

"PICCOLI CRONISTI"

Numero 2
A.s. 2008/2009

OBAMA: IL NUOVO PRESIDENTE AMERICANO

Per l' America l' elezione di Obama come presidente è stata una grande svolta. È stata una svolta perché fino a qualche secolo fa gli afroamericani venivano catturati, venduti come schiavi e trattati male. In America ci sono molti afroamericani perché gli uomini bianchi andavano sulle coste africane e catturavano gli uomini, le donne e i bambini più forzuti e li portavano in America riducendoli in schiavitù. Qui li dividevano in tre gruppi : donne , bambini e uomini e a volte venivano venduti anche le famiglie intere. La schiavitù fu abolita con la vittoria dei Nordisti sui Sudisti. Obama è il quarantatreesimo presidente americano . Per la manifestazione dell'entrata di Obama alla Casa Bianca sono arrivate da tutte le parti del mondo circa quattro milioni di persone.



Il sogno di Martin Luther King si è realizzato.

Io sono tutti gli uomini

*Io sono il popolano
di tutti i villaggi
e delle prodigiose capitali;
sono l'uomo universo,
marinaio di tutte le finestre
della terra stordita dai motori.
Sono l'uomo di Tokio che si nutre
di pesciolini e bambù,
il minatore d'Europa
fratello della notte;
l'operaio del Congo e della spiaggia,
il pescatore della Polinesia,
sono l'Indio d'America,
il meticcio, il giallo e il nero
io sono tutti gli uomini*

"... Io ho davanti a me un sogno, che i miei quattro figli piccoli vivranno un giorno in una nazione nella quale non saranno giudicati per il colore della loro pelle, ma per le qualità del loro carattere.
Martin Luther King

(estratto dal discorso fatto a Washington il 28 agosto 1963)

Attività O/F
Dicembre
Gennaio
Classi IV e V



Obama: il nuovo
Presidente degli
USA

La fame nel mondo 2

Giorno della memo-
ria 3

Capodanno in sicu-
rezza 4

Una sana alimenta-
zione 4

**Buon
Natale
e
felice
2009**



...a Natale
tutti i sogni
possono
diventare
realta'...
Auguri!



LA FAME NEL MONDO

Sul nostro pianeta c'è molta povertà. Questo problema riguarda specialmente i paesi che non sono molto evoluti tanto da sfamare tutta la popolazione. In India e nei paesi dell'Africa sud-orientale, le famiglie povere generano figli per farli lavorare nei campi. Infatti la popolazione aumenta e lo stato non può garantirle una buona nutrizione.

Alcuni popoli dell'Africa e del Sud -America vengono oppresse dalle aziende che sfruttano le risorse del loro ambiente. In Romania i bambini abbandonati, per non andare negli orfanotrofi, dove vengono maltrattati, si riparano nelle fognature e la notte, per nutrirsi prendono avanzi di cibo dai cassonetti.

Tutti questi popoli migrano in altri Paesi come l'Italia e spesso subiscono ingiustizie e oppressioni dalla popolazione del luogo, pur avendo gli stessi diritti e doveri degli altri.



Ogni anno nel mondo muoiono di fame migliaia di bambini.

La denutrizione rende il corpo molto vulnerabile alle malattie infettive.

Infatti questi bambini malnutriti sono molto deboli e, perciò, si ammalano facilmente di **tubercolosi**, **morbillo**, **infezioni intestinali** e il più delle volte muoiono.

Nei Paesi della fame scarseggiano ospedali e medici che solitamente si trovano nella città.

Le popolazioni dei Paesi sottosviluppati non solo hanno poco cibo ma non hanno le medicine per curare le malattie. Nel Mondo ci sono diverse organizzazioni internazionali che si occupano dei problemi dei Paesi sottosviluppati: la FAO e l'UNICEF.

LA BESTIA

Ieri ho visto
una bestia
nell'immondizia
del cortile
che cercava
da mangiare
nei rifiuti.
Quando
trovava qualcosa
non esaminava,
non odorava:
inghiottiva,
avidamente.
La bestia
non era un cane,
non era un gatto,
non era un topo.
La bestia, mio Dio
era un uomo.



I fuochi d'artificio

Il giorno 6 Dicembre nella nostra scuola sono venuti il Maresciallo Salerno ed il carabinieri Mirra per informarci dei pericoli sui botti.

Alcuni individui per arricchirsi li vendono per strada agli adulti e persino ai bambini. Il Maresciallo ci ha illustrato i botti più pericolosi come: la cipolla, la caramella, il pallone di Maradona e la batteria. La lezione è stata molto interessante e abbiamo imparato molte cose.

Quest'anno fortunatamente ci sono stati meno incidenti perché i cittadini sono stati più attenti ma gli altri anni è capitato che alcune persone si sono ferite gravemente o sono morte.

Noi bambini in quel giorno abbiamo imparato molte cose stando insieme divertendoci.



Mangiare bene per vivere meglio



Per mantenere un buono stato di salute la persona dovrebbe il più possibile seguire una buona alimentazione. La distribuzione degli alimenti è ben rappresentata dalla cosiddetta Piramide Alimentare, dove ciò che si può e si dovrebbe mangiare quotidianamente si trova alla sua base mentre, via via che si sale verso l'estremità, si individuano i cibi da consumare con sempre minore frequenza e quantità.

Le regole per una buona alimentazione

- Fare ogni mattina un'abbondante colazione;
- dividere i pasti giornalieri in almeno 5;
- non eliminare o escludere nessun tipo di alimento (tranne chiaramente nei casi di intolleranza);
- masticare in modo lento compiendo delle pause tra un boccone e l'altro.
- evitare alimenti eccessivamente grassi e i condimenti;
- variegare gli alimenti includendo quelli tipici della dieta mediterranea, ovvero cereali, frutta, verdura, legumi, pesce, olio di oliva e carne;
- fare del regolare movimento, anche solo camminando per 20/30 minuti al giorno o salendo e scendendo le scale di casa;
- bere almeno 1,5 - 2 litri di acqua ogni giorno.

TUTTO SERVE ED E' IMPORTANTE

Ora state ben attenti qui si parla di alimenti qui si tiene una lezione di corretta nutrizione.

Se tu cerchi vitamine mangia cavoli e zucchine,

uva, sedano e melone e ogni frutto di stagione.

Per lo zucchero: budini,, dolci, torte e pasticcini.

Per avere carboidrati, metti riso dentro ai piatti, mangia pane, mangia pasta, ma soltanto quando basta.

Proteine? Carne e uova Chi le mangia, li le trova: sono grassi: margarina, olio e panna da cucina.

Tutto serve ed è importante Ma non poco, ne abbondante Mangia, bevi, assaggia, gusta Ogni cibo in dose giusta.

Tutto serve ed è importante Ma sta attento al conservante, solo ciò che è naturale è giusto e non fa male.

E' finita la lezione, ecco un'ultima istruzione un buona pranzo in compagnia è il migliore che ci sia.