



# NewspaperGame

I.I.S.S. «E. di Savoia - P. Calamandrei» - Bari

## ELENA DI SAVOIA

ECOSISTEMA COMUNICAZIONE TRA GIOVANI E FUTURO

### Progetto ambiente la nostra scelta Verso un mondo più sostenibile

Oggi, siamo noi che vi parliamo, studentesse dell'Elena di Savoia di Bari. Noi stiamo studiando per un mondo sostenibile. Il nostro percorso formativo, in affiancamento operativo al gruppo di lavoro aziendale porterà ognuno di noi ad acquisire e sviluppare le proprie capacità di comprensione, analisi e approfondimento delle materie legate all'ambiente e alla sicurezza, concretamente applicabile alla realtà industriale/aziendale. La nostra scelta formativa si basa sull'approfondimento di tematiche che andranno a costituire un percorso di studi per il futuro. Siamo convinte che la salute ambientale debba coinvolgere tutti i processi fisici, chimici, biologici, esterni ad una persona. Essa comprende la valutazione e il controllo di quei fattori ambientali che possono influenzarne la salute; è mirata alla prevenzione delle malattie e alla creazione di ambienti favorevoli alla salute. Noi studiamo l'igiene ambientale che comprende sia gli effetti patogeni diretti da parte di composti chimici, radiazioni e agenti biologici, sia gli effetti spesso indiretti sulla salute ed il benessere derivanti da fattori ambientali dal punto di vista fisico, psicologico, sociale ed estetico. Studiare l'ambiente vuol dire occuparsi di un sistema di fattori naturali e antropici che hanno un effetto significativo sulla salute e sulla collettività. È l'insieme degli agenti fisici, chimici, biologici e dei fattori socio-culturali ed economici destinati ad avere un effetto diretto e indiretto sugli esseri viventi e sulle attività umane. Salvaguardare il nostro pianeta dall'inquinamento ambientale deve essere la sfida di noi giovani. Ci aspettiamo che il nostro paese la colga dandoci la possibilità di lavorare nel settore per cui ci siamo formati con passione e dedizione e che non ci deluda. Noi ci crediamo!

Paola Capasso  
Maria Lacalamita  
III-C ambientale



**PREVENZIONE**  
difendere  
la salute  
umana e  
ambientale

Salute un dono da salvaguardare

### L'importanza del cibo sano ed equilibrato

Da un'indagine condotta nella nostra scuola abbiamo scoperto che i nostri coetanei sottovalutano l'importanza del cibo sano eppure è stato dimostrato scientificamente come le sostanze presenti nel nostro cibo influenzano la nostra vita. Dimmi cosa mangi e ti dirò chi sei. Consumare cibo spazzatura è più rapido e dato che nell'epoca moderna si va di corsa ecco che i fast food hanno molto appeal fra i giovanissimi. Ma siamo sicuri che il cibo consumato mordi e fuggi ci nutre? Lo Scripps Research Institute di Jupiter in Florida ha fatto un esperimento sui topi dimostrando come venga recepito dall'organismo come una vera e propria droga. In laboratorio è stato dimostrato come gli alimenti, ai quali sono stati aggiunti sali, zuccheri e grassi, vanno ad agire sui recettori della dopamina.

In questo modo quindi si arriva alla dipendenza fisica, all'assuefazione; qualora poi questi recettori non vengano più stimolati, non assumendo più cibi grassi, il corpo si sente privato di una sostanza che di conseguenza richiede al proprio organismo, innescando il meccanismo della dipendenza. Con una dieta ricca di grassi viene aumentato anche l'ormone cui si implica lo stress. Allora attenti a non seguire diete scorrette si possono contrarre problemi cardiovascolari e di obesità, oltre a squilibri emotivi e psicologici. Con una dieta ricca di cibo spazzatura si è più inclini ad ammalarsi, alla depressione e alle dipendenze.

**UNA CORRETTA ALIMENTAZIONE** per una buona qualità della vita

Domenica Paparella  
Valeria Pace  
Rossana Quarto  
V-A sanitario



#### LE DIETE FAI DA TE

### Il nuovo problema degli adolescenti

Il problema delle diete fai da te è noto per di più nelle adolescenti. Infatti, dopo aver fatto un sondaggio in classe, si è riscontrato che molte ragazze che dovrebbero seguire una dieta equilibrata da un medico specialista, seguono drastiche diete fai da te prese nella maggior parte dei casi da internet, come per esempio, "la dieta della mela" basata solo sull'assunzione di 5 mele nell'arco della giornata. I nostri sono gli anni ossessionati dal culto della bellezza. Infatti, anche i ragazzi hanno iniziato a seguire diete per migliorare le proprie condizioni fisiche, addirittura le palestre hanno portato i giovani a fissarsi al tal punto di non assumere correttamente gli alimenti eliminando soprattutto le carni rosse. Non è chiaro ancora che la giusta assunzione di cibo deve essere indicata da una specialista e personalizzata in base alla persona.



**DIETA** fai da te, errore da evitare

Le fasi principali del trattamento sono la grigliatura, in cui le acque reflue vengono attraversate da griglie, sempre più strette, per trattenere i solidi più grossolani; dissabbiatura nella quale sabbia e pietrisco vengono utilizzati per trattenere i microrganismi. Alla fine del processo l'acqua diventa opaca.

Domenica Paparella  
Valeria Pace  
Rossana Quarto  
V-A sanitario

#### ACQUA È POSSIBILE RIUTILIZZARLA?

### Trattare l'H2O in laboratorio

Le acque reflue sono le acque la cui qualità è stata pregiudicata dall'azione antropica. Nella nostra scuola abbiamo appreso come trasformare le acque reflue in acque potabili. I parametri da prendere in considerazione per valutare la qualità dell'acqua sono: i parametri organolettici (colore, sapore); parametri chimico-fisici (temperatura, durezza); assenza di sostanze indesiderate (ferro, nitrati); assenza di sostanze tossiche (arsenico, piombo) e i parametri microbiologici (cocchi, bacilli). Durante la sedimentazione i solidi in sospensione ven-

gono eliminati, perché decantano. Dopo altre fasi, via via sempre più accurate, l'acqua diventa incolore e quindi pronta.

Monica Tempesta  
Paolo Lombardi



ACQUE reflue in acque potabili

**DIRIGENTE SCOLASTICO:**  
Giuseppe Scotto

**DOCENTI:**  
Patrizia Fatuzzo  
Dina Lasciarrea  
Daniela Paparesta

**REDAZIONE:**  
Paola Capasso  
Maria Lacalamita  
Monica Tempesta  
Paolo Lombardi  
Domenica Paparella  
Valeria Pace  
Rossana Quarto



**EDICOLA AMICA:**  
Raffaele Carella,  
Via Arturo Toscanini

**Elena di Savoia**  
per le professioni sanitarie e la tutela ambientale

Istituto d'Istruzione  
Secondaria Superiore

**Piero Calamandrei**  
per l'economia, il marketing e il turismo

## protagonisti del futuro

**Piani di Studio**

- > Chimica & biotecnologie ambientali
- > Chimica & biotecnologie sanitarie
- > Chimica & materiali
- > Tecnico Agrario Articolazione Produzioni e Trasformazioni

**Piani di Studio**

- > Tecnico Economico
- > Amministrazione Finanza Marketing & Turismo
- > Professionale Servizi Enogastronomia e Ospitalità Alberghiera
- > Corso serale

Le Scuole sono aperte  
ogni domenica fino al 23 febbraio dalle 10.00 alle 12.30

assistenza alle famiglie per iscrizioni on-line  
infotel 080 558 67 02 • [www.elenadisavoia.it](http://www.elenadisavoia.it)