

**Anno scolastico 2019/2020**  
**Classe 1A e alcuni alunni di 3C**



**I giorni della quarantena: #Io resto a casa**

## **Introduzione**

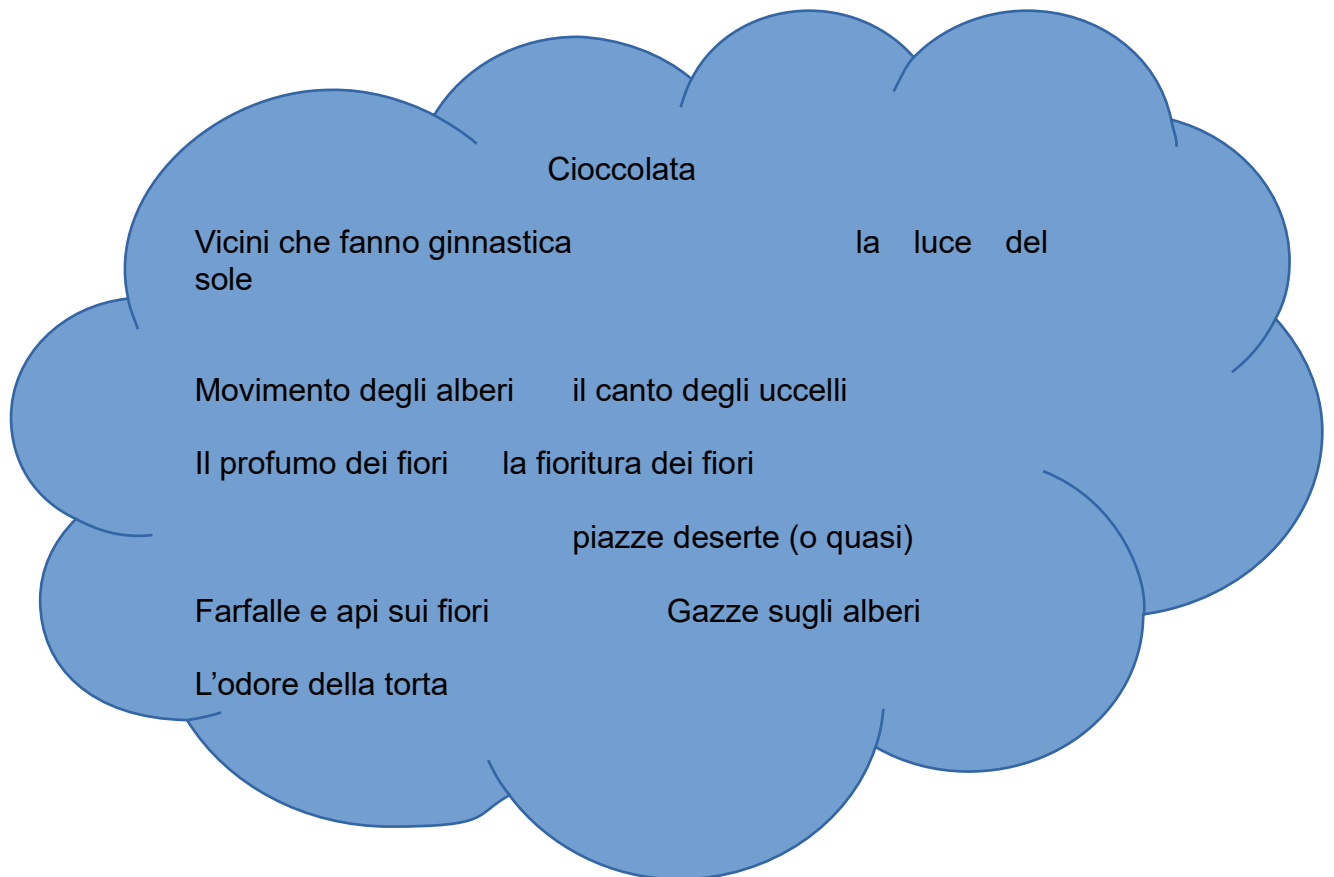
Le pagine che seguono sono state scritte dagli alunni di prima e da alcuni di terza durante il periodo di quarantena nel marzo/aprile del 2020.

L'obiettivo era quello di affinare lo sguardo in quel tempo sospeso e solo apparentemente più lento: con l'aiuto dei cinque sensi percepire piccoli dettagli sensoriali, annotarli in una nuvola di parole, svilupparli parzialmente in un elenco ragionato e, infine, ricavarne un testo che non fosse una semplice registrazione di azioni quotidiane.

La loro quarantena è fatta di piccoli piaceri e costanti fatiche, di continue meraviglie domestiche e anche di riflessioni su ciò che accade all'esterno, in un continuo scambio tra dentro e fuori.

La scrittura, quindi, con il lavoro di prescrizione, è diventata un'occasione per fermarsi, per assaporare ulteriormente ed apprezzare ciò che si ha, per fare anche progetti, con uno sguardo in prospettiva.

Sarà piacevole rileggere questi ricordi in futuro, avendo fatto tesoro del loro insegnamento



Movimento degli alberi: ci sono state giornate in cui il vento era così forte che le foglie degli alberi seguivano il soffio del vento, quasi come se volessero volare via dai rami su cui sono appena rinate.

Luce del sole: la mattina presto i raggi del sole colpiscono le grandi vetrate della chiesa illuminandola di tanti colori.

La fioritura dei fiori: ho aiutato mia mamma a cambiare la terra nei vasi dei fiori e tolto le foglie secche, aspettando poi che rifiorissero.

Farfalle e api sui fiori: nelle giornate calde, le api e alcune piccole farfalle si poggiano sui fiori appena sbocciati.

Il profumo della torta: la mattina l'odore della torta appena fatta è un buon modo per cominciare la lunga giornata che mi attende.

Piazza deserta (o quasi): Le persone dovrebbero stare a casa, ma, alla faccia della quarantena, alcuni non lo capiscono, senza nemmeno indossare la mascherina!

Il canto degli uccelli: la mattina è un piacere risvegliarsi con il canto degli uccelli, che prima della quarantena si sentiva di meno a causa del rumore delle macchine.

I vicini di casa fanno rumore ballando e facendo ginnastica, per fortuna si stancano velocemente !

### TEMA # IO RESTO A CASA

Durante questo periodo di quarantena si è risvegliata la natura e le sue creature: gli uccelli sono ormai liberi di volare in tutta tranquillità, perché anche gli aerei si sono fermati. La mattina mi sveglio e sento il loro cinguettare e nelle belle giornate i raggi del sole illuminano le grandi vetrate della chiesa che si affaccia sulla piazza davanti casa. Per cominciare al meglio la giornata non c'è nulla di meglio di una torta fatta in casa, che posso gustarmi con calma, senza la fretta che avevo prima, quando la mattina dovevo svegliarmi e prepararmi in fretta per andare a scuola facendo una colazione molto veloce.

I pomeriggi sono molto più rumorosi, i miei vicini iniziano a fare ginnastica e a ballare facendo molto rumore ma fortunatamente si stancano velocemente. La piazza, che la mattina è vuota, comincia a riempirsi con persone che portano a spasso il proprio cane, approfittando del tempo concesso per poter uscire con loro. Ci sono però anche alcuni furbetti che escono di casa senza nemmeno le protezioni senza curarsi del pericolo a cui sono esposti loro, ma anche le persone che potrebbero incontrare per strada.

Questa quarantena ha molti lati positivi perché ora, più di prima, do più importanza a ciò che mi circonda e mi soffermo di più sulle sensazioni che provo, come ad esempio la sensazione di freschezza che ho provato toccando la terra nei vasi dei fiori che ho cambiato, per poi vederli sbocciare con l'arrivo della primavera. A volte per rilassarmi un po' e fare una pausa dallo studio, vado sul balcone e mi siedo sulla sedia, spesso mi capita di vedere alcune api e piccole farfalle che si posano sui fiori appena sbocciati.

La sera torna la calma, non sento più i miei vicini ballare, fare ginnastica o litigare, non sento più gli uccelli cinguettare o le farfalle che si posano sui fiori. In cambio, però, alcune sere mi è capitato di uscire sul balcone e, guardando il cielo, la luna mi sembrava più luminosa del solito, inoltre anche le stelle che riuscivo a vedere erano di più. Stare a casa mi ha aiutato a non dare per scontato ciò che mi circonda, mi ha fatto riscoprire la gioia di stare in famiglia, fare i giochi da tavola e la bellezza della natura. Ammetto però che vorrei rivedere i miei compagni di scuola, rivedere i miei amici e ora più che mai vorrei fare delle lunghe passeggiate in mezzo alla natura che, stando a casa, ho riscoperto.

Le sensazioni provate mi riporta alla mente i ricordi delle vacanze estive passate in Romania. È un paese molto bello, mi manca tanto la natura di quel posto, si vedevano più carrozze che macchine, potevo vedere sempre i cavalli che passavano davanti casa oppure la sera andavo in carrozza con il cavallo di mio cugino. Uno dei cavalli più

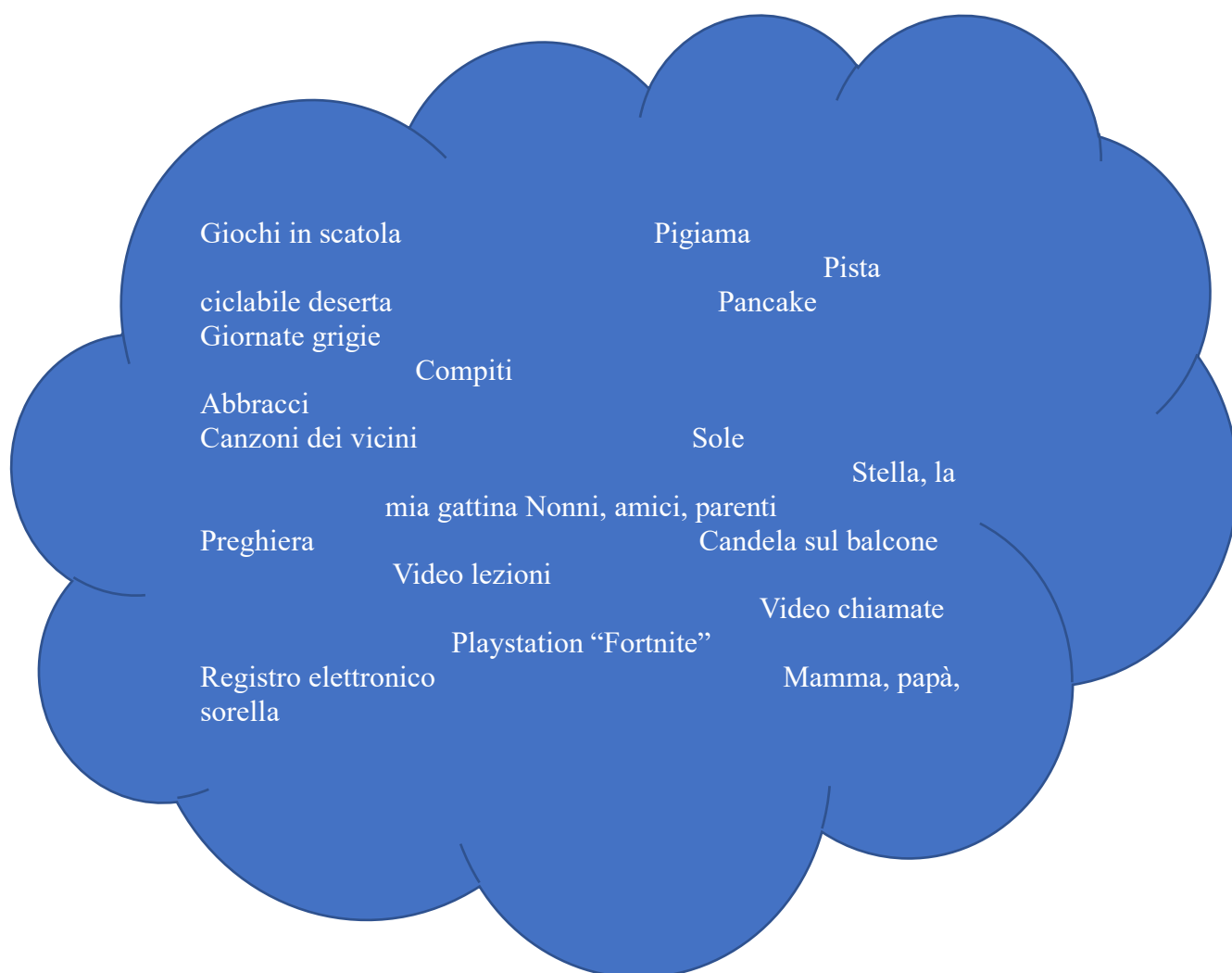
belli che abbia mai visto: criniera biondo chiaro, manto bianco e occhi celesti. Andavo con lui ovunque , andavo nelle foreste, sulle colline o vicino ai fiumi. Sentivo l'aria che soffiava tra i capelli e i colori della natura erano luminosi, quasi indescrivibili. Nei giorni liberi andava dalla mia vicina per vedere i conigli che teneva in giardino chiusi in grandi gabbie, ne sceglievo due o tre e me ne prendevo cura. Il contatto con la natura mi rende felice e mi fa sentire libera.

Ci sono così tante cose che questa quarantena potrebbe insegnarci, ma ciò che vorrei che le persone capissero è che se noi rispettassimo di più il nostro pianeta, potremmo vivere in un mondo migliore e più salutare.

Il lato negativo di questa quarantena è il virus COVID19, che ha causato molta sofferenza a molte persone, spero però che presto si trovi una cura, ma fino ad allora io resto a casa per poter dare il mio piccolo contributo e sperare di poter presto riabbracciare le persone a cui voglio bene.

## **#IO RESTO A CASA**

### Fase 1:



### Fase 2: scaletta

- Sole: diversità tra le giornate di sole piene di positività alternate a giornate grigie piene di malinconia
- E' diventata una routine giornaliera controllare il registro elettronico ed organizzare i compiti
- Non mancano le video chiamate con nonni, amici e parenti
- Gli abbracci, il pigiama, la merenda; il mio trio preferito
- Bellissimo sentire i vicini cantare l'Inno di Mameli mentre la pista ciclabile era deserta
- Ogni giorno non mancava la mia ora di libertà: "Fortnite"

- E' stato bello riscoprire i giochi in scatola
- Il mondo intero si riuniva nella preghiera con il Papa mentre una piccola candela accesa sul balcone era segno di vicinanza alle persone più in difficoltà

### Fase 3: tema

#### **# IO RESTO A CASA**

Mesi fa non mi sarei mai aspettato di vivere una quarantena. Questo mi ha portato a soffermarmi sulla vista e sul suono della natura dove non mi ero mai soffermato prima. Gli uccellini cinguettare, i piccioni tubare, gli alberi e prati in fiore che ti fanno capire che la primavera è arrivata e l'estate è imminente. Nei primi giorni oltre ai suoni della natura era molto bello vedere e sentire i vicini cantare fuori dalle loro abitazioni facendo partecipare tutto il vicinato unitosi al coro con applausi pieni di speranza. La pista ciclabile sotto casa era deserta, gli ingressi erano recintati per far capire alle persone che non si poteva uscire nemmeno per una semplice passeggiata, ma nel silenzio più totale c'eravamo noi a cantare l'Inno di Mameli a gran voce. Era bellissimo! Tutto questo mi ha invogliato ad imparare e suonare l'inno con la mia pianola e ci sono riuscito. Le giornate con il cambiare dell'ora si sono allungate, si riempiono di sole, positività e forza di andare avanti alternate però a giornate grigie in cui sembra tutto più triste e pieno di malinconia. Fortunatamente a rallegrare queste giornate tristi ci pensano gli abbracci della mia famiglia, la comodità di passare le giornate nel mio comodo pigiama e gli squisiti pancake preparati da mia sorella che li alternava a biscotti alla nutella, torte al cocco e molto altro ancora. Non mancavano le fusa della mia gattina Stella che puntualmente mi facevano compagnia mentre facevo i compiti. Ecco proprio loro: i compiti! Erano diventati una routine giornaliera (non che non lo fossero prima): alzarsi, controllare il registro elettronico ed iniziare ad organizzarli nell'arco della giornata e settimana. Meno male che avevo al mio fianco mamma, papà e mia sorella che per me sono stati un grande aiuto nelle difficoltà di comprensione di alcuni compiti e nell'utilizzo del computer con le nuove piattaforme scolastiche da utilizzare per scaricare i compiti e inviarli una volta svolti, sostenere verifiche, interrogazioni e video lezioni. Credo che sia stato per me la parte più difficile di tutta questa quarantena. Fortunatamente con la tecnologia dei nostri giorni siamo riusciti un po' tutti a mantenere dei contatti, le video chiamate con i nonni, gli amici e parenti ci hanno fatto sentire meno soli regalandoci grandi risate nonostante il periodo che stavamo passando. Ogni giorno non mancava la mia ora di "libertà". L'avevo chiamata così perché era il momento in cui staccavo la spina dai compiti e mi sfogavo con il mio gioco preferito alla playstation "Fortnite". In linea con alcuni dei miei compagni di scuola giocavamo e tra una risata e l'altra ci divertivamo moltissimo. Inoltre è stato bello riscoprire con la mia famiglia i giochi in scatola. Noi quattro

insieme seduti attorno ad un tavolo a giocare, sgranocchiando tra un tiro di dadi e una mossa di pedina una gustosa patatina.

In questo periodo non mancavano anche i momenti di preghiera, quando tutto il mondo si riuniva con il nostro Papa nel chiedere aiuto al Signore per superare questo difficile e triste momento. Alla domenica puntualmente con la mia famiglia ci collegavamo in diretta con Don Antonio e seduti comodamente sul divano seguivamo la Santa messa. Sentire la predica del Vangelo e le parole di conforto dette dal nostro parroco ci rincuoravano l'anima. Tutte le sere poi una piccola candela posta sul balcone segnalava la nostra vicinanza a tutte le persone in difficoltà e alle persone che avevano perso un loro caro senza poter essergli nemmeno vicino.

La più brutta situazione che ha reato questo maledetto virus!!!



## **Io resto a casa (David Septelici)**

In quarantena è più difficile fare molte cose ad esempio allenarsi: non puoi andare in palestra, non puoi andare ai centri estetici, non puoi vedere i tuoi parenti e per andare al supermercato devi aspettare tanto tempo in fila. In casa ti annoi anche se non si direbbe perchè anch'io quando hanno chiuso le scuole ero felice di avere più tempo per stare con i miei amici; questo tempo con il passare di poche settimane è scomparso e l'unica cosa che posso fare è insegnare a mia sorella a giocare a calcio in giardino, soli, ascoltando il richiamo della natura. Rientrando in casa vedo stiracchiato sul tappeto di camera mia il mio gatto con la luce che attraverso la finestra lo colpisce in pieno. Ogni sera mia sorella si affaccia alla finestra per vedere il riccio che viene spesso a fare visita alle nostre siepi.

I libri sono la mia speranza: durante questa quarantena sto perdendo l'immaginazione e la calma, ma è proprio con questi che le recupero, stando seduto su un pouf nel balcone ascoltando, il richiamo degli uccelli canterini, sorseggiando piano piano una tazza di tè caldo alla pesca e osservando il bellissimo tramonto che chiude la giornata in un silenzio tombale.

## **rifaccio il tema #io resto a casa (Eduardo Popovici)**

La mattina mi sveglio dicendo che bella giornata mi aspetta: dapprima mi affaccio alla finestra e vedo la natura comandare, uccellini che cantano, altri che volano lentamente davanti alla finestra come se mi volessero salutare, alberi che ogni giorno che passa hanno una chioma sempre più bella, in altre parole la natura si sta riprendendo. Dopo guardo quali lezioni ho quel giorno e ne parlo un po' con mia mamma, nello stesso tempo preparo i libri e il resto dei materiali, a mezzogiorno faccio pranzo mangiando veloce ma allo stesso tempo molto lentamente. Se ho tempo mi riposo sonnechiando sul divano e guardando la televisione, di volta in volta guardo l'orario e decido se alzarmi o riposare ancora, una volta terminata l'ultima lezione chiamo un mio amico per non stare solo e qualche volta finiamo in chiamata insieme anche per ore. La cena è un punto di ritrovo perchè ci si trova insieme e si parla di quello che si è fatto in giornata, la sera invece faccio i compiti ed infine mi riposo ancora fino a che non mi viene sonno e vado a dormire, col pensiero che domani sarà un bella giornata.

## TEMA #IO RESTO A CASA (Filippo Agostino)

### Le mie parole : BICI-CANESTRO E PALLA DA BASKET-SASSI –VICINO-GARAGE-ARIA

#### SCALETTA:

BICI: Mi piace la sensazione di sentirmi libero nell' aria , come se stessi per volare .  
Mi sento semplicemente me stesso , o anche selvaggio, assaporando la natura.

CANESTRO E PALLA DA BASKET: Mille schiacciate a "rallentatore" , in cui mi sembra proprio di toccare il cielo e le nuvole. Mille speranze e rosiccate .

SASSI: I miei più grandi nemici , mille cadute su di essi e sulle piante del vicino, sporcandomi di fango con un odore di menta .

VICINO: Antipatico e noioso , che mi urla sempre dietro per le piante rovinare con il pallone e con le mie bruttissime cadute su di esse.

GARAGE: Letteralmente una missione per me entrarci , pieno di ragni e ragnatele e tutti insetti strani, ed essendo aracnofobico non è la cosa migliore...BLEAH!

ARIA: Mi piace la sensazione dell'aria che mi scorre sul viso, che mi formicola le mani e che mi scombina i capelli.

#### IL MIO TEMA:

Se dovessi descrivere con una parola la mia quarantena mi basterebbe semplicemente dire "GIARDINO", dove trovo praticamente il mio mondo, che è composto dalla mia bici , dal mio canestro , il garage e i PERFIDI e MALVAGI sassi.

Il motivo per cui passo ore a pedalare sulla mia bici, anche se semplicemente fare lo stesso giro intorno casa, non lo so, è che mi piace e basta, adoro andarci soprattutto insieme a dei miei amici ma ora non mi è concesso, quindi essendo da solo inizio a pensare a caso, mi viene spontaneo, penso un po' a tutto. Penso soprattutto ad una persona , che chiamo 21F , si pronuncia LIF, ed è un nome che ho inventato con i miei amici ( David , Steven e Andrea) ed è una specie di nostro linguaggio segreto che usiamo per indicare persone oggetti, materie e varie cose, praticamente tutto , e quindi sì, non so perché ma penso soprattutto a questo e poi penso al fatto di quando potrò ritornare alla vita di prima, da selvaggio ed da esploratore, soprattutto quando andavo lontano da casa dicendo che stavo attorno, ma questo non lo si deve sapere . Un' altra cosa che adoro finche vado in bici è l' aria che mi scorre sul viso che mi fa formicolare le mani e che mi scombina i capelli, in questi momenti mi sembra di volare come E.T. , di assaporare finalmente la propria natura e libertà, un momento stupendo, in cui sei davvero te , ma sapete come si dice, non è tutto rosa e fiori, infatti prima di passare questi bei momenti devo entrare in garage e prendere la bici, che per me è una vera e propria impresa, pieno di ragni e insetti strani, ragnatele, foglie secche, di tutto e di più , ed io essendo aracnofobico non me la spasso per niente, è sempre un inferno che, anche se dura mezzo secondo, mi traumatizza ogni volta perché vedo ragni dappertutto ,per terra, sui muri, perfino sulla bici e tutte le volte corro e alla fine faccio

più rumore e spreco più tempo che mai . Tutte le volte che devo prendere la bici mi ricordo sempre di un giorno in cui un mio amico (Simone) era venuto a casa mia e stavo prendendo la bici e lui mi chiuse dentro il garage, credo siano stati i secondi più brutti della mia vita, perché ero al buio, in mezzo a ragni ed insetti senza niente, ero in un panico totale, poi non sapevo che fare ed ho colpito la porta del garage per farmi liberare ed ho sentito un ragno e una ragnatela sulla guancia....AIUTOOOO! Lì proprio ero spaventatissimo e subito dopo Simone mi ha liberato e mi sono abbastanza arrabbiato visto che lui lo sapeva di questa mia paura e mi ha detto che sembravo la professoressa di arte ( Cannizzaro) e lì mi son messo a ridere e poi ...Non me lo ricordo più, ma mi sembra non fosse successo più niente, oltre essersi fatti una doccia sotto la pioggia e la ramanzina di mia madre per essere tutto bagnato, niente di che.

Sento la sensazione di libertà però non solo in bici, ma anche giocando a basket e correndo, soprattutto nelle schiacciate, lì proprio mi emoziono un botto, perché è come se mi bloccassi per un attimo a rallentatore e riuscissi a toccare il cielo, o meglio , mi sento altissimo e poi chiudo gli occhi e aprendo la mente vedo cascare tutto e rimanere sospeso in aria con il canestro e la palla e dopo tutto questo, ovviamente, la palla gira per mezz'ora intorno il canestro ed esce e lì si inizia a rosicare come sempre . Dopo tutti questi bei momenti, riprendo il fatto “non è tutto rosa e fiori perché dietro “le quinte” delle storie che racconto ai miei amici ci sono un botto di cadute e graffi. In genere è sempre colpa dei malvagi sassi, che nelle curve in bici e finche corro mi fanno scivolare e cadere, ma non è tutto: a volte caldo sulle piante e sul fango, quindi non solo mi sporco e odoro di tutte le piante del vicino, ma queste si rovinano, causandomi pure graffi e lesioni dappertutto ed anche prurito grazie alle ortiche, ma non è questa la parte brutta, ma è il vicino che mi fa dei monologhi lunghi quanto non so cosa sgridandomi e io che rispondo “OK” inventando qualcosa. Infatti, essendo sdentato, quando parla non si capisce NIENTE, ed infine mancano solo: uno, il vicino che dice tutto a mia madre e due gli altri vicini che si inventano cose, che non ho fatto, e le dicono a mia madre, soprattutto quando vengono i miei amici. Quindi per finire in bellezza mi ritrovo mia madre arrabbiata come una belva, che mi mette in punizione per una settimana ed io per farmela dare di meno giorni le dico “hai ragione “ perché dicono che le donne abbiano sempre ragione, quindi lo faccio sempre e funziona sempre. E così sono praticamente tutti i giorni.

**Andrea Mastropietro classe 1°A 14/05/2020**

**Tema #iorestoacasa**

In questa quarantena mi sono accorto del risvegliarsi della natura perché prima esisteva solo la tecnologia con cui potevo rilassarmi, ma dopo non riuscivo più a stare seduto, per esempio la sera in cui ci sono accesi molti schermi, ovunque ti giri sei circondato da loro; alcune volte è come se avessero una vita tutta loro facendoti il lavaggio del cervello controllandolo; così anche il tempo che prima ti era amico fa diventare i secondi ore.

Ora invece governa la natura: i merli, i pettirossi che la mattina mi svegliano nascondendosi nelle siepi e negli ulivi, come se aspettassero che gli dessi da mangiare oppure le notizie che parlano di delfini che arrivano vicino alla costa, o cuccioli di orso che si arrampicano perché hanno fame e volpi che girano, felici e selvagge, per i boschi, insomma la natura è ritornata a governare quando l'uomo è sparito e si è chiuso in casa.

Riguardo il tempo invece, finché sei davanti agli schermi, per esempio nelle videolezioni, ti annoi e il tempo diventa tuo nemico e fa durare le lezioni di più, oppure quando stai vedendo dei video ti sembra che siano passati solo cinque minuti mentre ne sono passati trenta, al contrario quando stai fuori, visto che per fortuna ho un giardino in cui posso rilassarmi, ti senti a contatto con la natura. C'è la sensazione dei polmoni che sono pieni d'aria, il cuore che batte continuamente senza fermarsi ed il sole che illumina la pelle del viso facendola sembrare cristallina e il fatto di non poterlo guardare, perché ti acceca gli occhi ed è come un gran mistero, perché assomiglia ad una persona timida che non vuole farsi avanti, ma non le piace quando la gente lo fissa. Il calore dei suoi raggi rallegra la giornata e più questo si fa sentire e più ci avviciniamo all'estate, anche se quando si illumina troppo dà fastidio e così la persona timida diventa estroversa per poi ridiventare com'era. Adoro rilassarmi nel giardino con il sole che splende ed io che chiudendo gli occhi immagino un mondo nuovo, e finché immagino i sensi si sviluppano quasi da sentire tutto il quartiere. In questi momenti il tempo va avanti ma tu sai di aver sfruttato bene quella giornata tanto che perdi la cognizione del tempo, che hai tanta adrenalina e non ti vuoi fermare, ma sai che il giorno dopo lo rifarai e ti divertirai ancora di più e tutta quella adrenalina ed ansia svanirà, per esempio questo succede anche a me quando gioco a palla in giardino con mio papà.

Spero che questo periodo passi velocemente e che ci potremmo rivedere tutti: amici, compagni, e non l'avrei mai detto, anche i professori. Andrà tutto bene.

## **Io resto a casa (Oni Maureen)**

Ogni giorno, quando mi sveglio di mattina presto, sento il canto degli uccelli molto delicato e soave che mi dà un senso di tranquillità; quando mi alzo dal letto vado a guardare fuori dalla finestra che tempo fa, perché anche il cielo è un elemento che mi rilassa molto.

Da quando il Covid-19 ha colpito l'Italia sono stata costretta a rimanere a casa ma comunque dovevamo essere presenti alle lezioni e fare i compiti, quindi dovevamo stare molto tempo durante il giorno davanti allo schermo, perché era ed è l'unico modo per sentirci vicini.

Quando mi sveglio la mattina vado a prendere il telefono e inizio le videolezioni non molto piacevoli: quando finisco vado a fare i compiti che non sono facili però li faccio lo stesso. Inoltre, da quando i miei genitori hanno saputo che si deve fare la fila per andare al supermercato, hanno iniziato a comprare molte cose ogni volta che andavano a fare la spesa.

## Tema

### Io resto a casa. (Miriam Altiero)

Ogni mattina vengo svegliata dai primi raggi di sole che entrano nella mia stanza.

Appena apro gli occhi vengo colta dal canto degli uccelli, che prima di questa quarantena non si sentivano per colpa di tutto l'inquinamento acustico.

Resto a letto in silenzio a godermi questo cinguettio, ma poi mi alzo, osservo la strada dalla mia finestra, che tristezza, che silenzio, non vedo più bambini passeggiare, biciclette che non camminano e solo poche auto passare.

Osservo e decido di non aprire la finestra, non esco più fuori al balcone perché, quando inizialmente lo facevo, nell'affacciarmi vedevo sempre la macchina della polizia che erano lì per fermare le persone che non rispettavano le regole.

Eppure mi chiedo come facciano a non rispettarle, visto che queste regole non fanno altro che riguardare la nostra salute e quella della comunità.

Da lì parte la mia giornata: esco dalla stanza e vado a fare colazione, mi rendo conto che prima era fatto tutto di corsa per i nostri vari impegni, mentre adesso mi ritrovo a fare colazione con mamma e papà, che cosa fantastica!

Chiacchieriamo per un po', poi ognuno ha i propri impegni anche in quarantena: mamma e papà iniziano le loro faccende, mentre io sono presa dalle più svariate cose, cioè mi alterno tra compiti, verifiche, lezioni online.

Che mondo nuovo abbiamo scoperto in questo lockdown.

Pensiamo che la scuola possa essere soltanto quella dove noi andiamo in classe e, seduta dietro ad un banco, l'insegnante spiega la lezione, mentre adesso sono i miei insegnanti ad entrare nella mia stanza.

È stata dura fin dall'inizio abituarsi a questo nuovo sistema, creato apposta per noi; certo non sarà stato semplice nemmeno per gli insegnanti, ma ognuno ha contribuito la propria parte, anche i miei genitori mi aiutano in questo impegno.

Cerco di mettere tutto l'impegno possibile, leggo e rileggo, scrivo e riscrivo, dopo un po' mi rendo conto che la mia stanza è piena di fogli scritti, strappati e accartocciati, mi alterno fra alti e bassi, nel senso che a volte riesco ad esprimere tutto quello che ho studiato, mentre altre volte ho come un senso di insicurezza, ma con i miei genitori ho creato un lavoro di squadra, questo mi fa avere più forza e cerco di essere più fiduciosa in me stessa.

La mattina passa in fretta, ed ecco sedendomi a tavola per il pranzo iniziamo i soliti simpatici litigi tra i miei genitori per chi ha cucinato meglio.

Ovviamente, dato che siamo in tre in casa, sono io il giudice.

Sono molto equa e devo dire che papà è stata una scoperta, visto che è preso sul lavoro e pochissime volte ha cucinato per noi. Ma puntualmente ogni giorno a tavola si ascoltano le ultime notizie, cerco di finire il pranzo presto in fretta (avendo paura di

questo virus e sentendo queste brutte notizie ) e corro a vedere qualche serie tv su Netflix che mi distrae.

Anche se gli impegni scolastici sono tanti, io continuo ad avere le mie normali abitudini, certo come è cambiata la scuola è cambiato anche lo sport, quindi anche per la danza classica faccio le lezioni on-line con l'insegnante e le mie amiche.

È fermo per la pandemia che ci ha colpito, inizialmente mi allenavo da sola con la pratica del corpo libero, poi dato la circostanza ci siamo adattati alla diversità e anche la mia insegnante sportiva ha fatto lo stesso video lezioni on-line.

Mi rendo conto che non è uguale: ci divertiamo tantissimo, ma non è lo stesso, infatti se sbaglio qualche passo non vengo ripresa da nessuno, a volte vedo anche le mie amiche girare dal lato opposto di altre, ci stiamo confondendo ahimè!

Tuttavia mi rendo conto che la nostra insegnante non può guardarci bene tutte da una telecamera.

Spesso ci assegna il compito di inventare una nuova coreografia, ed è molto bello perché posso scegliere io la musica e i passi dettati dal mio ritmo e dalle mie scelte.

Ci divertiamo tantissimo, ma anche a lezione terminata io non riesco a smettere di ballare.

Le mie giornate però sono fatte anche di momenti di ritaglio per me, come truccarmi seduta davanti alla mia ballerina trucco in camera, ascoltare musica per coprire il rumore delle autoambulanze o fare videochiamate con i miei amici o parenti, per assicurarmi che stiano tutti bene e per avere un modo di essere più vicini anche se lontani.

Fatta sera, dopo cena con i miei genitori, ci sediamo sul divano a guardare un film, ci coccoliamo con pop-corn o con cioccolata calda con piccoli marshmallow sotto le coperte, e li decidiamo che dolce fare.

Eh sì! Ho scoperto la passione nel fare i dolci: innanzitutto leggo le ricette di mia zia, poi decido che dolce fare.

Dopo aver deciso preparo tutti gli ingredienti che mi occorrono sul tavolo e quando inizio adoro annusare tutti gli ingredienti, specialmente il pan degli Angeli, che buon profumo!.

Così mi metto all'opera e sì, tante risate con mamma, che continua a ripetermi di scegliere un dolce più semplice e io rispondo puntualmente: "Mamma lo faccio io".

Dopo che ho finito di preparare il dolce lo inforno e devo dire che fino ad adesso mi sono riusciti bene, ed è per questo non mi faccio aiutare dai miei genitori, anche perché se sbaglio la prossima volta non rifarò lo stesso errore.

Anche se questa nuova vita mi ha dato tanta serenità, non vedo l'ora di tornare alla normalità.



## **Io resto a casa (Nicolò Preosti)**

Nel bel mezzo del mio dodicesimo compleanno mi sono ritrovato in quarantena con la mia famiglia.

E' stato tutto molto strano perché da un giorno all'altro ci siamo ritrovati da una sfilata di Carnevale con moltissima gente per la strada, che si divertiva, a dover rimanere chiusi in casa per proteggerci dal nuovo virus.

Dal quel momento i rumori della città non si sentivano più ma si faceva più attenzione ai rumori della natura.

Le strade sono diventate deserte; anche se io abito in un appartamento che non dà sulla strada capivo che non c'era il solito traffico perché anche nelle ore di punta non si sentivano i motori delle macchine o delle moto.

All'inizio non pensavo che durasse così a lungo ed invece questa quarantena è durata più del previsto. A febbraio io e la mia famiglia stavamo organizzando il mio compleanno ma ci siamo ritrovati a festeggiare i miei 12 anni, il 21 marzo, a casa, noi tre soli. Però i miei genitori e gli amici sono riusciti lo stesso a rendere allegro questo giorno: la mattina del 21 mi sono alzato presto e ho trovato, a sorpresa, tutta la casa addobbata con palloncini e festoni con la scritta "auguri" e "buon compleanno". Fin dalle prime ore ho ricevuto video chiamate di auguri da tutti, amici e parenti, e da quel momento il mio morale, che era molto giù perché avrei voluto festeggiare come tutti gli altri anni, è tornato allegro e felice. Tantissime persone mi hanno fatto sentire la loro vicinanza in questo giorno per me speciale. Persino i miei vicini, una coppia di anziani, sono stati tanto carini e mi hanno proprio sorpreso: da sotto la porta mi hanno fatto scivolare una biglietto di auguri molto commovente e fuori sul tappeto mi hanno lasciato un giornalino di "FOCUS" che ho letto molto volentieri. A mezzogiorno, il profumo che arrivava dalla cucina mi ha fatto capire che mia mamma mia aveva preparato i miei piatti preferiti, pasta alla carbonara e pollo con le patatine, e mi ha anche preparato una buonissima torta al cioccolato fatta in casa (che a dire il vero è stata molto più buona di quelle della pasticceria che ogni anno mi comprano per il compleanno).

Comunque, oltre al 21 marzo, devo dire che anche gli altri giorni di quarantena sono stati abbastanza movimentati perché, sarà stato il destino, ma la mia nuova cucciolina è arrivata proprio prima che iniziasse il lockdown. La mia cagnolina si chiama Diana ed è un concentrato di vitalità, si può proprio dire che mi sta facendo molta compagnia: corre per tutta la casa e quando sto studiando fa dei salti per poter prendere i miei libri (ammetto che a volte ho sperato che riuscisse a prenderli e li mangiasse per aver la scusa con i prof di non aver potuto studiare). Per fortuna, però, quando non corre o salta dorme, e così riusciamo a rilassarci un po'.

A proposito di professori, sto facendo con i miei compagni una nuova esperienza : la didattica a distanza. Aiutoooooooo !!! Scarica Telegram, scarica ZOOM, scarica collabora, non forse è meglio GOOGLE SUITE (ma io avevo appena cominciato a capire collabora) e ogni volta , con le video lezioni, si perde mezz'ora perché c'è chi non sente, chi non vede. Però devo ammettere che è anche divertente salutarsi con i professori e con i compagni in videochiamata .

Durante queste giornate, però, non studio solamente, mi devo anche svagare un pò: gioco alla playstation n line con i miei amici e con i miei genitori gioco con i giochi in scatola, per esempio scarabeo, cluedo , indovina chi e 5000 domande sono i miei preferiti .

Vinco sempre io, modestamente sono l'intelligente della casa.

Una cosa che mi fa discutere con i miei genitori è il fatto che io starei tutto il giorno in pigiama invece loro mi obbligano a lavarmi e vestirmi : devo ammettere che in diverse video lezioni avevo la felpa ma sotto avevo ancora il pigiama, per non parlare dei capelli; mi manca il mio parrucchiere, sono due mesi che non me li taglio e il ciuffo mi arriva negli occhi, sto cominciando ad assomigliare ad uno skye terrier .

Poi arriva la sera ed è il momento più rilassante della giornata: doccia, mi rimetto finalmente il pigiama, Diana nella sua cucciotta si riposa ed io con i miei genitori mi metto sul divano e, per non farci mancare niente come al cinema, la mamma prepara i popcorn e ci guardiamo un bel DVD (in questa quarantena mi sono rivisto tutta la serie degli Avengers) . Nei momenti di relax ho sentito rumori a cui prima non facevo caso, ad esempio il canto degli uccellini che proviene dal nostro parco condominiale. Il nostro terrazzo si affaccia su un bellissimo parco che ha un bel prato verde e tante piante e, visto che in questo periodo io e la mia famiglia avremmo dovuto trascorrere i fine settimana in campeggio, ed invece a causa della chiusura siamo a casa, chiudiamo gli occhi e quando pranziamo in terrazza ci immaginiamo di essere sul lago di Garda, immersi nel verde, bello come quello del nostro parco e ascoltiamo il silenzio .

Concludendo, non posso dire che per me questa quarantena sia stata male, anzi ho trascorso molto tempo con i genitori, cosa che di solito durante l'anno è più limitata. Ovviamente, però, sono molto dispiaciuto perché so benissimo che non è stata una vacanza ma ci sono persone che stanno male quindi spero che tutto questo finisca il prima possibile e tutto torni alla normalità. Spero di riabbracciare presto i miei parenti , amici e professori e sono convinto che tutto andrà bene !

Intanto io #restoacasa

## **#IORESTOACASA (Enadeghe Divine)**

Per descrivere la mia quarantena per prima cosa direi i cuscini e le coperte che mi ricordano la sensazione di stanchezza, infatti facendo tutte queste lezioni e i tanti compiti è facile stancarsi, ma dopotutto in realtà non ci si affatica troppo perché essendo a casa non si deve fare il tragitto fino a scuola. Di solito ho male agli occhi, perché sto tanto tempo agli schermi visto che devo mantenere lo studio anche da casa; i compiti vengono mandati tramite Classroom.

Spesso ci danno da fare compiti tramite word quindi devo scrivere direttamente dal PC, questo causa male alle mani, perché non sono abituato a scrivere da computer, di solito scrivo con la penna che non mi dà nessuna fatica.

Poiché devo fare le lezioni online da casa, alcune volte passano i miei fratelli e danno molto fastidio, perché dico loro sempre di non entrare ma non ascoltano. Oltre a i miei compiti devo aiutare miei fratellini, e se guardo il loro registro di compiti vedo che sono il triplo dei miei!

## **Io resto a casa (Simone Benedetti)**

La mia giornata inizia con il profumo invitante del caffè e delle merendine che mi fanno svegliare con il sorriso.

Fanno passare il tempo anche le video lezioni che oltre a imparare mi fanno anche stare attento senza distrazioni concrete come il telefono, i fratelli e le sorelle che fanno chiasso e la stampante che fa rumore.

Dopo una mattinata di affanno arriva presto il momento di compagnia con il sapore e l'odore inconfondibile della pasta, una volta al pesto, un'altra volta al pomodoro e un'altra volta ancora in bianco: la quarantena mi spinge a mangiare e da prima si vedono le differenze...

Il pomeriggio mi devo spingere oltre nella velocità del fare gli esercizi e di scrivere sul quaderno, uscendo dai margini e scrivendo male: i compiti infatti sono alla base della quarantena e ogni giorno passo almeno 3 o 4 ore al computer per screencast da guardare o video lezioni da seguire.

Arriva il tardo pomeriggio, e io mi devo preparare per una sessione di fitness e addominali insieme alla mia insegnante di street-dance e le mie amiche.

Dopo la fatica, le gocce di sudore versate e il respiro corto, una doccia non me la toglie nessuno, mi rinfresca anima e corpo.

La sera, per una ricarica delle energie, ci vuole un'insalatona mista con olive, tonno, pomodori e formaggio, oppure una bella bistecca ben cotta.

Dopo cena guardo un po' Youtube o Tik Tok per rilassarmi e poi si vede un film divertente in famiglia, infine si va a letto.

Un altro giorno clonato agli altri è stato completato!

## **Io resto a casa (Steven Girelli)**

La mia giornata in questi giorni di quarantena è molto lunga e intensa.

Appena mi alzo faccio una buona e sana colazione con latte, biscotti e cereali per poter iniziare la giornata con un buon umore.

Nell'arco della giornata trascorro il tempo tra stampare compiti, per poi poterli fare, e leggere i messaggi sul cellulare che arrivano di continuo.

Ogni tanto tra un compito e l'altro faccio una pausa sennò vado in tilt, per svagarmi un po' esco in terrazza e mi metto a giocare a canestro oppure vado a fare un giro in giardino per sfogarmi anche con i miei oppure dei giri in bicicletta.

Mi piace molto andare con i miei amici in città in bici ed è la mia passione.

La cosa strana quando scendo in cortile è che non si sente passare nessuno, di solito prima di questo periodo di epidemia le macchine passavano di continuo; oltre a sentire le macchine si sentono spesso passare ambulanze con le sirene che suonano e in quel momento mi sento triste perché penso che qualcuno stia morendo.

In casa c'è tanta confusione: i miei fratelli litigano, la mamma urla per i compiti, c'è chi pulisce, chi cucina, ma in tutto questo io non riesco a concentrarmi per studiare, dato che già faccio fatica di mio.

La sera per me è il momento più bello perché siamo tutti a tavola a cenare, siamo tutti più tranquilli e mi piace mangiare le cose buone che mi prepara mia mamma.

Poi arriva la sera e finalmente ho il permesso di giocare un'ora alla ps4 e posso anche sentire i miei compagni perché giochiamo assieme e ci divertiamo molto.

Dopo aver giocato vado a letto a dormire sperando che quando mi sveglierò tutto tornerà come prima, che si tornerà a scuola per abbracciare i miei compagni e i miei prof.

## Tema: # IO RESTO A CASA

momento con gli insegnanti e compagni attraverso lo schermo

coccole al cane in balcone profumo di torta

compleanno in quarantena

serie tv Casa de las Flores

Le videolezioni sono i momenti per vedere gli insegnanti e i compagni, il computer per fare tutto.

Il balcone è il posto dove vado per fare una pausa, prendere il sole e una boccata d'aria, assieme al mio cane, facendogli le coccole.

Fare le torte con mia sorella, mescolare il cacao, il profumo di torta che esce dal forno.

Un compleanno insolito, nel giorno di Pasqua.

Casa de las flores serie tv, guardarla con mia sorella, le risate.

### **#IO RESTO A CASA (Victoria Moreira)**

Se dovessi descrivere la mia quarantena inizierei dalle videolezioni, che è quel momento in cui siamo tutti connessi, insegnanti e alunni, il momento che sembra quasi la normalità, solo senza tutto quel chiasso della classe. A volte fa ridere perché ad alcuni non va la webcam, ad altri non funziona il microfono, ed è un continuo scollegarsi e ricollegarsi per vedere se funziona, insomma il computer fa parte della mia giornata; sto molto tempo davanti allo schermo sia per le lezioni, per i compiti e sia per le verifiche. Che ansia quando non funziona il computer, soprattutto nell'ora delle verifiche. Ho tante cose da stampare, da ricopiare, ormai il tavolo del salotto è ricoperto di libri, fogli e quaderni.

Il balcone, invece, è il mio “nascondiglio segreto”, mi siedo lì quando ho bisogno di una pausa, il mio cane mi accompagna sempre, sto lì a sentire il calore del sole e il vento che mi sfiora la pelle, ad ascoltare gli uccellini che cinguettano, mentre faccio le coccole al cane che si sdraia di fianco a me con la pancia in su. Tutto questo mi rilassa. Ogni tanto viene una picciona che cerca di fare nido nel vaso: che spasso vedere Bobo che alza le orecchie e corre per cacciarla via.

Ogni tanto io e mia sorella Isabella facciamo delle torte al cioccolato: adoro aiutarla, è divertente, è un momento speciale da passare insieme chiacchierando e scherzando. La mia parte preferita è mescolare gli ingredienti, soprattutto il cacao, che profumino! Poi quando esce dal forno emana quell'odore che ti fa venir voglia di mangiarla tutta subito. Anche il mio compleanno è stato diverso quest'anno, non solo per la quarantena, ma anche perché era la Domenica di Pasqua: mi è dispiaciuto non poter riunirmi con i parenti e gli amici, meno male che ci sono state le chiamate e i messaggi per rallegrarmi, e le uova di cioccolato come regalo; che delizia assieme al tiramisù. Poi c'è stato il gioco con la wii in famiglia, ogni strike una vittoria, e papà che si vantava di essere il più bravo, che ridere, è stato insolito ma molto bello.

Un'altra cosa che faccio con Isa alla sera, sdraiate sul suo letto, è guardare la Casa de las Flores, una serie tv messicana, che è molto divertente; a volte la guardiamo fino a tardi e senza accorgerci dell'orario ridiamo e parliamo forte e i nostri genitori ci sgridano.

Tutto questo rimarrà nei miei ricordi per sempre.

**#FINE.**

Di Bari Kerol

**TEMA: #IO RESTO A CASA**

BRAINSTORMING: baci, latte, sole, compiti, risate, cioccolata, videolezioni, netflix, social, mal di testa, crema viso, maschera, pigiama, cibo, musica

SCALETTA:

INTRODUZIONE: cosa faccio in quarantena?

SVOLGIMENTO: riflessioni sulle diverse cose che faccio in quarantena

CONCLUSIONE: cosa ne penso io di questo periodo?

Se dovessi descrivere in poche righe la mia quarantena non potrebbero di certo mancare le emozioni che provo quando ho quelle cuffie alle orecchie, mi sento me stessa creandomi una specie di corazza che mi isola facendomi stare bene e facendomi pensare ai momenti belli e brutti passati con le persone a me più care, canzoni così profonde che spesso mi metto a piangere sfogandomi.

Eravamo abituati a commuoverci per delle parole di una canzone prima? Non penso proprio, era molto più importante andare a scrivere un messaggio ad una persona offendendola in modo da creare disagio per poi far scattare “risse” dovute anche a parole infantili, usate senza pensare.

Il mio mal di testa poi, ogni giorno, torna a farmi visita senza però bussare: dopo ore trascorse davanti a schermi mi sento la testa davvero molto pesante che mi obbliga a chiudere gli occhi e sdraiarmi facendo riposare il cervello. Tutto ciò mi accadeva anche prima della quarantena, ma con molta meno frequenza ed ero in grado di gestirlo senza assumere medicinali, cosa che ora spesso sono costretta a fare.

Questo periodo nonostante la voglia di sentirsi liberi e poter andare dove si vuole mi sta facendo riflettere molto, mi sta facendo capire chi sono le persone che a me tengono veramente, che mi vengono a scrivere o chiamare semplicemente per dirmi “ti voglio bene” o “mi manchi”; questi sono gesti considerati davvero molto importanti per me in questo periodo, perché capisco di chi potrei fidarmi ciecamente e di chi invece di me non è mai fregato nulla, le classiche persone che parlano alle spalle, facendo così stare male; ciò che ho smesso di fare perché ho capito che loro da me non si meritano davvero nulla.



**TEMA**  
**# IO RESTO A CASA**

**FASE 1 - BRAINSTORMING**



**FASE 2 – SCALETTA DETTAGLIATA**

- **Genitori sempre a casa e pranzi in famiglia:** i miei genitori lavorano un po' in Smart working e un po' devono recarsi nei loro uffici. Molto spesso siamo tutti a casa ed è molto bello darci appuntamento in cucina per la merenda a metà mattina, quando finalmente stacciamo tutti un po' dai nostri impegni, scolastici e lavorativi. La mamma ci prepara una macedonia, una torta, uno yogurt fresco, per farci una coccola prima di tornare a concentrarci sulle nostre attività. Altra cosa positiva dell'essere tutti a casa è che condividiamo sempre assieme i pranzi e le cene. Nella vita frenetica che avevamo lo riuscivamo a fare solo nel fine settimana.
- **Famiglia:** sono fortunata ad avere accanto a me i miei genitori. È strano che nei giorni di normalità, quando eravamo a casa assieme, molte volte discutevamo per svariate

cose. Ora che siamo sempre assieme, in questa emergenza, in casa c'è un clima più sereno, come se avessimo trovato un equilibrio che forse era andato perduto nello stress di tutti i giorni. La cadenza delle giornate è scandita da ritmi diversi e li viviamo assieme, con la speranza comune di poter stare sempre in salute e assieme.

- **Professori:** in questo periodo ho riflettuto molto su molte cose che prima davo scontate. Sono davvero fortunata ad avere “accanto a me”, anche se “a distanza”, delle figure che mi supportano e mi aiutano a mantenere i miei impegni e a poterlo fare al meglio. Alcuni professori stanno dedicando moltissimo tempo e moltissime energie per aiutarci ad affrontare questo duro periodo e a prepararci per gli esami di terza media. Ma quel che più conta è che li sento vicino più che mai, e sapere che in ogni momento della giornata posso scambiare con loro ogni tipo di dubbio o pensiero, per me è molto importante.
- **Computer, tablet, cellulare, chat, collegamenti internet, vestirsi e pettinarsi bene per la web-cam, nuove applicazioni:** non sono mai stata attiva dal punto di vista tecnologico. La mia vita non mi dava molto tempo per dedicarmi alla tecnologia e ai social, tra scuola, studio e allenamenti, vivevo molto di più una vita reale, non “on-line”. Tutto d'un tratto mi sono trovata a dover gestire molti applicativi su vari dispositivi: Telegram, Whatsapp, Zoom, Discord, ...tutti nuovi “ambienti” ora necessari per poter partecipare alle lezioni, a svolgere compiti, ad inviare e ricevere compiti da professori, a rimanere in contatto con i miei compagni, amici e con la mia squadra di pallavolo.
- **Videochiamate:** le videochiamate mi permettono, oltre che a tenermi in contatto con gli amici, di poter tenere compagnia ai miei nonni, che in questo momento non posso frequentare. È stata buffa la prima videochiamata con mia nonna, perché dopo essere riuscita a fatica a capire come rispondermi con il cellulare, si era stupita di potermi vedere e parlarmi. È un modo per non farli sentire soli, perché so' che gli manco moltissimo.
- **Allenamento in casa, tornei virtuali:** i miei allenatori di pallavolo hanno organizzato dei tornei settimanali da fare in videochiamata. Si inizia con una avversaria, si deve fare di volta in volta un ciclo di esercizi descritto per il torneo del momento, poi a

seconda di chi vince e chi perde, si prosegue con altre avversarie, fino ad arrivare a eleggere le tre vincitrici del podio della settimana. È un modo divertente per incentivarci nel restare allenate e a rimanere in contatto e unite tra di noi. Oltre ai tornei, ogni giorno abbiamo una scheda di allenamento da fare a casa e settimanalmente facciamo un allenamento o in videoconferenza assieme alla squadra e agli allenatori.

- **Primavera, sole dalla finestra e aria fresca sul balcone:** pur dovendo stare in casa è bello vedere la primavera e sentirne il profumo e il calore. Quando c'è il sole mi piace guardare i suoi riflessi che illuminano la stanza e mi scaldano corpo e mente. Mia mamma ha piantato i fiori sui balconi, e quando il tempo lo consente, resto fuori un pochino e respiro il profumo dei fiori e dell'aria fresca primaverile, notando che di giorno in giorno i germogli degli alberi del giardino sotto casa, diventano sempre più rigogliosi.
- **Telegiornali, preghiere, speranza:** sicuramente una parte della giornata è scandita dall'informazione su quello che sta accadendo. Mette molta tristezza sentire il numero di contagiati e di deceduti. Spero che tutto si risolva e che presto tutto questo rimanga un ricordo che ci abbia insegnato molto.
- **Musica, libri, film:** questo periodo "rallentato" mi permette di dare spazio alla lettura, alla musica e ai film. Il tutto ancor più bello quando a volte posso dividerlo con i miei genitori.
- **Silenzio:** non mi sono mai fermata ad "ascoltare il silenzio", e in questo momento che vivo molto la casa, mi rendo conto dei rumori, dei bimbi piccoli dei vicini che abitano al piano di sopra, quando giocano, ridono o fanno arrabbiare. Mi piace ascoltare gli uccellini che cantano nelle giornate di sole, e il rumore del vento sulla biancheria stesa.
- **Pizza, torte, focacce:** non ho mai avuto tempo per cimentarmi in cucina, adesso sto imparando a cucinare qualcosa. Cucinando mi rilasso e mi diverto e tra qualche guaio a volte esce qualcosa di buono.
- **Pulizie, cambio guardaroba:** oltre che a cucinare, sto imparando a fare qualche faccenda domestica per aiutare i miei genitori. Le ore, i giorni, le settimane passano...e con loro è arrivata la primavera. Nell'armadio trovo ancora vestiti invernali...mentre sarebbe ora di cambiare abbigliamento.

- **Nostalgia, malinconia, timore per il futuro:** credo sia normale provare questi sentimenti, la voglia di tornare alla normalità si fa sentire più passa il tempo, ma vi è anche timore per il futuro.

### **FASE 3 – SCRITTURA**

Sono trascorsi ormai due mesi da quando siamo tutti rinchiusi nelle nostre case, per rallentare il contagio dal coronavirus Covid 19.

Nel mese di gennaio 2020 questo virus si è diffuso in tutte le principali città della Cina, dopo circa un mese si è diffuso in molti altri Paesi, tra i quali anche l'Italia. Dopo il primo periodo in cui sembrava che il virus potesse essere circoscritto nelle cosiddette “zone rosse”, zone nelle quali vi erano stati i primi casi di contagio, l'Italia è poi entrata in un lungo periodo di contenimento a livello nazionale.

Non avendo ancora a disposizione cure e vaccino, l'unico modo per poter almeno rallentare la curva del contagio è quella di evitare il contatto con le altre persone, da qui il decreto “#io resto a casa”.

Scuole, chiese, uffici, negozi, centri commerciali, bar, ristoranti, cinema, palestre, stadi, piscine, parrucchieri, estetiste, fabbriche, cantieri e moltissime altre attività, hanno chiuso in seguito al decreto.

Con queste chiusure la vita è cambiata per ognuno di noi, sotto diversi aspetti, sia lavorativi che nella vita familiare e sociale.

Fin dai primi giorni ho provato sensazioni contrastanti, da un lato ero felice di avere più tempo da dedicare ai miei interessi grazie alla chiusura della scuola, dall'altro ero triste nel non poter uscire per andare ad allenamento e per non poter incontrare i miei amici.

La vita in casa con la mia famiglia è stata completamente rivoluzionata, anche i miei genitori non potevano sempre recarsi al lavoro, e dovevano lavorare molto spesso da casa in modalità smart working. Da qui l'esigenza di avere tre postazioni di lavoro: due per i miei genitori e una per me per poter partecipare alle video lezioni e svolgere i compiti in didattica a distanza. La casa è praticamente diventata un ufficio durante le ore di “lavoro” per poi ritrasformarsi nelle ore “libere” nella mia solita casa. A metà

mattina ci ritroviamo in cucina per una pausa e staccare qualche minuto dai nostri impegni. La mamma ci prepara spesso una macedonia, uno yogurt o una torta, e siamo così nuovamente carichi per ripartire. Oltre alle merende, condividiamo assieme anche i pranzi e le cene, cosa che nella vita frenetica che avevamo nella normalità, riuscivamo a fare solo nei fine settimana. Mi diverto a sentire mia mamma che, finché lavora, pensa al menù del giorno, e man mano che si avvicina l'orario del pranzo sento arrivare nella mia camera i profumi di quello che sta cucinando.

Sono fortunata ad avere accanto a me i miei genitori, e, riflettendo sul nostro rapporto, posso dire che il clima familiare in questo contesto ne ha giovato molto. Le giornate sono scandite con ritmi diversi, vissuti tutti assieme e questo ci ha fatto trovare un equilibrio che forse a causa dello stress avevamo perso.

In questo periodo ho riflettuto su molte cose che prima davo scontate. Sono davvero fortunata ad avere “accanto a me”, anche se “a distanza”, delle figure che mi supportano e mi aiutano a mantenere i miei impegni e a poterlo fare al meglio. Alcuni professori stanno dedicando moltissimo tempo e moltissime energie per aiutarci ad affrontare questo duro periodo sia a livello psicologico che per poter proseguire il programma scolastico a distanza. Ma quel che più conta è che li sento vicino più che mai, e sapere che posso rivolgere loro ogni tipo di dubbio o pensiero, per me è molto importante.

Grazie ai professori e alla didattica a distanza, le giornate sono scandite dalle video lezioni attraverso il computer. Nella quotidianità di sempre non ho avuto molto tempo per dedicarmi alla tecnologia e ai social, tra scuola, studio e allenamenti di pallavolo, vivevo molto di più una vita reale, non “on-line”. Tutto d'un tratto mi sono trovata a dover gestire molti applicativi su vari dispositivi: Telegram, Whatsapp, Zoom, Discord, Google Gsuite...tutti nuovi “ambienti” ora necessari per poter partecipare alle lezioni, a svolgere compiti, ad inviare e ricevere compiti da professori, a rimanere in contatto con i miei compagni, amici e con la mia squadra di pallavolo.

Ogni giorno “scolastico” ci colleghiamo con un orario predefinito, in video lezione con professori e compagni. Mi vesto e mi pettino come se dovessi prepararmi per andare a scuola, perché voglio tenermi “attaccata” a quella quotidianità. Dopo i saluti attraverso

la web cam e al microfono, iniziano le lezioni, senza tralasciare le chiacchiere e le “sparate” inopportune di qualche compagno, che nel contesto fanno ridere anche i professori più severi, diventati sicuramente più comprensivi.

Le videochiamate mi consentono, oltre che a tenermi in contatto con la scuola e gli amici, di poter tenere compagnia ai miei nonni che in questo momento non posso frequentare. È stata buffa la prima videochiamata con mia nonna, perché dopo essere riuscita a fatica a capire come rispondermi con il cellulare, si era stupita di potermi vedere e parlarmi. È un modo per non farli sentire soli, perché so' che gli manco moltissimo.

Oltre che dagli impegni scolastici il mio “#io resto a casa”, è scandito dalla mia passione per la pallavolo. I miei allenatori hanno organizzato dei tornei “virtuali” settimanali da fare in videochiamata. Si inizia con una avversaria, si deve fare di volta in volta un ciclo di esercizi descritto per il torneo del momento, poi a seconda di chi vince e chi perde, si prosegue con altre avversarie, fino ad arrivare a eleggere le tre vincitrici del podio della settimana. È un modo divertente per incentivarci nel restare allenate, a rimanere in contatto e unite tra di noi. Oltre ai tornei, ogni giorno abbiamo una scheda di allenamento da fare a casa e settimanalmente facciamo un allenamento in videoconferenza assieme alla squadra e agli allenatori.

Quando il tempo lo consente e sono libera dagli impegni scolastici, esco dal mio appartamento assieme a mia mamma o mio papà per andare nel parco condominiale e fare un po' di movimento. Il parco è molto grande, circonda il condominio. Sono poche le persone che ci vanno perché nel condominio ci abitano molti anziani che preferiscono rimanere sui balconi.

E' un po' come tornare bambina, perché mi vesto sportiva per l'occasione, mi organizzo con palla, corda per saltare, borraccia con l'acqua, come se dovessi andare in gita chissà dove! Anche i miei genitori godono di questi momenti che prima non vivevano dovendo sempre correre tra ufficio, supermercati e accompagnare me in palestra. Molte volte mentre io mi alleno correndo nel parco, i miei genitori camminano e poi ci riuniamo a giocare assieme a pallavolo.

Quel parco che da molti anni fa solo da cornice nei miei tanti spostamenti quotidiani, adesso ha ripreso vita. Da lì si vedono gli altri inquilini sui balconi: chi legge, chi prende il sole, chi telefona e chi semplicemente guarda noi che giochiamo.

Oltre al parco ho la fortuna di avere dei grandi balconi, che consentono, pur dovendo stare in casa, di “vedere” la primavera e sentirne il profumo e il calore. Quando c’è il sole mi piace guardare i suoi riflessi che illuminano la stanza e mi scaldano corpo e mente. Quando posso, resto fuori un pochino e respiro il profumo dei fiori nei vasi e dell’aria fresca primaverile, notando che di giorno in giorno i germogli degli alberi del giardino sotto casa, diventano sempre più rigogliosi.

Sicuramente una parte della giornata è scandita dall’informazione, grazie ai telegiornali ci teniamo informati su quello che sta accadendo. Le notizie si alternano aggiornandoci sul numero di contagiati, di deceduti e di guariti a notizie relative all’economia che sta subendo grandi perdite sotto molti aspetti. Mette molta tristezza sentire il numero di contagiati e di deceduti, non solo in Italia, ma in tutto il mondo. Fa riflettere su come un virus così piccolo che a fatica si riesce a vedere al microscopio, abbia causato una pandemia a livello mondiale, facendo soffrire migliaia di persone, che hanno o stanno perdendo familiari o che senza lavoro non riescono più a dare un pasto ai loro figli. Prego e spero che la situazione possa migliorare, soprattutto per chi è meno fortunato di me.

All’inizio della pandemia i toni di chi ci governa erano molto duri sul tema “restate a casa”, essendo la curva dei contagiati sempre in crescita con ospedali e terapie intensive che non riuscivano a curare tutti essendo più pazienti che respiratori o letti disponibili. Con il passare delle settimane e dei mesi, rimanendo il più possibile distanziati, potendo uscire solo in casi di necessità, fortunatamente la curva è arrivata al picco per poi iniziare una lenta discesa.

Da questo momento si iniziano a sentire maggiori notizie in merito alla ripresa economica e alla cosiddetta “fase 2”, fase in cui ci sarà consentito uscire da casa, pur mantenendo la distanza gli uni dagli altri e dovendo seguire una serie di regole che sono ancora in fase decisionale.

Dopo pranzo mi riposo un po' e rifletto sul "silenzio": non mi sono mai fermata ad "ascoltare il silenzio", e in questo momento che vivo molto la casa, mi rendo conto dei rumori, dei bimbi piccoli dei vicini che abitano al piano di sopra, quando giocano, ridono o fanno arrabbiare. Mi piace ascoltare gli uccellini che cantano nelle giornate di sole e il rumore del vento sulla biancheria stesa.

Questo periodo "rallentato" mi permette di dare spazio anche alla lettura, alla musica e ai film. Il tutto ancor più bello quando a volte posso dividerlo con i miei genitori. Le giornate del "#io resto a casa" sembrano più "lunghe" e mi permettono di dedicarmi a cose che non avevo mai fatto, come ad esempio cucinare. Cucinando mi rilasso e mi diverto e tra qualche guaio, come per esempio aver frantumato in mille pezzi un uovo volendolo solo aprire per fare una torta, a volte esce qualcosa di buono.

Oltre che a cucinare, sto imparando a fare qualche faccenda domestica per aiutare i miei genitori. Le ore, i giorni, le settimane, i mesi passano...e con loro è arrivata la primavera. Nell'armadio trovavo ancora vestiti invernali...mentre era ora di cambiare abbigliamento viste le belle giornate di sole, pronta così a poter sfoggiare i vestiti leggeri nella "fase 2" in cui potrò uscire.

Con l'avvicinarsi del giorno in cui potremmo uscire, arrivano anche i pensieri su quello che succederà. Il timore nel ricambiare i propri ritmi e le proprie abitudini, la paura del contagio per me o per qualcuno dei miei famigliari, la voglia di uscire ma anche l'incertezza sul doverlo fare in modo diverso da quello che era prima della pandemia. Non sono ancora chiare le linee guida che dovremo seguire nella "fase 2", ma sicuramente si dovrà mantenere il distanziamento e non ci si potrà riunire in gruppi. Non si potrà tornare a scuola, anche se non è ancora stato ufficializzato. Questo mi rattrista perché mi sarebbe piaciuto tornare tra i banchi, ricominciare a fare lezione utilizzando libri e quaderni al posto del computer. Poter sentire lo stritolio del gesso sulla lavagna e le chiacchiere dei compagni al cambio dell'ora.

Mi manca molto trascorrere del tempo con i miei amici e poter fare allenamento con la mia squadra, cose che per un bel po', chissà per quanto tempo, non si potranno fare.

Affronterò anche questa nuova fase, rispettando le regole per evitare il contagio, fiduciosa che tutto si risolverà.



Sicuramente i ricordi di questo “strano” periodo del “#io resto a casa” resteranno per sempre nel mio cuore.