

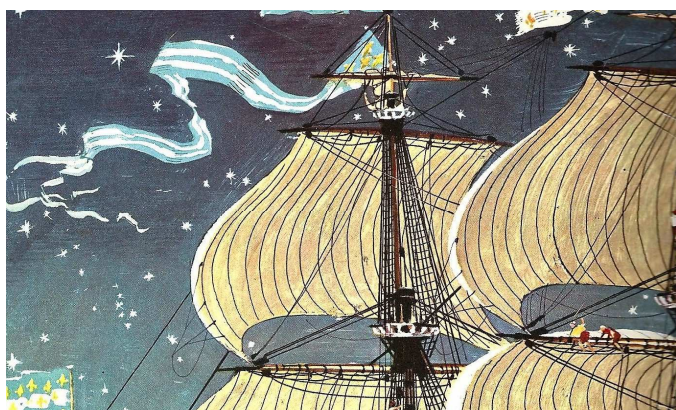
**t@ask**

t.ascolto2013@libero.it

LET'S TALK! - Anno V n° 2 - Marzo 2016



## LET'S GO! LET'S TALK!



“Squadra che vince non si cambia”, ma si rinnova e si allarga. Ci rinnoviamo affinché T.ask possa raccontare, ancor meglio e in modo più ampio di come ha fatto fino ad oggi, la realtà della nostra scuola, con notizie ed informazioni di carattere sociale, familiare, culturale, sportivo o relative ad ogni attività che possa essere utile condividere con il mondo dell'Einaudi. Scopriremo i nostri progetti, immediati e futuri, vivendoli insieme, passo dopo passo. E sarete solo voi, ragazzi, genitori, insegnanti, a segnare il passo delle prossime uscite, cercando – *“tuttiinsieme”!* - di fornire a chi ci legge qualcosa che risponda alle sue necessità, dando a tutti la possibilità di conversare e diffondere le informazioni che ci passeremo. La rete è ormai diventata una grande opportunità per quanti vogliono comunicare, uno spazio senza frontiere e barriere sul quale i nuovi media si confrontano e si rinnovano, un terreno fertile che va arato in *profondità e seminato con cura per poterne poi raccogliere i frutti*. Tutto ciò nel rispetto dei principi che ci hanno accompagnato in queste periodiche “uscite” nel complesso e variegato mondo dei giovani, che vivono in un mondo che cambia continuamente ed in maniera veloce.

E' stato bello e stimolante incontrare i Rappresentanti d'Istituto e gli studenti della Consulta: la sfida – questa nuova sfida - è costruire insieme, riducendo le distanze e ascoltandoci, ragazzi, adulti, figli, genitori ed insegnanti. Così crescono l'autocoscienza, la consapevolezza, la comprensione ed il rispetto reciproco, così cresce l'etica ed il vivere civile.

Lo staff



*le teorie dell'apprendimento  
e la maestra Luisa*

La mia generazione è nata senza la televisione; l'auto, il frigorifero, la lavatrice e il telefono erano beni per pochi. Non si watsappeggiava e il social era la piazza. Siamo stati aiutati ad avere tempo libero, a comunicare da tecnologie che si susseguivano velocemente e che ci davano la sensazione di poter risolvere tutto affidandoci alla ricerca medica e tecnologica. Però, la ricerca medica era ancora concentrata sulla cura dell'organo o dell'apparato; solo più tardi, rallentata la frenesia, si è tornati a studiare il corpo come un insieme di parti in equilibrio tra loro: una goccia più altre gocce fanno il mare e un organo più altri organi fanno l'uomo! ( medicina olistica ). Qualcuno ci ha ricordato che “rallentare” può essere un valore. Siamo anche passati dal Fast food a slow food !Nel campo dell'apprendimento abbiamo accolto i primi Test di “misura del quoziente intellettuale” (Q.I) che individuavano le competenze logico-matematiche, allora uniche correlate alla “Intelligenza”. Poi ci hanno spiegato ( vedi Gardner e Goleman ) che ciascuno è un individuo a sé e può avere successo se valorizza la sua intelligenza e oggi si parla di otto intelligenze. Al manager viene consigliato di seguire percorsi per affinare le intelligenze intrapersonali ed

interpersonali, per imparare a gestire le proprie emozioni, interagire con comunicazione assertiva e, quindi, valorizzare al meglio le capacità dei collaboratori. L'ultima nata della rosa delle intelligenze è detta "emotiva", togliendo all'emotività la sua caratterizzazione negativa. Anche se intelligenza emotiva non vuol dire emozionarsi facilmente, ma riconoscere le proprie e altrui emozioni imparando ad interagire con esse; i nostri vecchi, con buon senso, dicevano "compenetriamoci" nelle problematiche altrui. Riconoscere il proprio tipo di intelligenza è la base per la "metacognizione": imparare come fare per imparare seguendo le proprie capacità e intelligenza. Un po' come se lo studente dicesse: "non ditemi più che non ho "il metodo di studio" che conoscete voi, aiutatemi a trovare il mio, adatto alla mia intelligenza!". In questi anni, mentre rivalutiamo il valore del tempo, delle emozioni, della riflessione, stiamo rivalutando gli ambienti concreti della comunicazione, perché ci siamo accorti che si può nascondere la solitudine nell'affollamento del social network. Ma, prima che la sociologia cominciasse ad analizzare questo cambiamento dell'aria, prima dei corsi di aggiornamento sul tema e circa trent'anni fa la maestra d'asilo di mio figlio, armata solo del suo concreto buon senso e di una professionalità attenta alla crescita dei bambini, impartì a noi genitori una lezione. Ci disse di "rallentare", di non spingere i nostri figli a imparare prima degli altri, ma di aiutarli ad aprire la mente. "Quando li accompagnate a scuola, camminate con calma, guardate con lui il cielo, gli alberi che incontrate, soffermatevi sul passaggio delle stagioni, parlate con lui della neve che fonde, fategli notare che giorno dopo giorno la luce arriva più presto". Descrivete con lui la scuola che appare dietro l'angolo, guardate insieme lo scivolo che diventa sempre più grande man mano che si avvicina. Raccontate e sarà spinto a raccontare egli stesso! Grazie maestra Luisa; non è il solo aiuto che ho ricevuto da te.

*Concetta Rubinacci*

## Il mio arrivo in Italia

Mi chiamo Abdel Mohamed. Ho 16 anni, sono nato in Egitto, ad Alessandria ma cresciuto al Cairo. La mia famiglia ed io ci siamo trasferiti qui nel 2004 per questioni di lavoro. I miei genitori sono entrambi laureati, mio padre nel 1990 si trasferisce a Roma, dove rimane fino al 1996. Si stupisce per la bellezza della città, per la pulizia delle strade e per l'educazione dei cittadini. Nel giro di breve tempo instaura numerose amicizie. Purtroppo però mio papà non può esercitare la sua professione perché la laurea conseguita in Egitto non è riconosciuta in Italia. Nel 1997 torna nuovamente in Egitto e sposa mia mamma. Dal 1998 al 2004 mia padre lavora in un noto albergo di Sharm el Sheikh chiamato El-Sheraton come cuoco, una sua grande passione. Successivamente i miei genitori decidono di trasferirsi in Italia, precisamente qui ad Alba, dov'è possibile avere una buona istruzione. In quegli anni

non sapevo ancora che cosa mi sarebbe aspettato, essendo ancora troppo piccolo per capire. Non a tutti capitano questi avvenimenti! Ogni anno d'estate mi reco nel mio Paese natale a far visita ai parenti e riflettendoci credo sia stata un'ottima idea trasferirsi qui e non essere rimasti in Egitto, infatti fortunatamente sono capitato in un Paese privo di guerre e rivolte. L'Egitto ora non è più un posto sicuro come un tempo. Le persone sono diventate violente, le strade sono pericolose, c'è molto inquinamento e la maggior parte della popolazione è analfabeta poiché l'istruzione è molto cara. Questo causa la degradazione del Paese e della sua economia. Quindi mi ritengo fortunato di poter crescere in Italia e per questo ringrazio Dio ed i miei genitori. Tre anni fa ho poi scelto di frequentare questo istituto scolastico sperando di diventare un giorno un bravo geometra.

*Abdel Mohamed*

$$=(626/626)*6263=$$

## SCHEGGE SOCIAL

### 1 - IMPARIAMO IL BON TON 2.0

Il bon ton, in Internet e sui Social Network, deve prima di tutto rispettare la privacy ed i diritti altrui. E' necessario fare molta attenzione a ciò che pubblichiamo, specie se ci sono informazioni riferite a terzi che non hanno dato il loro consenso alla diffusione di immagini o notizie. E' necessario memorizzare che quello che viene pubblicato in rete rimane per sempre e spesso è difficile, per non dire impossibile, da rimuovere... le informazioni navigano, navigano, girano e rigirano passando da un profilo ad un altro, da contatto a contatto creando appunto una ragnatela complessa di intricati fili di comunicazione e diffusione. Inoltre è indispensabile leggere sempre con estrema attenzione le condizioni dei "contratti di accesso" ai vari social network. Soprattutto è importante comprendere bene i seguenti punti:

a) di chi è la proprietà dei dati e delle foto pubblicate (ad esempio su Facebook la proprietà viene trasferita anche alla piattaforma).

b) quali sono le politiche di cancellazione dell'account (in genere rimane on line per almeno sei mesi dalla chiusura).

c) leggere con attenzione le regole di educazione da mantenere nei post e nelle discussioni: evitiamo insulti o minacce e ricordate che scrivere in maiuscolo equivale ad urlare.

### 2 - I VANTAGGI DELLA DOPPIA PASSWORD

Molti account possono avere una maggiore sicurezza con l'utilizzo di una doppia password o, come si dice in gergo tecnico, la "verifica in due passaggi". Per esempio

questa sicurezza viene offerta da Gmail. Questo metodo impedisce di accedere alla email in modo tradizionale, cioè dopo aver inserito solo nome utente e pw. Per leggere la propria posta bisogna fare un ulteriore passaggio, ovvero inserire un altro codice di sicurezza segreto che a richiesta dell'utente si riceve sul telefonino tramite una sms oppure attraverso una App da installare. Il vantaggio è che si raddoppia la sicurezza proprio perché il codice viene inviato da un sistema elettronico di produzione dati.



### 3 - PASSWORD A PROVA DI HACKER

Le password da tenere a mente sono tante e così si tende a ripeterle per evitare di dimenticarle: date, nome del gatto, nomi di parenti, cifre sequenziali ecc. E' sbagliato, anzi molto sbagliato. Questo è il modo migliore per dare la chiave di accesso ai tuoi dati ed i tuoi soldi agli hacker. Allora cambia la pw ogni sei mesi, alcuni siti obbligano a farlo periodicamente, ma se non succede fallo tu almeno due volte all'anno. Scegli una chiave di accesso lunga e complessa: una citazione, la frase di un film, il titolo di una serie tv, meglio se contiene numeri, evita comunque che si possa associare alle tue preferenze in fatto di musica, filmografia o altro. Se pensi che l'informazione sia facile da indovinare, scartala. Come detto prima sugli account di Google, Facebook e sui siti delle banche è facile impostare la verifica in due passaggi (vedi sopra). Una curiosità: sai quali sono le più scelte al mondo? "Qwerty", "12345", "password"... evitale.

### 4 - STOPPIAMO IL BULLISMO ON LINE

Se si è stati vittime di bullismo telematico c'è la possibilità di difendersi, prima di tutto segnalando quanto successo al gestore della piattaforma dei social network tramite il tasto "segnala" o "report". Descrivi bene il problema e vedrai che la reazione sarà tempestiva: la rimozione dei contenuti sarà il primo passo ed anche quello più importante. Se poi la situazione persiste e sei in possesso di ulteriori dati di soggetti specifici, puoi segnalare i nomi al gestore della piattaforma o chiederne l'autenticazione nel caso siano stati usati degli pseudonimi. Se eventualmente il gestore non dovesse rispondere entro le 24/48 ore puoi rivolgerti alle Forze dell'Ordine. Non desistere perché più le cose rimangono on line e più si amplifica il danno, in quanto i contenuti indesiderati continuano a circolare e diffondersi.

## 5 - DIFENDIAMO LA NOSTRA REPUTAZIONE SOCIAL

Potrebbe succedere che dopo un brutto litigio sui social qualche contatto per vendicarsi, posti parole e/o foto-montaggi offensivi e diffamanti la tua persona. In questi casi il modo migliore per tutelarsi è chiedere la rimozione dei testi e o foto offensive. Per farlo si possono inviare reclami per ogni singola fotografia che si ritiene offensiva per la propria immagine o reputazione. Se però questa/e persone continuano ad attaccare, si può chiedere all'Amministrazione (per esempio Face book) di sospendere o eliminare l'account del tuo contatto. Se poi le soluzioni interne della community non funzionano è possibile fare una denuncia alle Autorità Giudiziarie descrivendo nel dettaglio le espressioni usate e allegando eventualmente esempi di immagini o di pagine (utilizza i cosiddetti sistemi di cattura o snipping tool).

*Gemma Francone*

*Riferimenti: G. Ziccardi, docente di Informatica giuridica*

## ELOGIO DEL DOLORE

**Che cos'è il dolore? E' sempre male o ha anche un significato positivo?**

La sensazione dolorosa è conseguenza di una stimolazione eccessiva che comporta una lesione. E' la lesione che libera sostanze chimiche contenute, spesso segregate, nelle cellule. E' proprio in questa funzione di "segnale d'allarme" che il dolore assume un significato comportamentale positivo, dal dolore "piccolo" come la "scomodità" di certe posizioni, che induce a cambiare postura prima che ci sia un cedimento articolare, al "prurito" che ci segnala la puntura di un insetto, al mal di denti che ci segnala una carie, fino al dolore intenso di una "colica" che ci induce a smettere di mangiare ed a piegarci per assecondare la contrattura "antalgica" dei muscoli addominali. Il dolore è una spia accesa sul pannello di controllo, segnala un evento esterno nocivo o una condizione interna anormale: in tutti e due i casi l'individuo dovrà mettere in atto un comportamento idoneo a superare l'emergenza.

Fratelli nel dolore

Se il dolore prodotto ha la funzione di segnalare all'organismo la necessità di prendere provvedimenti non deve mai far perdere di vista (ad esempio) al ferito il senso del dolore della ferita. Diversi animali hanno un particolare meccanismo di difesa consistente nell'automutilazione di parti non essenziali del corpo: la lucertola si priva della coda se aggredita, e il moncone continua ad agitarsi per distrarre il predatore: questa automutilazione non è un comportamento casuale ma è fissato dall'evoluzione. E' evidente che queste specie controllano il dolore in modo impressionante. Si tratta di bassa sensibilità o di un abituale comportamento

che riduce al minimo la reazione dolorosa? La scienza ha dimostrato come esistano ampie variazioni nella sensibilità al dolore nella stessa specie, ma anche come in diversi casi la bassa reazione al dolore venga acquisita per apprendimento. Nel mondo degli animali – di tutti gli animali, uomo compreso - il dolore ha carattere funzionale, come può averlo ogni “accorgimento” della natura per stabilire e mantenere un preciso rapporto tra un essere vivente ed il suo ambiente.



Il dolore è la sensazione che affratella i viventi: Oscar Wilde ebbe a dire che “L’ingiustizia si è divisa il mondo e niente è distribuito equamente tranne il dolore” e Pavese lo definì “naturale come l’aria”. Tanto più l’animale è in alto nella scala evolutiva tanto più il dolore assume dimensioni complesse. E tuttavia abituiamoci a non sottovalutare il dolore fisico di una cavalletta mutilata solo perché praticamente inespresso, impariamo a capire il dolore morale di una tigre che passeggia nervosa in un drammatico e psicopatico “8” all’interno della gabbia, cerchiamo di comprendere lo stress doloroso di un cane legato a una catena troppo corta o abbandonato su una strada. Nella specie umana gioca un ruolo fondamentale l’atteggiamento mentale, che è espressione della personalità dell’individuo e quindi della sua storia, e spesso determina la soglia di reazione. Per esempio, un atteggiamento di indifferenza sostenuto da convinzioni ideali o di fanatismo religioso provoca un innalzamento così alto della soglia dolorosa da rendere possibili le più gravi lesioni senza che appaiano apprezzabili segni di sofferenza.

Al contrario gli stessi fattori possono rendere ipersensibili al dolore, quando l’individuo ha un’immagine troppo drammatica del dolore.

Le frontiere del dolore

Quando una bimba piccola batte la testa contro lo spigolo del tavolo picchia la mano contro il tavolo “cattivo” (immediata vendetta che un po’ consola) e chiede un bacino sulla “bua” (sede del colpo) per far sparire il dolore. E’ la più antica e diffusa “terapia” e funziona nei primi anni di vita. Successivamente ci dovranno essere altre forme di gratificazione o di sdrammatizzazione per ottenere lo stesso successo e alla fine la persona si ritroverà sola col proprio modo di essere di fronte al dolore e dovrà trovare nel proprio io e nei propri modelli culturali (convinzioni etiche e/o religiose) gli schemi adeguati per attenuarne la risonanza e cercare di dominarlo, mantenendo, per quanto possibile, dignità e compostezza.

*Franco Blandino – medico divulgatore*

## LA CONSULTA ESISTE!



Che cos’è la Consulta?

**É un’assemblea degli studenti delle scuole superiori di una provincia.**

Chi ne fa parte?

**Due studenti in rappresentanza di ogni istituto. Nel nostro istituto i rappresentanti sono Busso-lino Elena (4°F) e Ambrogio Fabio (3°D).**

Quanto dura il mandato?

**Il mandato dei rappresentanti dura due anni.**

Quali sono i compiti della Consulta?

**Il suo compito principale è quello di garantire il più ampio confronto fra gli istituti di istruzione secondaria; tale compito è attuato tramite la realizzazione di progetti che coinvolgano il più ampio numero di istituti possibili, ottimizzando ed integrando in rete le attività extracurricolari, formulando proposte che superino la dimensione del singolo Istituto, stipulando accordi con enti locali, associazioni e organizzazioni del mondo del lavoro. Altri compiti sono ad esempio istituire uno sportello informativo per gli studenti, con particolare riferimento all’orienta-**

mento e all'attuazione dello Statuto delle studentesse e degli studenti, progettare, organizzare e realizzare attività anche a carattere internazionale.

Da quali organi è composta la Consulta?

La Consulta è formata dall'Assemblea Plenaria, formata dai rappresentanti che si riuniscono solitamente una volta al mese. L'Assemblea elegge le cariche interne (Presidente, Vicepresidente, Segretario, e gli altri membri di Giunta) e pre-

senta e realizza i progetti; dalla Giunta Esecutiva, formata dal Presidente, Vicepresidente, Segretario e i membri eletti dall'assemblea plenaria; vi possono partecipare i Presidenti delle Commissioni.

Si occupa solitamente di rendere effettivi i progetti e si riunisce una o due volte al mese, in base alle necessità; infine dalle Commissioni e dalle Circostrizioni (il nostro istituto fa parte della Circostrizione Alba-Bra), ovvero dei gruppi all'interno che mettono effettivamente in pratica i lavori e i progetti.



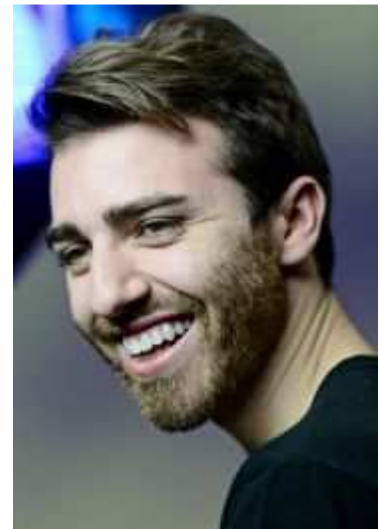
Paolo  
TIBALDI

Attore  
di teatro

Dopo aver terminato gli studi superiori mi sono fatto un paio di domande esistenziali ed ho scelto di dedicarmi all'entusiasmo creativo, in particolare al teatro, disciplina artistica che raduna tutte le arti e che mi aveva già visto militante durante il percorso all'"Einaudi", con un rigoglioso ed ambizioso laboratorio.

Tutt'ora mi occupo di cultura, teatro e territorio...cercando di far coesistere le tre cose insieme. Sono cresciuto in mezzo a persone che mi hanno dato un respiro espressivo non indifferente, ora fondamento dell'attività che svolgo. Sin durante gli studi sono cominciate alcune esperienze ed hanno preso forma le direzioni etiche ed artistiche preponderanti.

Per esempio, la predilezione verso la meravigliosa letteratura del concittadino Beppe Fenoglio, che propongo in diverse forme: letture, lezioni, approfondimenti, rappresentazioni... ma lavoro anche con il teatro di prosa facendo tournée di spettacoli su autori classici come quelli greci, Shakespeare, Rostand, Pinter, Moliere, Wilde... L'attività principale è dunque quella teatrale di prosa, con diverse compagnie e con diversi stili drammaturgici: commedia, dramma, tragedia. Succede di tanto in tanto anche di interpretare personaggi in televisione o per il cinema; per citare alcune produzioni tra le più note, "Il Peccato e la Vergogna", "La leggenda del Bandito e del Campione", "Centovetrine", "Non c'è 2 senza Te", "Processo a Mata Hari"; quest'ultimo uscirà nelle sale proprio quest'anno.



Ho frequentato l'Einaudi... (dunque, solo un attimo che faccio un conto...8-7-6-5-4), insomma ho terminato nel 2008, circa otto anni fa. Devo confessare: quando sentivo qualcuno che diceva di aver terminato otto anni prima, mi sembrava già buono per l'ospizio. Ora, mi auguro di non esserlo io, giacché mi pare di vivere ancora l'entusiasmo, non della classe quinta, ma addirittura alla quarta: insomma, l'estate dopo in cui l'Italia vinse i mondiali di calcio.

È inutile far finta di nulla...pensare all'apparente distanza tra l'istituto Einaudi e il mio lavoro attuale è più che legittimo; le due cose sono estremamente legate. Mi spiego: il teatro mi appassiona sin dalla scuola materna, dove andai in scena per la prima volta con l'epica battuta "Oh sì, bella idea!", che ancora oggi si ricorda volentieri in famiglia soprattutto per la poca originalità con cui la proposi al pubblico. Seguì qualcosa all'oratorio negli anni successivi...

L'Einaudi, poi, mi diede un sostanziale aiuto per la formazione umana e culturale, cominciando dagli insegnanti che ricordo sempre con piacere uno ad uno, indistintamente, con i loro umanissimi pregi e difetti agli occhi di adolescenti; erano insegnanti che sapevano riconoscere bene i propri allievi e, nonostante ne avessero avuti già molti e arrivassero a far lezione da un'altra classe, ti guardavano negli occhi con le idee chiare su ciò che si aspettavano da te, andando a toccare, talvolta con esigenze severe, gli ostacoli che ognuno era tenuto a superare; e ci riuscirono; quale soddisfazione più grande per un insegnante, se non istruire una persona capace di pensare e di scegliere, fino a trovare una sua propria identità inconfondibile. Onestamente questo fatto mi ha colpito più del contenuto di molte lezioni: da rimanerci incantato. Poi è chiaro ed importante che io sottolineai l'importanza di una compagna di banco che ha anche fatto la sua parte, oltre alla mia, specie nei compiti: Claudia. Una ragazza con cui il confronto umano, quello serio e profondo, era tanto costante quanto straordinario. La saluto e le chiedo scusa se l'ho circondata di poster e autografi dei giocatori della Juventus fino all'ultimo secondo dell'esame di maturità, ma soprattutto la ringrazio per i suggerimenti didattici e non, per i fogli protocollo prestati e per aver contribuito ad una forma mentis attiva ed affamata. Spero di averla ripagata con buon umore, marachelle divertenti e canzoni storpiate. Non che andassi male a scuola, anzi, le dedico l'82 della maturità.

Anche essere rappresentante d'istituto per due o tre anni mi ha aiutato; coordinare e mettere d'accordo tutte le persone di un istituto non è semplice ed è necessario imparare ad ascoltare, una dote sempre più rara. E poi il laboratorio teatrale tenuto dai professori Marengo e Panizza, ha proprio dato il "LA" a tutto ciò che è seguito...abbiamo fatto spettacoli che ricordo con assoluto piacere, dalla prima prova con tutti i compagni "artisti", alla gloria post-rappresentazione che, contrariamente alla matematica, quando si divide, raddoppia... un percorso di emozioni che conservo in me gelosamente, ma che auguro a chiunque, anche sotto altre forme di espressione. Furono proprio loro a suggerirmi di continuare con il teatro, se ne avessi avuto piacere. Gli sono grato.

Di ricordi, per fortuna ne ho molti, moltissimi, legati alle più disparate e disperate situazioni: dai "pensi" del prof. Bonardi, ai viaggi d'istruzione che tramutai in "viaggi distruzione"; dalle corse a prendere il panino nell'intervallo alle occhiate di una vicina di classe; da amori mai corrisposti da una parte e altri dall'altra; dalle gite a Cap d'Ail in cui ci si addormentava alle 6 e ci si svegliava per colazione alle 7 riposatissimi; gita a Parigi, gita a Roma, gita in Sicilia, gita in Piazza Cristo Re ad Alba, gita a Pavia e anche una Torino. Di tutto questo voglio ricordare un aneddoto che sempre mi sta a cuore, quello del musical che andammo a vedere a Milano. Forse era addirittura in prima. Ci accompagnarono i professori Marengo e Bonardi, quelli che oggi chiameremmo due "bomber"... il musical era intitolato "Tutti insieme appassionatamente" e la protagonista era Michelle Hunziker; uno spettacolo dinamico, una piacevolissima protagonista. Sin da quando eravamo in pullman, il prof Marengo ci disse che appena terminato lo spettacolo, ci saremmo dovuti trovare nel "foyer" del teatro. Come ormai sapete, tutto ciò che riguardava il teatro, mi ringalluzziva, tanto più questa parola che significa "focolare" ed è il nobile luogo di incontro del pubblico, di discussione, che sta prima della platea, dove magari fare salotto letterario. Bene, quella parola mi rimase impressa talmente tanto che sin da prima della rappresentazione passai da tutti a ricordare di trovarci nel foyer subito dopo; passai anche dal prof. Bonardi che biasimò quella mia ostentazione di una nuova parola appena appresa e da quel giorno in avanti, incontrandolo per la scuola, di tanto in tanto mi chiedeva se sapessi dove si trovasse il foyer della scuola. Ora lo ringrazio infinitamente e dedico a questo aneddoto, parte della mia vocazione.

Quali prospettive per il futuro? Sono personalmente molto legato al mio territorio, quello delle Langhe, di Alba... talvolta sono letteralmente costretto a viaggiare e spostarmi su tutto il territorio nazionale per prove, rappresentazioni, riprese ecc... sono molto felice di questo e spero di continuare, con qualche limata qua e là che mi permetta di allontanare sempre più ciò che non rispecchia la mia etica e sentire sempre più vicine le cose che caratterizzano il teatro, come veicolo di un messaggio, come un seme da offrire a chi lo vuole ricevere, per farne l'uso che meglio crede. Mi farebbe piacere conoscere qualche studente dell'Einaudi, l'invito è a seguire le mie attività su facebook o forse, meglio ancora, direttamente a teatro, venendomi a salutare dopo una rappresentazione per presentarsi e raccontarmi le sue impressioni.

Mi si chiede cosa consigliare ai ragazzi. Su queste cose sono sempre stato un po' in difficoltà perché, come si dice, a dare consigli sono bravi tutti... però un consiglio, o forse un ragionamento, mi sovviene:

è quello di chiedersi delle cose in maniera costante, di farsi domande molto semplici ma giuste; e soprattutto di cominciare a sentirsi padri e responsabili delle azioni che si scelgono di compiere con etica. Inutile predicare cosa sia giusto e cosa no; non mi permetto di insegnare questo. Cos'altro? Consiglio di sognare e, già che non costa nulla, di farlo in grande. Dimenticavo: quella ragazza citata prima, che mi guardava male nei corridoi, ricordate? Bene, ora quella ragazza ed io ci amiamo.

Un invito a tavola in...

Egitto



a cura di Mohamed Abdel

## HUMMUS

L'Hummus è una tipica Crema di Ceci che viene servita nei paesi del Medio Oriente, come antipasto insieme alla Pita, tipico pane locale. Questa crema di ceci ha un sapore molto delicato ed essendo anche nutriente può essere servita anche come piatto unico. Per dare la giusta consistenza e cremosità all' Hummus viene utilizzata la tahina, una morbida pasta di sesamo, che viene adoperata in numerosi piatti dal sapore medio orientale.

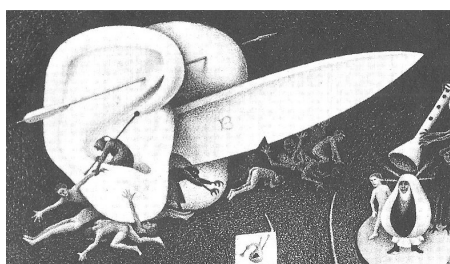


## FALAFEL



Le falafel (o felafel) sono le famosissime polpette fritte a base di ceci, cipolla, aglio e aromi, tipiche della tradizione gastronomica Araba e Medio Orientale, in generale. Le falafel sono molto semplici da riprodurre in casa e con poca fatica, servendo queste polpette come antipasto o come aperitivo, farete un figurone! Per avere un risultato davvero impeccabile, servite le felafel con la **Salsa Tahina**. Per la preparazione delle felafel ho utilizzato dei ceci cotti, quindi se partite da quelli secchi crudi considerate di tenerli a bagno una notte per poi cuocerli in abbondante acqua, fin quando non saranno teneri.

Potete trovare le falafel in diverse forme, possono infatti essere delle palline (come le nostre polpette), delle quenelle (forma un po' più chic che viene conferite dall'utilizzo di due cucchiari) ed ancora delle palline ovali piuttosto allungate o delle palline schiacciate



t.ask - Hanno collaborato al numero di Marzo 2016:  
Mohamed Abdel - Franco Blandino – I rappresentanti Einaudi della Consulta –  
Walter Cortesio – Gemma Francone – Concetta Rubinacci –  
Paolo Tibaldi - Allievi e genitori dell'Istituto Einaudi di Alba –  
La Dirigente Valeria Cout

© Copyright 2016 - Diritti riservati