

## CAPSULA DEL TEMPO 22-23

L'idea della **Capsula del tempo** è nata da una lettura presente sul libro di inglese delle classi seconde.

Organizzare la Time Capsule con le nostre classi è sembrata da subito una sfida interessante e lavorare con i ragazzi e con Filippo Falcone, per me ex studente ed ora collega, e con la giovane collega Erika Terzi è stata un'esperienza divertente e nuova. Filippo ci ha trascinati nell'acquisto di una vecchia cassaforte al mercatino dell'usato e questa è diventata la nostra Capsula.

Il preside ha avuto l'idea di inserire l'iniziativa nell'ambito delle celebrazioni del cinquantesimo anniversario della fondazione del Liceo e inoltre, per il Team Erasmus del Liceo, la Capsula costituisce un'originale strumento di disseminazione delle attività del progetto a cui il nostro istituto partecipa come scuola accreditata.

I ragazzi delle quattro classi coinvolte, 2AL, 2BL, 2CL e 2AC hanno discusso e preparato il materiale per la capsula del tempo e l'iniziativa è stata allargata a tutti gli studenti e docenti interessati a partecipare e a lasciare un messaggio per i futuri studenti del liceo che apriranno la capsula tra 25 anni. Nella capsula saranno inserite testimonianze di vario genere e messaggi per dare, a chi la aprirà tra 25 anni, la possibilità di avere un'idea di come sia la nostra vita e quali siano i nostri successi e i nostri sogni ora.

Il "posizionamento" della Capsula dovrebbe avvenire martedì 23 maggio 2023 alle 10.45 alla presenza del DS e delle classi che hanno partecipato al progetto con i proff Falcone, Terzi e Fabbri A.

Alessandra Fabbri

“Con questo piccolo messaggio vorrei ringraziare il nostro liceo per tutto ciò che mi ha dato. Il nostro liceo è un posto davvero speciale , dove ognuno si sente come a casa; un posto dove tutti sono sempre pronti ad aiutare. Quando sono arrivato in Italia non conoscevo nessuno e non pensavo di poter conoscere nessuno. Ma il liceo mi ha aiutato tantissimo, mi ha dato i miei migliori amici senza quali non immagino più la mia vita, mi ha dato la mia classe che mi ha accolto e diventata la mia “piccola famiglia”, mi ha dato la possibilità di partecipare nei progetti Erasmus. La mia esperienza Erasmus in Spagna è stata una cosa fantastica. Ho avuto la possibilità di visitare tanti posti bellissimi, conoscere tanta gente e vivere in una famiglia spagnola. Sono molto contento di essere una parte del nostro liceo. Quindi vorrei dire a tutti alunni della nostra scuola — godetevi i momenti che passate qui, perché sono indimenticabili!”

**Borys Mogytych**

# Cadere

Cadere implica tentare qualcosa di nuovo  
e affrontarlo con coraggio a testa alta.

Cadere vuol dire avere la forza di rialzarsi  
dopo che si è perso l'equilibrio.

Cadere è nemite la terra sotto di noi  
e sapere che ci sarà sempre.

Cadere è la fine di qualcosa  
ma anche l'inizio di una nuova consapevolezza.

No: cadiamo spesso,  
a volte non ce ne accorgiamo neppure  
e non sempre è qualcosa di negativo.

Fa male cadere  
perché non so dove atterrerò,  
ma poi continuate a vedere la luce del sole  
cadrei altre mille volte  
e mi rialzerò.

Enza Tomacore

# 21 Speranza

Spero nella vita,  
che marce ogni giorno.

Spero nella morte,  
che pone fine a tutte le sofferenze.

Spero nell'amore,  
che abbiamo perso e poi ritrovato.

Spero nel coraggio,  
con cui combatti la tua guerra.

Spero nella famiglia,  
che sia sempre unita e felice.

Spero nell'amicizia,  
che sia forte e duratura.

Spero in te,  
che ogni giorno trovi la forza di andare avanti.

E spero in questo mondo,  
che avrà l'audacia di rialzarsi.

Sara Fondacozi

16 April - 21 April 2023

ERASMUS  
IES MIGUEL  
DE CERVANTES

some bad quality pictures to  
be able to recall, in the future,  
this exceptional quality time.



**2BL, 3AL, 3BL a.s. 2022-23**  
**Programma scambio culturale con Bad Wimpfen**

**Fase 1**

**5. marzo - 11 marzo**

**Domenica 5 marzo: Viaggio**

- 8.15: Ritrovo alla stazione di Domodossola  
8.48: Partenza in treno (3 cambi: Briga, Berna, Mannheim)  
15.31: Arrivo previsto a Bad Wimpfen. Incontro con i partner e sistemazione in famiglia.

**Lunedì 6 marzo: Bad Wimpfen**

- 1./2. ora: Colazione di benvenuto e saluto del Dirigente  
3. - 6. ora: Frequenza delle lezioni nella classe del proprio corrispondente.  
13.30 - 15.05: Visita guidata di **Bad Wimpfen**, lezione normale per i partner tedeschi. Ritrovo presso il cortile della scuola

**Martedì 7 marzo: Würzburg**

- 1./2. ora: Lezione tutti insieme con la prof.ssa Frau Hain  
9.15 Uhr: Gita a **Würzburg** (visita della città e della Residenza, patrimonio UNESCO)  
16:12 Uhr: Rientro previsto a Bad Wimpfen

**Mercoledì 8 marzo: Experimenta ad Heilbronn**

1. ora: Lezione nella classe dei propri partner.  
8.15: Visita del Museo **Experimenta ad Heilbronn**  
15.00: Ritrovo con i partner e rientro a casa

**Giovedì 9 marzo: Heidelberg**

- 1./2. ora: Lezione nella classe dei propri partner.  
9.15: Ritrovo in stazione e gita a **Heidelberg** (con visita guidata)  
15:31: Rientro previsto a Bad Wimpfen

**Venerdì 10 marzo: Bad Wimpfen**

- 1./2. ora: Colazione di commiato per tutti nella mensa scolastica.  
3. - 6. ora: Lezione nella classe dei propri partner.

**Samstag, 11 marzo: Rientro**

- 8.00: Ritrovo in stazione  
8.22: Partenza per **Domodossola** (3 cambi: Mannheim, Berna, Briga)

Il progetto coinvolge il nostro liceo e l'Istituto spagnolo IES "Miguel De Cervantes - Saavedra" di Alcázar de San Juan (Ciudad Real) e prevede attività di scambio, sia in loco (studenti + docenti), che in ambito digitale/virtuale. I Paesi coinvolti intendono sviluppare un progetto che prevede scambi bidirezionali focalizzati sull'innovazione con uno sguardo attento alle problematiche ambientali, l'internazionalizzazione degli Istituti partecipanti, la diffusione dei valori europei, la promozione della creatività, della cooperazione, nonché l'apprendimento tra pari e lo scambio di esperienze a livello europeo, ma anche lo sviluppo della digitalizzazione .

Per raggiungere gli obiettivi del progetto si prevedono le seguenti attività:

1)**Attività antecedenti la mobilità:** Incontri preparatori su google Meet tra i docenti per definire gli aspetti organizzativi e con gli studenti che parteciperanno allo scambio per avviare la conoscenza tra le componenti. Durante uno di questi incontri gli studenti spagnoli presenteranno la loro scuola e le attività dedicate a noi nella settimana di permanenza in Spagna. Preparazione di video/guide digitali di presentazione delle città, di introduzione alle tradizioni e ad aspetti significativi della nostra realtà, da inviare agli studenti spagnoli e visione di simili materiali ricevuti dalla scuola spagnola. Informazioni e attività di sensibilizzazione relative agli aspetti legati alla sicurezza al comportamento durante il viaggio e la settimana di permanenza in Spagna e ai protocolli COVID.

2)**Attività per il gruppo italiano durante la settimana di mobilità presso l'Istituto spagnolo IES "Miguel De Cervantes - Saavedra":**

Il gruppo frequenterà alcune lezioni e parteciperà alle attività svolte per presentare la scuola e alcuni suoi progetti. Nel corso della settimana gli studenti potranno partecipare alle seguenti iniziative organizzate dalla scuola spagnola e effettueranno le riprese per un video che raccolga le diverse esperienze:

**Educazione ambientale:**

-Esploriamo Parco Nazionale Cabañeros: percorso a piedi fino al "Boquerón de Estena", alla ricerca dei fossili del Paleolitico inferiore.

<http://www.magrama.gob.es/es/red-parques-nacionales/nuestros-parques/cabaneros/>

-Percorso alla scoperta del Parco Naturale "Lagunas de Ruidera", con visita guidata al paesaggio spettacolare delle più belle zone umide della penisola iberica. Durante l'attività sarà anche possibile praticare attività sportive

<http://areasprotegidas.castillalamancha.es/lagunas-de-ruidera>

-Gli studenti avranno la possibilità di svolgere attività ambientali, multi-avventura, canoa, escursioni su sentieri insieme ai compagni spagnoli.

<http://www.ecoturismoruidera.com/>

-Percorso in bicicletta e osservazione della fauna autoctona con visita guidata alla Riserva naturale delle Lagune di Alcázar de San Juan:

<https://areasprotegidas.castillalamancha.es/rap/enp-reserva-natural/complejo-lagunar-de-alcazar-de-san-juan>

**Ambito artistico culturale :**

-Visita guidata di Toledo, città delle tre culture: passeggiata nel quartiere ebraico, visita alla cattedrale e ad una moschea.

<http://www.toledo-turismo.com/>

-Laboratori ambientali e di inclusione a scuola (il dipartimento di Orientamento scolastico proporrà diverse attività con l'aiuto degli studenti spagnoli che, nel ruolo di ciceroni, guideranno il gruppo italiano anche durante la visita di Alcázar e del "Museo Casa del Hidalgo" e del "Torreón del Gran Prior."

<https://www.turismoalcazar.es/>

-Laboratori collaborativi di pittura murale presso IES Miguel de Cervantes Saavedra.

<http://ies-cervantes.centros.castillalamancha.es/>

3. Attività svolte dopo la mobilità:

Creazione di uno spazio Erasmus nell'atrio della scuola con cartelloni e materiale raccolto e prodotto durante le esperienze svolte; creazione di uno spazio sul sito web della scuola dedicato al progetto e condivisione contenuti sulle pagine social dell'Istituto; post-produzione e montaggio del video relativo alla settimana della mobilità/ospitalità; proseguimento dei contatti sulla piattaforma Etwinning.

Accoglienza ragazzi IES "Miguel De Cervantes - Saavedra" di Alcázar de San Juan (Ciudad Real)

Ecco la nostra proposta per le attività da svolgere in Italia. L'ordine in cui le attività saranno realizzate verrà determinato successivamente:

1. Attività antecedenti la mobilità:

Incontri preparatori su google Meet tra i docenti per definire gli aspetti organizzativi e con gli studenti che parteciperanno allo scambio per avviare la conoscenza tra le componenti. Preparazione di video/guide digitali di presentazione delle città, di introduzione a usi e aspetti significativi dei paesi visitati durante le mobilità. Informazioni e attività di sensibilizzazione relative agli aspetti legati alla sicurezza e ai protocolli COVID.

2. Attività svolte durante la mobilità:

**Educazione ambientale**

-Il territorio alpino. Incontro dedicato alla flora e alla fauna dei parchi naturali della Valle Ossola con proiezione di materiale audio visivo e riflessione sulla tutela ambientale del territorio.

<http://www.areeprotetteossola.it/it/conoscere-i-parchi/i-parchi-dell-ossola-e-della-valle-di-binn/il-parco-veglia-devero>

-Incontro dedicato al progetto "IL GIARDINO DEI SEMPLICI", il piccolo orto del Liceo Spezia di Domodossola. Attività basata sulla peer education a cura del gruppo di alunni che hanno svolto l'esperienza.

- Le Alpi e il territorio montano. Visita alla Valle Vigizzo, la valle dei pittori.

[https://www.google.com/search?](https://www.google.com/search?q=la+val+vigezzo+foto&rlz=1C1GCEA_enIT893IT893&sxsrf=ALeKk00zGMj23jT7gYxfk7oX9d4iEEwcqQ:1620247243676&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir)

[q=la+val+vigezzo+foto&rlz=1C1GCEA\\_enIT893IT893&sxsrf=ALeKk00zGMj23jT7gYxfk7oX9d4iEEwcqQ:1620247243676&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir](https://www.google.com/search?rlz=1C1GCEA_enIT893IT893&sxsrf=ALeKk00k4sB17SFqE1npuWYVYU-orEitjg:1620247360838&source=univ&tbm=isch&q=il+lago+maggiore+e+le+isole+borrowee)

-Uscita didattica: il Lago Maggiore e le isole Borromeo, visita al Museo del Paesaggio (Verbania)

[https://www.google.com/search?rlz=1C1GCEA\\_enIT893IT893&sxsrf=ALeKk00k4sB17SFqE1npuWYVYU-](https://www.google.com/search?rlz=1C1GCEA_enIT893IT893&sxsrf=ALeKk00k4sB17SFqE1npuWYVYU-orEitjg:1620247360838&source=univ&tbm=isch&q=il+lago+maggiore+e+le+isole+borrowee)

[orEitjg:1620247360838&source=univ&tbm=isch&q=il+lago+maggiore+e+le+isole+borrowee](https://www.google.com/search?rlz=1C1GCEA_enIT893IT893&sxsrf=ALeKk00k4sB17SFqE1npuWYVYU-orEitjg:1620247360838&source=univ&tbm=isch&q=il+lago+maggiore+e+le+isole+borrowee)

-Camminata nella Riserva Naturale UNESCO del Sacro Monte Calvario di Domodossola, con riflessione sui valori della tutela e del rispetto dell'ambiente e del patrimonio culturale.

<https://www.sacrimonti.org/sacro-monte-di-domodossola>

**Attività culturali, ambito creativo e artistico:**

-Visita della città di Domodossola, al centro storico e alle antiche mura (Associazione Musei dell'Ossola).

[https://www.google.com/search?](https://www.google.com/search?q=domodossola+foto&rlz=1C1GCEA_enIT893IT893&oq=Domodossola+foto&aqs=chrome.0.0i19l2j0i19i22i30l8.5698j0j15&sourceid=chrome&ie=UTF-8)

[q=domodossola+foto&rlz=1C1GCEA\\_enIT893IT893&oq=Domodossola+foto&aqs=chrome.0.0i19l2j0i19i22i30l8.5698j0j15&sourceid=chrome&ie=UTF-8](https://www.google.com/search?q=domodossola+foto&rlz=1C1GCEA_enIT893IT893&oq=Domodossola+foto&aqs=chrome.0.0i19l2j0i19i22i30l8.5698j0j15&sourceid=chrome&ie=UTF-8)

-Concerto a cura dell'Associazione Artexe e del Festival chitarristico della Val d'Ossola.

<https://www.ossolaguitarfestival.com/>

-Concerto organizzato dagli studenti della scuola con coinvolgimento attivo degli studenti ospiti interessati a partecipare.

-Visita a Palazzo S. Francesco e relativa mostra di pittura con laboratorio creativo dedicato agli studenti (Museo Civico G. G. Galletti in Palazzo S. Francesco)

[http://www.amossola.it/musei\\_ossola/it/museo/museo-di-palazzo-san-francesco](http://www.amossola.it/musei_ossola/it/museo/museo-di-palazzo-san-francesco)

**Ambito dell'inclusione:**

Attività laboratoriale di peer education gestita dagli alunni del progetto scolastico #sbullizziamoci sull'importanza dell'inclusione a scuola per la prevenzione del bullismo e del cyber bullismo

<http://www.liceospezia.it/vb/index.php/dicono-di-noi/1948-sbullizziamoci-come-combattere-il-bullismo-secondo-il-liceo-spezia>

**Ambito digitale:**

-Diario su Padlet o Netboard relativo alle esperienze svolte; video relativo alle attività e creazione di contenuti digitali per i social media (IG stories)

3. Attività svolte dopo la mobilità:

Creazione di uno spazio Erasmus reale nell'atrio della scuola con testimonianze delle esperienze svolte; creazione di uno spazio dedicato sul sito web della scuola e condivisione contenuti sulle pagine social



dell'Istituto; post-produzione del video relativo alla settimana della mobilità/ospitalità; proseguimento dei contatti sulla piattaforma Etwinning.

## **Transalp 2022-2023**

### **Le dernier jour ensemble... Giada Prosdocimi**

cette photo signifie tellement pour moi, car elle me rappelle tout ce que j'ai vécu avec ces gens que j'aime tant et qui sont devenus extrêmement importants en très peu de temps (et avec la plupart d'entre eux je suis toujours en contact). Je tiens à les remercier infiniment d'être des gens formidables qui ont voulu être amis avec moi (même après le projet). Je t'aime, tu m'as rendu meilleur d'une certaine manière



CATERINA COVETTA - Orange - France

## ORANGE

### Au lycée de l'Arc, cinq Italiennes reçues dans des familles françaises



En octobre, ce sera au tour des lycéennes françaises de découvrir l'Italie.

C'est un échange dont ces lycéennes se souviendront longtemps. Dans le cadre du programme Transalp proposé par l'académie Aix-Marseille en partenariat avec le Piémont, la vallée d'Aoste et la Sicile, des élèves ont la chance de découvrir la France et sa culture. Au mois d'octobre, les Françaises partiront à leur tour en Italie. Une opportunité saluée par Florent Briard, le proviseur du lycée de l'Arc qui les a accueillies avec Mario Della Morte, professeur d'italien en charge de ce projet et convaincu du bien-fondé de ces échanges. Elina Pistoressi, Emily Cevrero, Romane Roustang, Catérina Covetta, Lou Thomas, Morena Zaccaria, Olivia Mostachi, Sara Cravero, Aurélia Paquetteau et Chiara Monni sont les heureuses bénéficiaires de ce programme qui permet de s'immerger dans la culture du pays voisin.

Cette photo représente un des moments, les plus significatifs de mon expérience à Orange, une ville datant de l'époque romaine au centre de la Provence. Ce jours-là, un journal local est venu nous interviewer, nous les étudiantes italiennes, mais surtout le directeur de mon école d'accueil, pour en savoir plus sur la raison de notre choix de vacances d'études. C'était magnifique, pour moi, de savoir que étant dans un pays étranger, je faisais partie des bienvenus pour l'échange de cultures. Dans cette petite coupure de presse se trouvent tout les personnes qui m'ont soutenue pendant mon

voyage, dès le début je me suis sentie très bien accueillie et j'ai également réussi à m'intégrer au groupe. C'est par ce motif que je suis reconnaissante pour mon expérience parce qu'elle m'a vraiment beaucoup changée, je me sens plus sûre et j'ai aussi l'impression d'avoir enrichi mon bagage culturel.



#### VOLPE MATILDA - MARTIGUE

J'ai choisi cette photo parce que c'était mon dernier jour à l'école et aussi le jour de la photo de classe. J'aime penser que ce n'était pas une coïncidence et que mes deux camarades italiennes et moi devions être sur la photo avec les autres. Cette expérience n'a duré qu'un mois, mais je pense que c'est aussi l'expérience qui m'a le plus changée. J'ai appris plus de choses ce mois-ci que toute ma vie en Italie. J'ai grandi, je me sens différente, meilleure. J'ai eu la chance de trouver des gens merveilleux qui ont été à mes côtés tout au long de mon parcours et qui, je sais, seront avec moi pour la vie. Je serais toujours reconnaissante à l'école et à mes professeurs de m'avoir donné cette chance de vivre un si beau voyage.



#### ADRIANA MARCHESI - L'ISLE-SUR LA SORGUE.



Cette photo représente une petite partie de mon séjour à l'isle-sur-la-sorgue, où ma famille d'accueil m'a fait sentir comme chez ma maison et comme faisant partie de leur famille.

Grâce à eux j'ai pu vivre leur quotidien et voir des traditions différentes des miennes pays et leur sans me sentir dépaycé.

cette photo le symbolise encore plus, ce jour-là, la famille d'accueil et moi sommes allés chercher le petit chien qu'ils ont adopté, même s'il m'a fallu du temps pour comprendre quel nom ils lui avaient donné à la maison du fait de la prononciation différente du nom anglais "lucky " cela m'a fait me sentir encore plus inclus.

<https://www.ossola24.it/index.php/42518-la-capsula-del-tempo-seppellita-nel-giardino-del-liceo-spezia-si-aprira-nel-2048>

# La "Capsula del tempo" seppellita nel giardino del Liceo Spezia, si aprirà nel 2048



DOMODOSSOLA- 23-05-2023-- E' stata interrata martedì mattina nel giardino del Liceo Spezia una "capsula del tempo", un contenitore, appositamente preparato per conservare oggetti e informazioni con l'intenzione di trasmettere alle generazioni future una testimonianza del nostro tempo, tra scritti e oggetti rappresentativi.

Musica e foto su chiavette, lettere, ricerche, mascherine per il covid, le determine del dirigente per il periodo della pandemia, collage dei fatti di cronaca di questi anni. I ragazzi del liceo, su iniziativa di vari docenti, stimolati dai promotori dell'iniziativa Sandra Fabbri, Filippo Falcone e Erika Terzi, si sono sbizzarriti a cercare di archiviare i momenti più significativi di questo nostro tempo, con la speranza di viverne uno ancora migliore tra 25 anni:

"E' uno strumento che ci riporta da un lato al passato- ha spiegato il preside Pierantonio Ragozza- a questi primi 50 anni del Liceo Spezia, e dall'altro ci proietta nel futuro. Tra 25 anni questi nostri alunni, che saranno presenti alla riapertura, avranno modo di fare un amarcord, di vedere come eravamo



adesso. Il tempo scorre in maniera incredibile, questo è una sorta di monumento della nostra vita attuale".

Giovedì si celebreranno i primi 50 anni dello Spezia, a partire dalle ore 15 ci sarà l'inaugurazione del "tazebao della memoria", spazio espositivo che ripercorre la genesi storica del liceo.

Lo stesso giorno la palestra del liceo ospiterà un momento celebrativo con l'intervento di una rappresentanza dei docenti "storici" e degli allievi del primo quinquennio di studi (1972 – 1977); seguirà il dono alla scuola di alcuni accessori originali appartenuti al prof. Giorgio Spezia. La giornata si concluderà con la messa a dimora di un acero rosso con targa commemorativa.

## LA CAPSULA DEL TEMPO 23 MAGGIO 2023

<https://www.ossola24.it/index.php/42518-la-capsula-del-tempo-seppellita-nel-giardino-del-liceo-spezia-si-aprira-nel-2048>

<https://www.youtube.com/watch?v=ti0j6p2M7Y4>

[https://www.lastampa.it/verbanocusioossola/2023/05/24/foto/  
domodossola\\_al\\_liceo\\_spezia\\_interrata\\_la\\_capsula\\_dei\\_tempo-12821946/1/](https://www.lastampa.it/verbanocusioossola/2023/05/24/foto/domodossola_al_liceo_spezia_interrata_la_capsula_dei_tempo-12821946/1/)



