragazzi abbiamo cercato di evitarle apposta. Pensiamo ci sia già troppa violenza nei quotidiani e nei tg. Le tematiche però non sono solo quelle "per ragazzi", un pochino di serietà abbiamo provato a metterla. Anche un pochino di professionalità. Almeno quella che siamo riusciti a ottenere in un paio di mesi di corso.

Il risultato è certamente migliorabile, come tutto del resto e, con simili collaboratori, lo faremo certamente. Ci siamo posti, nell'affrontare l'impresa, come si sarebbe dovuto porre un editore. Già, abbiamo fatto gli editori. Ci siamo interessati di tutto quello che riguarda un giornale: dalla redazione alla distribuzione passando per la grafica e gli apparati amministrativi.

Abbiamo cercato di tenere in considerazione un po' tutto senza dimenticare il perché si fa un giornale e "per chi" si fa un giornale.

Con una vera riunione di redazione abbiamo deciso gli argomenti e gli articoli. Sempre in maniera collettiva e democratica abbiamo scelto il nome, la forma e il numero delle pagine. Non crediate che sia stato difficile, anzi. Vi sembrerà strano ma ci siamo divertiti un mondo. Ovviamente ci sono molte cose da migliorare. Per adesso vi auguriamo buona lettura.

I ragazzi e i volontari del Cocomero



l'associazione Il Grande Cocomero, sempre in via dei Sabelli. Il gioco sta prendendo forma con questo primo numero di Il Punto di Svista che dedichiamo a chi sta crescendo e a chi è già cresciuto, a chi il mondo lo vede a colori e chi in bianco e nero, a chi ci ama e chi amiamo, e a tutti voi che con la nostra stessa curiosità state entrando nella nostra avventura.

Al carnevale di San Lorenzo per mettersi in gioco



Per imparare siamo andati da Metro

Non per una semplice gita ma per vedere come lavorano i "grandi"

il Punto di Svista

Per fare un giornale la cosa migliore è vedere come lo fanno i "grandi". Così siamo andati a visitare un grande giornale: *Metro*. E' il giornale che trovate, gratuito, nella metropolitana e in molti altri punti disseminati su Roma. A farci da Cicerone è stata Orietta Cicchinelli che, con la sua incredibile simpatia, ci ha fatto visitare tutto il palazzo dove *Metro* viene realizzato. Abbiamo incontrato per prima Laura, si occupa della pubblicità. Ci ha spiegato come è difficile e al tempo stesso importante l'acquisizione della pubblicità, soprattutto per un giornale come *Metro* che non riceve finanziamenti statali. Siamo quindi passati al Marketing, il reparto che si occupa di trovare nuove soluzioni per la promozione del giornale. Ci ha colpiti la campagna sulla promozione di *Metro* dove alcune persone vestite da Spiderman davano, ai passanti, il giornale

insieme al materiale pubblicitario. Orietta ci ha fatto fare una breve "riunione di redazione" illustrandoci i problemi che affrontano quotidianamente i giornalisti; lei, ad esempio, è in attesa di un'intervista con Renga

da quasi una settimana. Al piano superiore abbiamo incontrato il capo redattore, Stefano, e Giulio, il correttore di bozze, una figura mitica nelle redazioni. Nell'occasione abbiamo visto

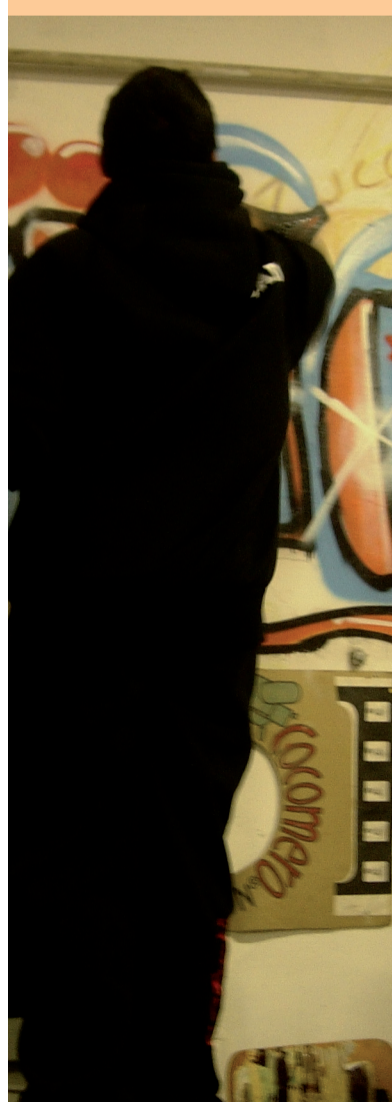
anche il numero che sarebbe uscito il giorno dopo con la campagna ecologica che *Metro* intraprenderà nei prossimi giorni. Stefania ci ha illustrato nei dettagli come si svilupperà: verranno fatti una serie di servizi dove

varie tematiche saranno sempre più approfondite. Abbiamo visto anche come vengono lavorate le immagini da Paolo, un vero mago. Infine abbiamo incontrato il direttore responsabile che ci ha augurato buon lavoro oltre a dare la sua disponibilità a parlare con la tipografia in modo da fare una visita anche alle rotative, un'esperienza sicuramente importante per chi vuole capire in profondità il processo di produzione di un giornale. Con Orietta siamo rimasti d'accordo per un'altra visita appena possibile. Lei si è dimostrata veramente gentile e disponibile, cercheremo di non perderci di vista. Alla fine siamo andati via un pochino dispiaciuti, volevamo fare altre domande ma il tempo a nostra disposizione era terminato. Siamo usciti tutti molto contenti salutando Renè, la segretaria di redazione, una vera e propria colonna portante di *Metro*.

Foto ricordo



Writer



Elezioni: che svista!

C'è polpa nella zucca?

di Clara

Le ultime elezioni per eleggere il nuovo governo si sono svolte in tutta Italia il 13 e il 14 aprile 2008 a seguito dello scio-

glimento anticipato del Parlamento. In numerosissimi seggi elettorali, tutti gli italiani esprimevano le loro preferenze politiche segnando con un solo simbolo un

solo partito della lista datagli. Alcuni giovani vorrebbero che il nuovo governo abolisse la disparità fra ricchi e poveri e che non ci sia più nessuno a proteggere le fasce sociali ricche se si vuole avere un'Italia unita, e che i politici facciano almeno in parte quello che hanno promesso, anche se, come in molti forse fanno, la maggior parte erano solo slogan per farsi votare. Non solo maggiorenni ma anche ragazzi di età compresa fra i 14 e i 17 anni hanno da ridire su alcuni punti del programma propinati agli elettori, un esempio su cui si basano in molti è la pressione fiscale. Una nota positiva

del nuovo governo è che vi è stata un'ampia maggioranza di voti, e non ha scuse per non fare quello che ha promesso agli italiani visto che gli strumenti necessari per farlo li ha.

Il Condominio di Via dei Sabelli
 presenta:
L'IMPORTANZA DI CHIAMARSI ERNESTO
 di Oscar Wilde
 il 27 e 28 Giugno
 teatro della scuola Saffi
 via dei Sabelli 119

Il laboratorio di cortometraggio
 sta lavorando, quest'anno, alla realizzazione del corto:
CAMBIA MENTI
 Scritto, diretto, recitato dai
ragazzi/e di Via dei Sabelli

Spazzatura? Elettromagnetismo? Energia Nucleare? No grazie!

Quante antenne sono spuntate a San Lorenzo?

di Maria Paola

Tra le varie forme di inquinamento che ci danneggiano e ci preoccupano, ce n'è uno tutto particolare: l'inquinamento da elettromagnetismo; diversamente dagli altri, è un "nemico invisibile"!

Gli attuali sistemi di telefonia mobile funzionano a frequenze tra i 900 ed i 1800 MHZ (gli UMTS arrivano fino a 2150 MHZ!). I campi elettromagnetici, entro questo intervallo, penetrano nei tessuti esposti e producono riscaldamento a causa dell'assorbimento di energia. Questo riscaldamento viene in genere rimosso dai normali processi di termoregolazione di un fisico sano. Ma l'esposizione cronica ai campi elettromagnetici inizia

negli anni a provocare patologie degenerative.

Dalle indagini scientifiche si evince come le onde elettromagnetiche colpiscono principalmente organi come il cristallino e le gonadi.

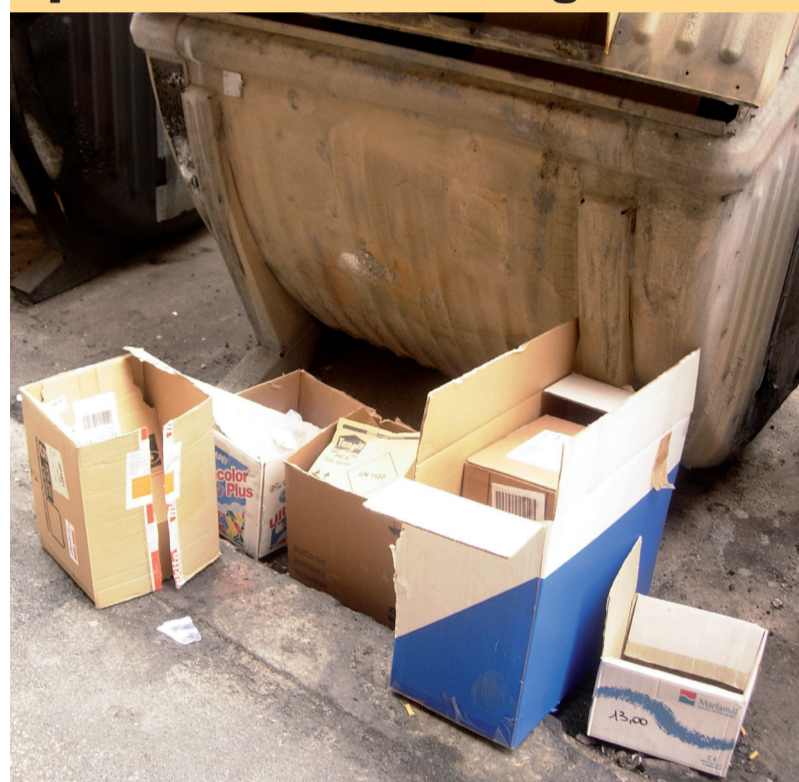
Sono stati riscontrati danni in altri apparati dell'organismo, come il sistema nervoso centrale e il sistema cardiovascolare. I sintomi più frequenti sono: cefalea, perdita di memoria, insonnia, irritabilità, sonnolenza, diminuita capacità sessuale. Sono state evidenziate variazioni dei livelli ormonali regolati dal sistema ipotalamo-ipofisi-ghiandole endocrine e alterazioni dei sistemi emopoietico ed immunologico. Ma non vogliamo ammorbarvi sui dati scientifici da cui chi fa soldoni nel campo della telefonia mobile

si guarda bene dal pubblicizzare o dal promuovere e finanziare ulteriori indagini epidemiologiche. Vogliamo dirvi che possiamo fare anche noi qualcosa per ridurre questo danno. Innanzi tutto pretendere dalle autorità competenti che l'installazione delle antenne della telefonia mobile avvenga lontano dai centri abitati. Poi, imparare ad usare il sicuramente comodo telefonino per lo stretto indispensabile preferendo il telefono fisso. E ancor meno usarlo per inviare foto. In questo caso le onde elettromagnetiche sviluppate sono molte di più. Chiedersi, prima di chiamare, se è veramente necessario. Ma non è meglio che quando abbiamo voglia di sentire qualcuno decidiamo di incontrarlo al bar o ai

giardini o in giro per la città, al cinema o dove ci piace di più? E perchè da quando c'è un'antenna qui vicino alla

sede del Grande Cocomero le immagini dei nostri computer (e quelli del liceo Machiavelli) traballano?

Spazzatura di tutti i giorni



Carnevale



Migliorare l'ambiente?

Ce lo siamo chiesto e diciamo che ...

i ragazzi

Di fronte alle notizie catastrofiche che leggiamo su come stiamo distruggendo l'ambiente, intristiti e impotenti ci chiediamo "ma è solo colpa degli altri, possiamo fare qualcosa?". Ci abbiamo riflettuto un po' insieme e abbiamo considerato che possiamo: 1) fare anche noi con attenzione la raccolta differenziata; 2) evitare di acquistare oggetti le cui confezioni siano esageratamente grandi rispetto all'oggetto venduto; 3) acquistare, se possibile, i saponi liquidi dagli appositi distributori "alla spina" che alcuni supermercati mettono a disposizione per evita-

re sprechi di plastica; 4) chiudere il rubinetto dell'acqua quando non ci occorre; 5) chiudere l'interruttore della luce o degli elettrodo-

mestici quando non ci servono; 6) riusare possibilmente bottiglie di plastica e la carta; 7) cercare di utilizzare lampadine ed elettro-

domestici a basso consumo. La lista è lunga ma è già abbastanza per iniziare a fare anche noi qualcosa di utile.

associazione di volontariato

Mama Africa

Mama Africa

..Mama Africa
Mi hai portato nel tuo ventre...

Ho succhiato il latte del tuo cuore...

Oggi sono donna...

Ma è a te che vengo...

..Mama Africa

Deolinda Rodrigues

Susca e Mano Armata: piccole band..

La musica al Grande Cocomero

di Priscilla, Stefani,
Costanza e Manila

L'Italia è piena di band musicali che suonano in garage e che aspettano solo di essere notate. Molti di questi hanno iniziato a suonare in feste tra amici e soprattutto in locali, tra speranze di una possibile discografia e soprattutto di popolarità. Non esitano a creare i propri siti pieni di curiosità e soprattutto di speranze. Sono ragazzi come noi che vogliono scoprire le proprie passioni attraverso la musica e innanzitutto inseguire i propri sogni. Noi ragazzi del Cocomero abbiamo avuto la possibilità di intervistare uno di questi gruppi emergenti che come noi sono appassionati di musica, ma che intraprendono questa passione per divertirsi e stare insieme. Questo gruppo che abbia-

i Susca



mo intervistato si chiama Susca, il soprannome del batterista. Gli altri membri del gruppo sono: Adriano alla chitarra, Ciccio alla voce e alla chitarra solista, Daniele alla tastiera, Franco al sax tenore e Massimo al basso. I Susca suonano in genere Easy-rock e amano far divertire il loro pubblico con le loro simpatiche storie e i loro scherzi ma anche le

loro esperienze personali. Il gruppo, quindi, fa musica al solo scopo di divertirsi; non ha veri e propri ideali, ma tutti i membri si rispettano sempre con gioia e con lo spirito di trasmettere emozioni belle. Per ulteriori informazioni si può visitare il sito www.myspace.com/suscastar. Mentre i Mano Armata si sono costituiti nel 2006. Hanno iniziato a fare free-

style a scuola insieme ad altri ragazzi. La passione per il rap gli ha fatto sentire il bisogno di far nascere un vero e proprio gruppo. Inizialmente erano in quattro mentre la formazione attuale è composta da Sfratto (Andrea) e Kiwa (Letizia). Il loro obiettivo è cercare di fare un disco che catturi l'attenzione di tutti senza scopi commerciali mettendo

a nudo i loro ideali senza compromessi. Non seguono modelli fissi ma si ispirano al rap e al funky pur mantenendo la loro identità e l'interesse per le tematiche sociali e l'idea della musica come canale di sfogo della "rabbia, della passione e del fuoco". Il loro scopo è quello di convivere con persone, anche al di fuori del loro genere, problematiche universali per combattere la solitudine. Non spaventatevi per il loro nome, perchè sono armati di microfono e tanto talento, i proiettili in questo caso sono le idee e senza dubbio la comunicazione di certe realtà odierne. Il loro cavallo di battaglia è "Manie di persecuzione" che racconta dei disagi sociali e personali dovuti all'emotività negativa che a volte fa regredire in un limbo caotico.

Michael



Michael Jackson: the King of Pop

La star che ha costruito le basi di questo genere di musica

di Emanuel

La storia di quest'uomo dai mille volti è iniziata nel 1970, Michael inizialmente cantava insieme a cinque dei suoi fratelli. Per circa dieci anni si è affermato come uno dei migliori cantanti del continente americano. Alla sola età di dodici anni, all'inizio degli anni '80, decide di cantare come singolo e pubblica il suo primo album: *Aff the wall*. Tre anni dopo, esattamente nel 1983, dopo aver conosciuto Quincy Jones, esce

l'album più venduto di tutti i tempi: *Thriller*. L'anno successivo gira assieme al regista John Landis un cortometraggio di quindici minuti, dove balla e canta la canzone *Thriller*. Nel 1985 collabora con Steven Spielberg per il film *ET*, dove svolge il ruolo di narratore (nella versione americana) che ha un grande successo in tutte le sale mondiali. Nel 1987 realizza il suo secondo album: *Bad*. Anche questo registra un forte record di vendite.

Durante quest'anno Jackson produce un film diretto da lui stesso in persona: *Moonwalker*. Nel 1991 collabora insieme a dei bambini per l'uscita dell'album *Dangerous*, in cui vi è un filmato girato con la tecnica in 3D: *Black or White*. Dal 1993 è accusato di atti di pedofilia verso minori. Michael ne esce assolto l'anno seguente, anche se ricade nel 2003. Questo avvenimento lascerà segni profondi sulla sua carriera che si sentono ancora oggi.

Mano Armata



Andare al cinema è un bel modo per rilassarsi

Soprattutto dopo una giornata faticosa

di **Daniele e Valeria**

Sono andato a vedere due film: **Spiderman 3** e **Io sono leggenda**.

In *Spiderman 3* il protagonista si chiama Peter Parker. Ha i poteri di un ragno. Li ha avuti quando, facendo una gita a un museo, un ragno colpito da raggi strani ha morso Peter trasferendogli incredibili poteri.

Dopo che ricevette questi poteri cominciarono ad arrivare anche i nemici tra cui Goblin, in *Spiderman 1*, Dotti Dom, in *Spiderman 2* e Goblin Junior in questo ultimo film. Goblin Junior sarebbe il ritorno di Goblin dove dopo diventa amico e non nemico di Spiderman, che combattono dopo un po' di giorni contro l'uomo sabbia. Dopo il primo incontro con l'Uomo sabbia Spiderman riceve un potere soprannaturale da un piccolo alieno.

Dopo Spiderman riesce a liberarsi da questo alieno e si impossessa di un collega di Peter Parker, che era un fotografo e voleva vendicarsi perché gli aveva rubato il posto fisso e il collega ricevette questi poteri.

La prima cosa che fece si alleò con l'Uomo Sabbia e Venom. Arrivano i rinforzi perché viene in aiuto Goblin Junior e alla fine purtroppo Goblin Junior si sacrifica per salvare Spiderman e viene ucciso. Dopo Peter Parker e Mary Jean vanno al funerale di Goblin Junior.

Il film *Io sono leggenda* è ambientato a New York, inizialmente la città è tranquilla ma arriva una vespa che quando punge una persona, la persona si trasforma in pipistrello. L'unico che sopravvive è un uomo che si deve salvare andando su un'isola molto particolare per prendere l'antidoto.

Alla fine il protagonista ci riesce e porta l'antidoto e fa ritornare tutto come prima. Le persone non

sono più pipistrelli ma sono ritornate persone, grazie all'antidoto.

Come indicato nel titolo, andare al cinema è un buon modo per rilassarsi

perché offre la possibilità di "staccare la spina" soprattutto a conclusione di una pesante giornata. Arricchisce la mente e lascia spazio alla conoscenza

za e alla fantasia. A nostro avviso, inoltre, aiuta a sviluppare una adeguata capacità critica rispetto a un mondo pieno di sfumature come quello del cinema.

Il film è stato bello oppure no?



I film che vi suggeriamo

Una indagine su quali sono le nostre preferenze

il Punto di Svista

Ecco il nostro piccolo sondaggio sui film che vogliamo suggerirvi.

Stefani ha visto *Step Up 2*, lo definisce interessante e adrenalinico.

Mirko suggerisce *Io sono leggenda* perché è un film di fantasia bello ma un po' pesante.

Filippo è andato a vedere *Next*, ma lo trova noioso, una storia già vista.

Francesca D. *The Eye*: è un horror, "occhio! non mi ha fatto paura".

Emanuele, che è fiero di avere questo nome, ha visto *Salvate il soldato Ryan*, e dato che "è molto tempo che non vado al

cinema è evidente che il film mi è piaciuto molto, anche se un po' pesante". Priscilla è stata colpita da *Qui dove batte il cuore*, trasmesso molto tempo fa da Rai Uno, "mi è piaciuto perché la protagonista è riuscita a fare tutto da sola con molto coraggio". Maria Paola suggerisce *Tutta la vita davanti*, con Sabrina Ferilli, "perché esprime con molta tenerezza la problematica dei giovani adulti lanciando un messaggio di solidarietà".

Francesca L. propone il film *Come te nessuno mai* che esplora l'amicizia fra gli adolescenti.

Per Simona *La promessa dell'assassino* perché è una storia semplice anche se ingarbugliata, lo stesso

per Valeria. Cinzia: *Star Dust* "perché è molto simpatico".

E' bellissimo!



Un'associazione di volontariato

I problemi di gestione economica che si incontrano

a cura di Pierfrancesco

Ho chiesto a Manuela, che si è occupata della gestione del Cocomero, quali sono i problemi che si incontrano.

La gestione economica di un'associazione di volontariato "puro" come il Grande Cocomero non richiede molti contatti con gli uffici amministrativi dello Stato e questo è un bel vantaggio perché, altrimenti, sarebbe necessaria una persona che si occupasse a tempo quasi pieno di tutti gli adempimenti da svolgere. In realtà il nostro unico "obbligo" è di mantenere l'iscrizione al Registro del Volontariato della Regione Lazio; per fare questo si deve inviare il resoconto economico dell'attività dell'associazione. In pratica si tratta di rendicontare le entrate e le uscite dell'associazione.

Le entrate sono formate dal pagamento dei progetti ai quali partecipiamo, dalle tessere dei soci, da eventuali donazioni. Le

uscite sono costituite da tutte le spese sostenute dall'associazione: i materiali per i laboratori, per la manutenzione della sede, le utenze (luce, acqua, telefono...soprattutto telefono!) e tutte quelle piccole cose necessarie allo svolgimento delle attività settimanali.

Nella gestione di un'associazione pura come la nostra la cosa più difficile è mantenere proprio questa purezza, soprattutto per quanto riguarda il ruolo e la funzione del volontario; questo, per definirsi tale, non deve percepire un pagamento per la sua attività, a parte eventuali rimborsi per le spese sostenute, proprio questo ci differenzia dalle tante associazioni che sono nate in questi ultimi tempi. Sempre più spesso troviamo persone che pur definendosi volontari in realtà prestano la loro opera "sociale" dietro pagamento di uno stipendio ed è grande la confusione che regna nel mondo dell'associazionismo.

Noi del Cocomero ci siamo

scontrati con questa "anomalia": le istituzioni non capiscono che noi non traiamo beneficio dai locali che abbiamo in affitto, sono spazi a disposizione per i nostri laboratori (gratuiti per i ragazzi)...in parole povere non siamo una birreria!

Quando il Comune di Roma ci ha prospettato l'aumento dell'affitto abbiamo evidenziato questa nostra caratteristica confidando nel riconoscimento della nostra "utilità sociale" e cercando di ottenere un canone agevolato. Anche partecipare ai progetti per ottenere finanziamenti è sempre più difficile perché trovare una "nicchia" per noi non è facile: il nostro personale è formato solo da volontari ed è complicato tradurre il loro lavoro in giornate/lavoro con ferie e permessi come se fossero dei dipendenti.

Sembrerà strano eppure le cooperative o le associazioni "lavorative" hanno molta più facilità di noi a reperire fondi e a gestire tutto l'iter di un progetto. Fortunatamente la collaborazio-

Il bruco



ne del Cocomero con il reparto di NPI del Policlinico ci permette di svolgere la nostra azione al meglio senza essere stritolati dalla burocrazia che circonda il business dell'associazionismo. Siamo riusciti a richiedere i finanziamenti statali tramite la destinazione del 5x1000. Certo ancora molto resta da fare: essere più precisi con i documenti inviati alla SPES (un organismo finanziato dalla

regione Lazio che ci aiuta nella redazione del resoconto economico annuale), migliorare la comunicazione tra i soci in modo che tutti possano sentirsi responsabili della gestione del Cocomero...ma, soprattutto, rendere sempre più chiaro il ruolo del volontario e la ricchezza di un'associazione come la nostra in un mondo che, sempre di più, subordina anche la solidarietà sociale al reddito.

Carnevale



Il laboratorio musicale

Un'esperienza, una risorsa

di Simone

La musica, al Cocomero è una risorsa fondamentale. In particolare nel laboratorio di Giovedj.

Il divertimento è essenziale per trasformare la sala prove in un vero e proprio mix di stili musicali diversi dall'hip hop alla commerciale, dal brutal al jazz tzigano, dai bambini piccoli ai bambini adulti. Dal laboratorio naquero molte serate nel cuore della san lorenzo by night. Con molta passione affronto l'idea di stabilire un rapporto attraverso la

musica con "i ragazzi di via dei sabelli". Nel laboratorio protetto, e con la supervisione di Graziella, ci riuniamo per esperimenti sonori di tutti i tipi, lasciando che la tecnica la fantasia e la passione trovino il connubio perfetto con l'armonia e magari per superare gli ostacoli delle paure più profonde.

Speriamo che venga presto messo in onda, su Zucca.tv il mio corso di chitarra, non appena qualcuno ci darà una mano a montare tutto il materiale girato.

Pensi che il giovedì sia un giorno del cavolo?
Fallo diventare un giorno del Cocomero!!



spazio degli adolescenti

sala prove
corsi base di strumento
laboratori musicali
laboratorio colore
writing

tutti i giovedì dalle 18:00
via dei sabelli 88a - via dei marsi 77
www.grandecocomero.org

Roma, a caccia dell'impresa

Il lavoro è stato lungo e faticoso ma alla fine è riuscito

di Mirko

Era una domenica soleggiata così io insieme ai miei amici romanisti siamo andati al campo di calcio vicino a casa mia, in zona Tor Tre Teste.

Ci siamo dati l'appuntamento alle 8.00 davanti alla scuola e poi, con i mezzi pubblici, siamo arrivati al campo da gioco verso le 10 e 15.

Gli altri undici compagni di scuola, che però in quella partita erano i nostri avversari, erano già al campo e già cambiati.

Noi, nella nostra squadra, siamo tutti romanisti. I nomi sono: Luca il portiere, Marco, Mario, Daniele e Luigi i difensori, Andrea, Francesco, Paolo e infine io eravamo gli attaccanti. Come punte invece c'erano Simone e Gianni. La partita al fischio d'inizio comincia.

Dopo alcuni passaggi filtranti da parte dei giocatori e un cross ben angolato da parte di Paolo e un colpo di testa di Andrea la

squadra romanista passa in vantaggio al decimo minuto.

Un altro gol arriva al quarantacinquesimo: Simone

con un tiro centrale nella porta sbalordisce il portiere della squadra avversaria e fa passare la squadra romanista 2 a 0.

Inizia il secondo tempo ma i nostri giocatori, dopo aver fatto un primo tempo da urlo, sono ora stanchi. Arriva il primo gol della squadra avversaria al ventinovesimo del secondo tempo ma questo non ci preoccupa perché siamo comunque in vantaggio.

I nostri giocatori, i romanisti, riescono a difendere bene per tutto il resto della partita così la nostra squadra riesce a vincere. Nella avversaria hanno giocato: Matteo, Alessandro, Pietro, Giovanni, Alessio, Lorenzo, Dario, Roby, Emanuele, Danilo e Roberto.

Ci siamo divertiti molti e la squadra avversaria ha giocato al meglio, anche se ha perso.

La prossima partita la giocheremo questa estate nello stesso posto.

I campioni



La sfida: contro il Palocco è andata secondo i pronostici

3 a 0 per l'Infernetto

di Pierfrancesco

L'associazione calcistica Infernetto, una squadra di calcio romana ha battuto il 10 dicembre 2007 il Palocco calcio per 3 a 0. Ho giocato da titolare,

anche se non ho segnato ho preso una traversa al 30' del primo tempo. La partita si sblocca con il gol di Alberto al 35', un pallonetto che ha sorpreso il portiere del Palocco. Al 40' su azione

dell'Infernetto in contropiede Staccioli sbaglia e non trovando lo specchio della porta.

Il gol del 2 a 0 arriva ai primi minuti del secondo tempo su rigore trasformato da Marco che ha eseguito con freddezza. Il rigore è stato dato dall'arbitro per presunto fallo su Luigi.

Al 30' del secondo tempo arriva il 3 a 0 firmato da Luigi attaccante dell'Infernetto. Luigi si conferma capocannoniere con 11 gol.

La vittoria per Infernetto è stata schiacciante. L'infernetto si conferma prima in classifica con 15 punti e 20 gol segnati. Secondo le statistiche 11 gol sono stati segnati, come già detto, da Luigi e gli altri 5 dal resto della squadra.

A questo punto è presumibile che l'Infernetto possa vincere il campionato.

L'allenatore Mario è soddisfatto della prestazione agonistica dei suoi ragazzi.

Videoreporter



Alimentazione e benessere

Una dieta a base di latte, frutta e verdura per allontanare le malattie

di Francesca

Una dieta a base di latte, frutta e verdura associata a esercizio fisico, allontana le malattie degenerative delle ossa e delle articolazioni. L'attività motoria è una medicina naturale da realizzare con volontà ogni giorno. Come del resto anche l'alimentazione deve apportare la giusta dose di calcio (latte, yogurt, formaggi freschi e molli, acqua minerale contenente calcio e magnesio), vitamina D (uova, pesce) e vitamina C (agrumi, frutta, verdura fresca e cruda).

Ingredienti questi la cui importanza ci è stata insegnata dalla longevità dei nostri nonni e dei nostri bisnonni. I nostri avi, dopo una intensa giornata di lavoro, tornaano a casa la sera con le braccia e le gambe spezzate dalla fatica e con il desiderio di un buon pasto a base di minestra e un buon

Benessere



letto dove finalmente riposa. Attenzione quindi alla vita sedentaria e all'obesità. Bandite, dunque, le merendine e gli snack ricchi in carboidrati, trigliceridi e colesterolo; via libera a pane e marmellata, succhi e frutta

fresca, torte e crostate fatte in casa. E in vista della bella stagione aggiungiamo sane passeggiate, corse in bicicletta, da soli, o, perché no, in compagnia dei nostri amici.

Simpatia



Ricette

Risotto alla zucca di Simona

Facile
Ingredienti per 4:
 500 g di riso per risotti
 200 g di zucca
 olio, sale e cipolla q. b.
 una noce di burro
 brodo vegetale q.b.

lavare, pulire e tagliare a pezzettini la zucca ben matura, facendola quocere con il coperchio in un tegame con dell'olio d'oliva, cipolla tritata riscaldato a fuoco lento; salare la zucca e mettere a riscaldare il brodo vegetale, preparato a piacere o con il dado o con sedano, carote e cipolla, messi a bollire in una pentola a parte. Quando la zucca si è ammorbidita e sembra quasi cotta, aggiungere il riso tutto insieme e mescolare; aggiungere regolarmente un po' di brodo fino a coprire il riso

e stare attenti a mescolare continuamente perchè non si attacchi alla pentola; aggiustare di sale e aggiungere cinque minuti prima del termine della cottura la noce di burro.

Il papocchio cocomerizio di Graziella

Facile
 Questo piatto è consigliato per feste numerose e mangerecce, ve lo proponiamo in dosi massicce:
almeno 3 chili di patate, mezzo chilo di tonno in scatola, 4 cucchiari di maionese e 3 di salsa tonnata, prezzemolo e basilico fresco, 4 limoni, un po' di sale.

Fate bollire le patate (ben cotte), pelatele e fatele raffreddare, schiacciatele e mischiatele insieme al succo di limone, al tonno (anche questo schiacciato), alla maionese, alla salsa

Una buona notizia

Il caffè è davvero utile per proteggere il fegato da cirrosi e carcinoma?

Milano: una tazzina di caffè espresso, secondo recenti studi da parte di scienziati italiani, protegge il fegato da malattie gravi come la cirrosi epatica e il tumore, soprattutto quando la persona è a alto rischio (in particolare, per esempio, forti bevitori di alcolici).

Attenzione però a non eccedere, perchè ciò potrebbe determinare effetti collaterali quali tachicardia e disturbi del sonno.

SCRIVI CHE TI PASSA ...

la 'Bottega delle parole' dei ragazzi di Via dei Sabelli
 Nel nostro laboratorio di poesia usiamo molta fantasia, ci divertiamo e parliamo mentre lavoriamo e scriviamo
 la nostra poesia è musica e nello stesso tempo unica piena di colori e la riempiamo di sapori.

tonnata, al basilico e prezzemolo tagliuzzato. Amalgamate bene il tutto. Assaggiatelo e se manca un po' di sale, un po' di maionese ed un po' di olio, aggiungetelo.

IL SEGRETO: fate l'impasto almeno un giorno prima tenendolo in frigo dentro una insalatiera.

Presentatelo su un grosso piatto di portata, spalmando in superficie un po' di maionese e decorandolo con olive, carote, rughetta, pomodorini e con quello che vi viene in mente dando libero spazio alla vostra fantasia!

Se avanza lo potete conservare in frigo anche per un po' di giorni ... è sempre più buonooooo.

Macedonia al cocomero di Cinzia

Ananas, cocomero, pesca, melone e cubetti di ghiaccio.

il Punto di Svista

è stato realizzato con il contributo di:

Assessorato per le politiche dell'infanzia e della famiglia XVI Dip. del Comune di Roma progetto: teatro, giornale, corto e poesia,
 Il Grande Cocomero, Costanza, Cinzia, Clara, Daniele, Emanuele, Enza, Filippo, Francesca, Francesca L., Francesca D., Graziella, Maria, Maria Paola, Manila, Manuela, Massimo C., Massimo S., Matteo, Mirko, Orietta, Pierfrancesco, Priscilla, Simona, Simone, Stefani, Valeria.

Potete mandare i vostri contributi all'associazione

Il Grande Cocomero, via dei Sabelli 88/a - 00185 - Roma - 06.4450606

www.grandecocomero.org - comunicazione@grandecocomero.org

Stampa: maggio 2008
 Centro Stampa De Vittoria Srl
 Via degli Aurunci 19
 00185 Roma - tel 064456346
 md4672@mclink.it