

MEDORO, IL CANE CHE VIENE DALLO SPAZIO
(racconto scritto con la gentile collaborazione dell'intelligenza artificiale)

Premesse:

- 1. Il personaggio Medoro, nasce nel 2016 quando, insieme a mio fratello Vanny, decisi di scrivere un'altra canzone per bambini (la prima è stata Canzone Ska Skacciapensieri che potete ascoltare su Youtube). La canzone di Medoro fu un progetto divertente che coinvolse quasi tutta la mia famiglia. Prima di tutto, Medoro è il nome del peluche che mio marito Massimo ricevette da Santa Lucia quando era piccolo. Il testo è mio, la parte musicale è di Vanny, mentre le voci sono di nostra nipote Viola, di mio nostro Francesco e anche della sottoscritta!.**

Decidemmo poi di realizzare anche un video, creato da nostro nipote Michael. Potete trovarlo su Youtube oppure sul mio blog: www.marissima.it

- 2. Prima di questo racconto, ho pubblicato nel 2011 "Fiamma" con la casa editrice Albatros-Il filo e, più recentemente, nell'Agosto 2025, "Vortice" attraverso Amazon Italia Logistica S.r.l, sperimentando, per la prima volta, il percorso dell'autopubblicazione.**
- 3. Questo libro rappresenta per me, prima di tutto un esperimento creativo. Per la stesura dei capitoli, infatti, mi sono avvalsa dell'aiuto dell'intelligenza artificiale, in particolare di ChatGpt. Io, mio marito Massimo e nostra figlia Alice abbiamo scelto insieme i temi e gli spunti da cui partire, e il programma ha poi elaborato le storie. E' giusto dichiararlo con chiarezza, così come è corretto sottolineare che in ogni capitolo c'è anche il mio contributo personale: nella revisione, nello stile, nelle scelte narrative e nella sensibilità che ogni racconto vuole trasmettere.**

COSA E' CHAT GPT?

ChatGPT è un modello di intelligenza artificiale conversazionale sviluppato da OpenAI che genera testi simili a quelli umani, compreso testo, codice, risposte a domande, riassunti e traduzioni, in risposta a comandi o "prompt" dell'utente. Questo modello di intelligenza

artificiale generativa funziona analizzando enormi quantità di dati testuali e applicando tecniche di apprendimento automatico per creare risposte pertinenti e contestuali, rendendolo uno strumento versatile per vari compiti, dalla scrittura alla ricerca di informazioni.

Ringraziamenti:

Un grazie speciale va ad Alice, la mia più grande fonte di ispirazione. E' grazie al suo sguardo sul mondo, pieno di curiosità domande e meraviglia che queste storie di Medoro hanno preso vita. Grazie a Jessica Mariani, Laura Morelli e Nadia Calafati che, con le loro illustrazioni, hanno saputo dare un volto e un'anima ad alcuni dei personaggi menzionati, un grazie di cuore a Barbara De Santi, Cristina Fontanella e Luciana Gherardi per il loro prezioso contributo per le idee, gli spunti e i consigli che hanno saputo dare a fine racconto.

A chi legge, il sincero augurio di trovare in queste pagine un piccolo angolo di tenerezza e riflessione accompagnati da sogni e immaginazione.

Marisa

disegno di Medoro e Alice preso dal video

L'INCONTRO CON MEDORO

Durante una notte di settembre, poco prima dell'inizio della scuola, nella città di Bergamo, una scia luminosa vagava nel cielo stellato, in cerca di chissà chi o chissà cosa... Vaga, vaga, vaga... gira, gira, gira... ed ecco la meta, o forse una scelta del tutto casuale, un appartamento all'ultimo piano di un palazzo nel centro della città.

La cameretta sembrava grande e ben arredata. Era notte, non si vedeva molto, ma c'erano tanti colori: il rosa e il verde spiccavano sugli altri. Giochi sparsi qua e là, e un solo lettino. Su quel lettino dormiva una bambina dai lunghi capelli lisci, mentre, ai piedi del letto, un grande peluche, forse un cane, vegliava su di lei.

Non era proprio bello a dire il vero: color sabbia, con un grosso naso color marrone scuro, due bottoni al posto degli occhi. Ma sì, poteva andare.

In un secondo, la scia luminosa entrò nel peluche.

XXX

"Alice, sveglia! Sono le 7:30... non vorrai fare tardi proprio il primo giorno di scuola!"

Il primo giorno di scuola. Della prima elementare. No, non si poteva proprio fare tardi!

"Mamma, mannaggia! Dovevi svegliarmi prima!"

Di corsa e con un po' di agitazione, Alice si preparò. Era una bambina indipendente e svelta, e in pochi minuti era già pronta per uscire.

Ma proprio un attimo prima di lasciare la sua cameretta, accadde qualcosa di veramente molto strano.

Le sembrò che Medoro, sì proprio lui, il suo cane di peluche, le avesse fatto l'occhiolino.

"Medoro... ho visto bene?! Mi hai fatto l'occhiolino?!"

Scosse la testa e sorrise.

Devo essere davvero agitata, pensò. I peluche non fanno l'occhiolino!

Per fortuna, Alice non era sola ad affrontare questa nuova avventura: in fondo alla strada l'aspettavano i suoi compagni di asilo, Lucia e Giuseppe. Il resto della classe aveva scelto altre scuole elementari, ma loro tre sarebbero rimasti insieme. L'istituto

non era lontano da casa — sette minuti a piedi — anche se, quel giorno, quei sette minuti sembrarono infiniti.

All'ingresso della scuola li accolse una vera festa: musica, palloncini colorati, alunni più grandi che li guardavano curiosi, genitori emozionati e, al centro di tutto, una suora sorridente con l'aria di chi ha visto migliaia di primi giorni ma si emoziona ogni volta. Era lei che assegnava le classi ai nuovi arrivati... e che fortuna! Alice finì nella stessa classe di Lucia e Giuseppe: la mitica 1B!

Evviva! La giornata era iniziata alla grande e prometteva un sacco di emozioni.

Ma il vero spettacolo cominciò al ritorno a casa: Alice era un fiume in piena! Non smetteva più di parlare, ridere e raccontare, con gli occhi che brillavano.

— Mamma, papà! La mia classe è bellissima! L'aula è spaziosa, colorata, e i miei compagni mi sembrano tutti simpaticissimi! Sapete una cosa? Hanno aggiunto una bambina alla nostra classe, si chiama Bea, e siamo già diventate amiche!

Dopo due ore di racconti no-stop, Alice — stanca ma felice — si rifugiò nella sua cameretta, giusto il tempo per prepararsi per la cena.

- Ah, Medoro mio...- disse Alice stringendo il suo cane di peluche in un tenero abbraccio, - che bella giornata! Non vedo l'ora che arrivi domani per rivedere i miei compagni!-

Poi, silenzio. Solo per qualche secondo.

All'improvviso, una vocina:

- Sì sì, ho sentito!-

Alice sobbalzò, fece un piccolo urletto e il povero Medoro volò dalle sue mani finendo sul tappeto.

«Ohi!» esclamò spalancando gli occhi. - Cosa?! Ma... com'è possibile?! -

Rimase qualche istante immobile. I peluche non parlano, o almeno... non dovrebbero.

Istintivamente, chiuse la porta della cameretta a chiave e si sedette di fronte a Medoro, che nel frattempo giaceva placido, come se niente fosse. Ora erano faccia a faccia.

- Questa mattina l'occhiolino... e adesso... ti ho sentito parlare!- sussurrò Alice, con un misto di paura e meraviglia.

- Certo! - rispose il cane di peluche, con la naturalezza di chi lo fa

ogni giorno.

Alice lo fissò sbigottita, come se il pavimento si fosse appena messo a ballare.

- Ma... com'è possibile?! -

- In effetti non è stato facile... - rispose il cane di peluche, scrollando appena le orecchie di stoffa - Ci ho messo tutta la notte per imparare la vostra lingua!-

Alice lo guardava come se avesse appena visto una nuvola fare le capriole.

- Tutta la notte?! Ma come... dove... da chi hai imparato?! -

Medoro si mise comodo, o almeno ci provò, facendo una specie di mezzo rotolino sul tappeto.

- Tutorial su YouTube. Ovviamente in modalità silenziosa, non volevo svegliarti. -

Alice si portò le mani alla testa, tra il divertito e il confuso.

- Ma... i peluche non hanno il Wi-Fi! -

- Ehi, non sottovalutare un cane di peluche motivato! - rispose lui, con un sorriso cucito... ma convincente.

- Adesso ti spiego... - disse il peluche con tono serio, sedendosi composto come un piccolo ambasciatore spaziale - Io ho centocinquanta anni... ma solo come *scia luminosa*. Come Medoro, cane di peluche, invece, sono nato ieri! -

Alice sgranò gli occhi - Come, scusa? -

- Vengo da una stella che voi terrestri non conoscete. Si chiama *Sisti*. È luminosa, bellissima, e lì viviamo noi: i *Sistini*. Parliamo il *sistese*, una lingua fatta di vibrazioni e luce. Qui sulla Terra, però, ho dovuto imparare l'italiano... mica facile, eh! -

Alice lo fissava senza fiatare, mentre si dava un pizzicotto sulla guancia - Ahi! Ok, non sto dormendo... -

- Te l'avevo detto! - rise Medoro.

Alice si sfregò gli occhi e sbottò - Ma... scusa... cosa ci fai qui? -

- Sono in missione. - rispose con fierezza. - Devo studiare il comportamento dei cuccioli terrestri... oh, scusa, volevo dire *dei bambini*. Vi chiamate così, giusto? -

Alice annuì lentamente, ancora incredula.

- I miei fratelli e le mie sorelle, in questo preciso momento, sono in missione su altri pianeti con lo stesso incarico. -

Alice aggrottò la fronte - Altri pianeti, dici? Aspetta... vuoi dire che ci sono *altri esseri viventi* là fuori? -

Medoro scoppiò in una risatina peluchesca. - Oh, ma che presunzione! Pensavate davvero di essere *gli unici* nell'universo? - Sembrava tutto così strano, eppure Alice era curiosa e piena di domande.

- Ti possono sentire tutti? - chiese con gli occhi spalancati.

- No, solo tu - rispose Medoro con un sorriso - Ho scelto proprio te come mio tutor. -

Alice lo guardò sorpresa. - Io? E come potrò aiutarti? -

- Non dovrai fare altro che vivere la tua routine - spiegò il peluche.

- Io ti sentirò sempre e, di notte, ci confronteremo, anzi, entreremo anche nei sogni dei tuoi amici, per capire i vostri desideri... e le vostre paure. -

Alice si mise le mani nei capelli - Nei sogni, dici? Ma come faremo?! Io di notte dormo, altrimenti come faccio a stare attenta in classe? -

Medoro rise, un ridacchiare soffice di stoffa - Il giorno dopo ti sentirai riposata e piena di energie, fidati di me! -

Proprio in quel momento, la voce di sua mamma li interruppe.

- Alice, ti sei cambiata? La cena è pronta! -

Alice non aveva fame. Avrebbe voluto continuare a parlare con il suo nuovo amico, scoprire ancora di più su quel misterioso mondo, ma doveva stare attenta: non poteva far nascere dubbi nei suoi genitori.

Con un sospiro, salutò Medoro con un sorriso segreto e si alzò per raggiungere mamma e papà a tavola.

HA INIZIO L'AVVENTURA

1. ANTONINO NON SPORCARE!

Una sera, mentre Alice stava per infilarsi sotto le coperte, Medoro le sussurrò:

"Stanotte si va in missione. Antonino ha bisogno di noi".

"Ciao Medoro, mi stavo preoccupando, è da una settimana che non ti fai sentire... Antonino? Quello della mia classe? Il bambino disordinato che butta la carta per terra invece di usare il cestino? Il cugino di Martina la bambina tanto simpatica della 1A?" chiese Alice incuriosita.

"Sì proprio lui. Ho visto che lascia merendine aperte sui banchi e ieri ha lanciato una bottiglietta vuota di plastica nel parco della scuola. Dobbiamo fargli vedere le conseguenze delle sue azioni"

"E come?"

"Adesso vedrai"

Alice annuì entusiasta. Chiuse gli occhi, si lasciò guidare da Medoro e si ritrovò dentro il sogno di Antonino.

Erano in un luogo grigio e sporco di Bergamo, con cartacce che volavano come foglie secche, bottiglie abbandonate ai piedi delle Mura Veneziane e un odore strano nell'aria.

I prati di Città Alta erano secchi e pieni di plastica.

Antonino camminava tranquillo, come se non ci fosse nulla di strano.

"Antonino!" lo chiamò Alice

"Alice? Che ci fai qui? Quel buffo cane è tuo?"

"Sì è mio, siamo nel tuo sogno"

"Perché?"

"Vogliamo mostrarti il futuro che stai creando"

All'improvviso apparve una bambina, ma non una bambina normale, bensì di plastica, piangeva.

"Non riesco a respirare, sono di plastica e piena di rifiuti! Disse e continuò

"Nessuno vuole più giocare con me, nemmeno i gattini si avvicinano..."

Antonino iniziò a sudare.

"E' colpa mia?" domandò abbassando lo sguardo.

"Ogni gesto conta, ogni cartaccia buttata per terra conta" disse Alice e continuò

"Ogni volta che sporchi la città soffre un po' di più"

Poi, di colpo, il sogno cambiò: davanti a loro apparve una Bergamo pulita e verde. La bambina di plastica non era più di plastica e giocava

sorridente in un parco, le strade erano ordinate e i gattini si rincorrevano felici.

"Vedi Antonino, questo è quello che succede quando tutti fanno la loro parte" spiegò Alice.

Antonino guardava in silenzio colpito.

"Da domani raccoglierò anche la spazzatura che troverò in giro" disse con voce seria.

"Io farò lo stesso" sorrise Alice.

Il mattino dopo, a scuola, Alice notò qualcosa di diverso: Antonino aveva portato una bottiglietta vuota fino al bidone più lontano per buttarla via e stava spiegando, alla cugina Martina e ai compagni di classe, l'importanza di tenere pulito e in ordine l'ambiente, poi vide Alice, le si avvicinò

"Alice, ciao. Stanotte ho fatto un sogno strano, senti, tu hai un cane?"

"Sì, un grosso cane di peluche"

"No, quello del sogno era vero..."

Alice sorrise.

Medoro, accucciato ai piedi del letto di Alice a casa, si stiracchiò soddisfatto "strani questi cuccioli di umani" pensò.

FINE

Per saperne di più:

Poniamoci qualche domanda sulla plastica e proviamo a rispondere

1. La plastica, secondo te, si crea dalla natura o la costruiamo noi? _____
2. Quanto impiega, secondo te, una bottiglia di plastica a sparire dall'ambiente? _____
3. Quali azioni possiamo compiere per usare meno plastica?

_____ Per non inquinare io, solitamente _____

Alice era molto legata a tutti i suoi cugini, una in particolare, Beatrice che viveva a Sapri, un bellissimo paese sul mare in provincia di Salerno, si sentivano spesso e si mandavano foto e video tramite

whatsapp...

2. ALICE, MEDORO E IL SOGNO DI BEATRICE

Una sera Alice raccontò a Medoro sogni, desideri e paure della cugina... Bea sognava di diventare una campionessa di ginnastica ritmica, era molto brava, ma si sentiva diversa dalle altre ragazze della squadra: era più esile, più piccola, e spesso si vergognava. Le altre ragazze erano forti e snelle, e sembrava che lei non riuscisse mai a stare al passo.

Una sera, dopo una giornata difficile in palestra, Beatrice, confidò ad Alice, di essersi addormentata con un nodo allo stomaco.

Alice, che conosceva il problema della cugina, disse sottovoce a Medoro:

"Medoro, possiamo entrare nel sogno di Bea per aiutarla?"

Medoro annuì, e come sempre, insieme scomparvero nel mondo dei sogni.

Nel sogno, Alice e Medoro incontrarono Beatrice su una spiaggia luminosa, ma attorno a lei c'erano solo ombre di ragazze che correvano veloci e si muovevano con eleganza.

Beatrice cercava di seguirle, ma non ci riusciva e inciampava spesso.

"Non ce la faccio" disse Beatrice, la voce tremante.

"Vieni con noi" le disse Alice prendendole la mano.

Camminarono lungo la spiaggia splendida di Sapri e incontrarono una bella farfalla dalle ali lucenti e colorate, un po' piccola, rispetto alle altre, ma capace di volare più in alto di tutti "non conta quanto sei grande o forte" disse la farfalla "conta la tua voglia di volare e provarci sempre!"

Poi apparve un granchio con una zampa più corta che però correva più veloce di tutti i granchietti sulla sabbia "anche se siamo diversi, abbiamo tutti qualcosa di unico da offrire" disse il granchio soddisfatto.

Alice e Medoro accompagnarono Beatrice fino ad un grande specchio d'acqua dove vide il suo riflesso, per la prima volta, sorridente e sicuro.

"Sei più forte di quanto credi cuginetta" le disse dolcemente Alice e continuò

"le tue differenze possono diventare il tuo punto di forza"

Al risveglio, Beatrice si sentì diversa, chiamò al telefono Alice per raccontarle il sogno e, dopo scuola, si sentì più coraggiosa e pronta ad affrontare la squadra durante gli allenamenti.

Le sue compagne di squadra vedendola così sicura e decisa la

accolsero con calore.

“A volte basta poco” pensò soddisfatto Medoro.

FINE

Il disegno di Jessica Mariani

3. IL GABBIANO FERITO (Storia di Alice)

Alice era in vacanza, con la famiglia, a Padenghe sul Garda, un paese tranquillo con un castello antico, un lungolago pieno di sassi bianchi e l'acqua del lago azzurra che luccicava al sole.

Di pomeriggio andava al molo a giocare con gli altri bambini, tutti conosciuti al residence.

C'era Lia, una simpatica bambina dal sorriso coinvolgente, lei sapeva colorare benissimo i sassi, Valentina una bambina super sportiva che collezionava solo sassi bianchi e piatti e Luca che, invece, non sapeva cosa fare e si annoiava facilmente.

Quel pomeriggio, mentre tutti ridevano e gustavano un buon gelato, Luca afferrò un sasso e lo lanciò verso un gabbiano posto sul pontile.

"PUM!"

Il sasso sfiorò l'animale ad una zampa. Il gabbiano si alzò di scatto spaventato e volò via.

Alice si girò "Ma cosa fai!" gridò.

"Era solo un gabbiano" borbottò Luca con un sorrisetto.

"Era un essere vivente!" disse Alice con gli occhi lucidi

"non si fa male agli animali" disse dispiaciuta Lia

"Mai!" confermò Valentina.

Alice tornò a casa con le mani in tasca, arrabbiata e triste.

Quella notte, mentre nella casa in affitto, tutti dormivano beatamente, Medoro svegliò Alice:

"Alice svegliati, è il momento"

"Scusami Medoro, sono arrabbiata non ho voglia di entrare nel sogno di Luca" replicò

"Non entriamo nel sogno di Luca, c'è un amico che vuole vederti"

Alice chiuse gli occhi e si ritrovò sott'acqua, ma respirava normalmente.

Intorno a lei nuotavano carpe enormi, anatre curiose e, sulla riva c'era il gabbiano, quel gabbiano!

"Mi hai difeso oggi" disse il gabbiano ad Alice "Grazie"

Poi apparvero altri animali: una tartaruga con il guscio scheggiato, un'anatra spaventata, un pesce con la coda morsicata.

"Molti bambini ci vogliono bene" disse la tartaruga "ma alcuni pensano che siamo giocattoli" continuò "ogni gesto di gentilezza ci aiuta, ogni parola buona ci fa bene."

Alice guardò Medoro.

"Cosa posso fare per aiutarli? Se sgrido i miei amici poi loro si allontanano e mi lasciano sola"

"Non devi sgridarli, devi solo spiegare" rispose Medoro.

Il mattino dopo Alice ritrovò Luca sul pontile, era da solo con i piedi a mollo

"Mi hai fatto fare una figuraccia ieri con Lia e Valentina..." disse lui senza guardarla

"Ti chiedo scusa ma il gabbiano... potevi fargli davvero male"

Luca restò zitto

"Se vuoi possiamo andare a vedere se è tornato e puoi provare a chiedergli scusa..."

"Posso chiedere scusa al gabbiano?!"

"Certo, ti farà stare meglio"

Luca sorrise, stavolta, sinceramente.

Quel pomeriggio, mentre camminavano lungo il lago, lo videro, videro proprio quel gabbiano

"Scusaaaaaaa" gridò Luca

Il gabbiano lo guardò, poi guardò Alice e volò via, aveva perdonato Luca e ringraziato Alice.

FINE

Per capire meglio...

Per insegnare ai bambini che gli animali non sono un gioco, è fondamentale spiegare che provano sentimenti e dolore, che vanno trattati con gentilezza e rispetto per le loro abitudini. Puoi farlo incoraggiando il rispetto degli animali selvatici, facendo comprendere le loro emozioni, usando libri e documentari educativi, scegliendo interazioni di gioco appropriate e sostenendo l'adozione di animali domestici.

Tu, hai un animale domestico? Come si chiama, cosa fai con lui? _____

Il pensiero di Luciana: *"Ogni essere vivente va rispettato e considerato in ogni suo aspetto. Gli animali spesso possono darci molto più degli umani perché non hanno la presunzione di un giudizio e sanno vivere la relazione con l'uomo grazie alla sensibilità del loro istinto. Dal gabbiano, il pesce, la coccinella... sono tutti esseri sensibili e vanno rispettati e aiutati, se in difficoltà."*
Grazie Ciana

4. ALICE, MEDORO E LA MUSICA DIMENTICATA

A Bergamo si respirava aria di autunno, il cielo era limpido, le foglie cambiavano colore e l'aria profumava di un profumo che è difficile da

descrivere ma che solo l'autunno può dare.

Alice, come quasi tutti i pomeriggi, usciva sul terrazzo di casa con la sua piccola chitarra rossa (un regalo della zia) e una scatola di strumenti strani: maracas fatte con bottiglie di plastica e riso, campanelli e cucchiaini da battere sui vasetti di vetro.

Aveva un solo desiderio: fare musica con gli amici ma, ogni volta che provava a coinvolgerli, le risposte erano sempre le stesse:

"Aspetta sto finendo un livello"

"Ho trovato un filtro divertente su questo social di mamma e papà"

"facciamo una canzone su Tiktok di mia sorella?"

Alice abbassava la chitarra, nessuno sembrava più interessato a suonare davvero.

Quella sera a letto si confidò con, l'ormai amico, Medoro.

"Sai Medoro, vorrei solo che si ricordassero quanto è bello ridere, cantare e fare musica senza avere uno schermo davanti"

"Allora preparati, stanotte porteremo i tuoi amici nel sogno della musica dimenticata."

Quella notte, infatti, Alice e Medoro si ritrovarono in una piazza antica, con un palco dorato, strumenti di ogni tipo e luci che ballavano nel cielo, al punto di sembrare lucciole.

La piazza, però, era vuota.

Poi apparvero alcuni dei suoi amici, Dalia, Martino, Alessandro e Bianca, avevano tutti in mano tablet, cuffie, cellulari...

"Benvenuti a tutti voi" disse Medoro "Qui si può giocare ma... senza internet".

I ragazzi si guardarono attorno, perplessi.

Poi, uno di loro, Martino, toccò un tamburo e... "BOOM".

Un lampo colorato si accese nel cielo "Wow avete visto?!"

Dalia, una delle più timide, prese un flauto di legno e lo fece suonare, le note volarono come farfalle!

Alessandro e Bianca si misero a provare altri strumenti presenti, iniziarono ad inventare canzoni buffe.

Alice suonava la chitarra poi provò una tromba e, finalmente, vedeva, negli occhi degli amici, la gioia vera.

Medoro li osservava, e prendeva appunti, seduto in mezzo al palco, con in testa un cappello da Direttore d'Orchestra.

Il mattino dopo, uno alla volta, i bambini iniziarono a cambiare.

Dalia portò un tamburello fai da te al parco (aveva seguito un tutorial su internet), Alessandro mostrò a tutti come suonare i bicchieri con l'acqua (glie lo aveva insegnato il nonno), Bianca aveva creato una collana di pasta che, con l'aiuto di un bastoncino poteva diventare uno strumento e, quando Alice arrivò con la sua chitarra rossa...

trovarono già un posto per lei al centro.

Non avevano spento del tutto i cellulari ma avevano acceso qualcosa di più stimolante ed interessante, la voglia di condividere, davvero.

FINE

Suggerimenti per strumenti fai da te... provaci!

“Per fare uno strumento musicale fai-da-te, puoi costruire una maracas riempiendo una bottiglia di plastica vuota con riso o semi, o creare un flauto con una carota. Altri strumenti semplici includono il tamburo fatto con una scatola di latta e elastici, o una chitarra con un contenitore e degli elastici per le corde.”

Cosa hai costruito? Ha funzionato?

Potresti proporre ai tuoi amici di creare un gruppo musicale con strumenti fai da te... Buon divertimento e, soprattutto, buona musica!

5. AMEGLIA, IL BORGO DELLE FATE GATTASTICHE

Nel borgo incantato di Ameglia, dove le pietre delle case sussurrano

antiche leggende e le lanterne sembrano occhi gentili nella notte, vivevano tre gatte speciali: Dora, la più saggia, Minù, la più curiosa e Calipso, la più buffa e dormigliona.

Il loro compito era quello di sorvegliare e proteggere Ameglia.

Di giorno erano gatte normali (o quasi): si stiracchiavano al sole, si rincorrevano tra le stradine di ciottoli e facevano finta di non capire quando qualcuno le chiamava.

Di notte, sotto la luce della luna, si trasformavano in fate con mantelli di polvere di stelle e code che brillavano come comete.

Dora, Minù e Calipso erano grandi amiche di Medoro.

Una sera, quando la luna era piena e il silenzio più magico del solito... Minù non tornò.

"Strano, lei è sempre la prima a spuntare sui tetti!" disse Dora.

"Si sarà persa tra i panni stesi" sussurrò Calipso mentre cercava di non addormentarsi in una pianta di basilico.

Entrambe capirono che dovevano chiedere aiuto e chi, meglio di Medoro, con una voglia di avventura più grande del campanile, poteva rispondere alla loro richiesta?

I nonni di Alice vivevano proprio nella piazzetta davanti all'enorme ippocastano, Alice era loro gradita ospite per trascorrere qualche giorno di vacanza.

"Alice sveglia! Dora e Calipso hanno bisogno di noi"

"Chi?"

Così cominciò la spedizione notturna...

Tra scorci nascosti, porticine basse e torri misteriose, il gruppo, dopo le dovute presentazioni, seguì le tracce lasciate da Minù: un ciuffetto di pelo luccicante su una ringhiera, una zampata incantata su un vetro, un "MIAOOOOOO" molto stonato che sembrava venire dal... campanile?!

Con mille risate e un paio di scivoloni, salirono in cima alla torre, cosa trovarono?

Minù!

Appesa ad una corda della campana, con le ali impigliate tra due colombi infastiditi...

"Stavo seguendo una lucciola sospetta... poi, ho sbagliato curva e ora questi due colombi mi danno le beccate sui piedi!"

"La solita Minù!" sospirò Dora.

"Almeno non è finita in una botte di pesto come l'ultima volta!" rise Calipso.

Con un po' di polvere di stelle e, con l'aiuto di Alice e Medoro, salvarono Minù.

Da quella notte in poi, ogni volta che ad Ameglia, qualcuno vede tre

gatte inseguire la luna... beh, è solo una nuova avventura delle fate Gattastiche di Ameglia!

FINE

disegno di Laura

6. ALICE, MEDORO E IL SOGNO DI ANDREA
(storia di Massimo)

A Bergamo, in una scuola piena di zaini colorati e risate nei corridoi, c'era un bambino di nome Andrea. Era forte, veloce e sempre in mezzo agli altri, ma c'era un problema: spesso si divertiva a prendere in giro i compagni, spesso li spingeva e nascondeva le loro cose.

Andrea era uno dei compagni di classe di Alice.

Alice lo osservava ogni giorno e, spesso, si arrabbiava e si sentiva triste.

Una sera, dopo che Andrea aveva fatto piangere Michael, un compagno di Alice, la bambina si confidò e chiese aiuto a Medoro

"Medoro dobbiamo fare qualcosa"

Medoro, prima prese appunti sul suo diario spaziale, poi annuì

"Hai ragione. Stanotte entriamo nel sogno di Andrea."

Nel sogno tutto era strano. Andrea si trovava nel cortile della scuola, ma, il cortile era vuoto.

Nessun bambino in giro.

I muri erano grigi, le panchine rotte, il cielo blu notte, senza sole.

All'improvviso si sentì una voce:

"Andrea!"

Il bambino si voltò. Alice era lì, accanto ad un cane, il suo Medoro ma aveva un'aria diversa... più luminosa.

"Cosa ci fai qui?" chiese Andrea confuso

"Siamo qui per mostrarti qualcosa" disse Alice.

"Questo è il tuo sogno ma sta diventando un incubo."

In quel preciso momento apparvero i suoi compagni, nessuno gli parlava.

"Perché non mi vedono?"

Medoro parlò

"Perché ogni volta che hai ferito qualcuno hai costruito un muro"

Andrea iniziò a sentirsi solo.

Corse verso uno di quei bambini, Giorgio, per chiedergli scusa ma Giorgio svanì.

Poi apparve una scena: il giorno in cui aveva riso quando Bianca era caduta, un'altra quando aveva nascosto la borraccia di Liam e un'altra ancora quando Caterina era inciampata e lui, invece di aiutarla, l'aveva presa in giro.

Tutti quei momenti tornavano come piccoli schiaffi.

"Io volevo solo scherzare" disse Andrea con voce tremante.

Alice si avvicinò.

"Scherzare va bene ma quando fai male agli altri non è più un gioco"

Medoro aggiunse:

"Si può cambiare, basta iniziare da un gesto, una parola, una scelta

diversa."

La mattina dopo Andrea si svegliò con il cuore che batteva forte. Era solo un sogno, lo sapeva... ma sembrava vero.

A scuola Alice stava mettendo via il diario quando Andrea le si avvicinò

"Ciao" le disse "Posso aiutarti a portare lo zaino?"

Alice lo guardò sorpresa. Poi sorrise.

"Certo!"

Un altro sogno. Un altro passo verso qualcosa di migliore.

FINE

Cerchiamo insieme sul vocabolario queste parole?

Bullismo:

Integrazione:

Accoglienza:

Il pensiero di Cristina:

Ciao Mari,

ecco il mio piccolo pensiero rispetto alla storia:

"A volte sembra divertente ridere degli altri o fare dispetti, ma così ogni gesto che ferisce l'altro crea muri che ci fanno sentire soli. L'amicizia invece nasce da piccoli gesti gentili: un abbraccio ad un amico in difficoltà, un sorriso, una parola gentile. Questo costruisce amicizie vere. Quindi sii sempre gentile, perché la gentilezza è una parola magica: apre i cuori, abbatte i muri e trasforma la solitudine in amicizia."

Grazie Cri

7. LA NOIA, NEL SOGNO DI VALERIO

Era una serata tranquilla, di quelle in cui il tempo sembra rallentare. Alice era sdraiata sul tappeto della cameretta, con un libro tra le mani

e Medoro, accanto a lei scriveva sul suo diario spaziale...

"Medoro, oggi a scuola Valerio ha detto a me e Viola una cosa strana" disse Alice "ha detto che si annoia a morte quando non ha nulla da fare e che non capisce a cosa servono i pomeriggi vuoti, a me piacciono i pomeriggi vuoti!"

Medoro scosse la testa "questo è grave, nessuno ha spiegato a voi cuccioli terrestri il potere dell'attesa, del silenzio... della noia creativa?"

Alice annuì "Cosa ne dici? Entriamo nel sogno di Valerio?"

Detto, fatto.

Il sogno di Valerio non era come se lo aspettavano, il mondo onirico di Valerio era un gigantesco parco giochi che non si fermava mai: montagne russe che partivano da sole, videogiochi urlanti, robot che offrivano zucchero filato, skate volanti, e sirene di tanti luci e colori che ballavano hula-hop. Tutto sembrava, decisamente, troppo.

"Wow" disse Alice sopraffatta dal rumore "E' divertente ma anche stancante!"

"Il tuo amico Valerio ha riempito ogni secondo. Non c'è spazio per pensare, sognare o respirare!" disse Medoro, tappandosi le orecchie con le zampette.

Fu allora che lo videro: Valerio, seduto da solo su una panchina al centro del caos con lo sguardo perso.

"Mi annoio... anche qui" disse piano.

Alice si avvicinò "Ciao Valerio. Siamo venuti a trovarti nel tuo sogno, possiamo farti vedere una cosa?" e da lì, i due amici portarono Valerio in una parte del sogno tutta diversa: una radura silenziosa, con solo il fruscio delle foglie, una piccola barca su un lago, e il cielo pieno di bellissime nuvole lente...

Gli mostrarono come bastava chiudere gli occhi e ascoltare il vento per viaggiare con la fantasia, come si potevano inventare storie guardando le forme delle nuvole o disegnare un mondo intero partendo da un sassolino.

"Vedi" disse Medoro "la noia non è un nemico, è uno spazio vuoto tutto tuo, da riempire con quello che vuoi, oppure, da lasciare vuoto e basta."

Valerio sorrise "io non ci avevo mai pensato."

La mattina dopo Valerio si avvicinò ad Alice e Viola durante l'intervallo "Ciao, ieri ho fatto un sogno stranissimo, bello, strano e bello. Sapete, forse oggi pomeriggio non farò niente ... ma lo farò bene!"

Viola non capì, Alice sorrise.

FINE

Per i tuoi momenti di noia:

Il pensiero di Barbara:

"Ricordo da bambina la noia che mi assaliva nella sala d'attesa del medico della mutua, così si chiamava l'ASL ai miei tempi. Non c'erano tablet e cellulari a riempire quei minuti illimitati e interminabili...imparai "l'arte" della pazienza e mi spiace molto constatare che questa capacità non faccia parte ormai delle nuove giovani generazioni"

Grazie Barbara

8.MISSIONE: GRANCHIETTI INTRAPPOLATI

Una sera Alice notò un velo di tristezza sul musetto di Medoro

"Che succede?"

"Ho ricevuto un messaggio da Dora, Minù e Calipso..."

"Le tue amiche fate gattastiche di Ameglia?"

"Sì esatto, mi fanno sapere che c'è una famiglia di granchi che chiede aiuto, sono intrappolati in un sacchetto di plastica sugli scogli"

"Oh poveri! Cosa stiamo aspettando? Andiamo a liberarli"

Detto, fatto, occhi chiusi, pochi secondi ed eccoli dentro il sogno di un granchietto intrappolato...

Sulla spiaggia, gli scogli brillavano sotto il sole, ma lì, incastrato tra due rocce, c'era un sacchetto di plastica blu e, dentro, si muoveva qualcosa.

Medoro si mise un paio di occhiali da sub e saltò goffamente tra gli scogli, Alice tirò fuori da una tasca del pigiama il suo "kit" portato da casa:

- pinzette
- una lente di ingrandimento
- un pacchetto di biscotti (non utili ma sempre necessari)

Quando finalmente liberarono il sacchetto apparvero i Granchi Nervosetti di Capo Spigolo! Una famiglia arancione, con chele agitate e accento ligure:

"Na vergogna!" brontolò il papà granchio, con una chela storta "siamo usciti per una passeggiata e ci siamo ritrovati in un condominio di plastica!"

Apparve anche figlio granchio "e voi chi siete?"

"Ci presentiamo, siamo Alice e Medoro, siamo entrati nel tuo sogno per aiutarvi"

"Faccio questo sogno da giorni, da quando è successo il fattaccio! La nostra abitazione è diventata plasticosa! Voi siete sicuri di poterci aiutare? Vuol dire che quando mi sveglierò sarà la fine di questo incubo di plastica?"

"Certo! Faremo il possibile, promesso!" rispose sicuro Medoro.

Arrivò anche la mamma granchio, con il rossetto sbavato (era un po' teatrale), aggiunse: "Una tragedia in tre atti. Primo: Picnic, Secondo: Sacchetto, Terzo: Prigione!"

Alice sorrise, prese il suo kit e, con l'aiuto di Medoro, li liberò.

"Bene! Ora siete liberi ma, come è accaduto?"

Fu allora che apparve un altro piccolo granchio, indicò con una chela verso il prato: Lorenzo e Deborah, due fratellini che stavano tranquillamente mangiando panini lasciando le cartacce in giro e bevendo bibite lasciando le bottiglie sulla spiaggia "sono stati loro" disse granchietto

"Loro? E cosa ci fanno in questo sogno?" chiese Alice

"E' il loro senso di colpa, stanno ripercorrendo quello che hanno fatto giorni fa, in fondo lo sanno che inquinare è sbagliato!"

Alice si avvicinò ai due fratellini "Ehi voi due, avete dimenticato qualcosa sugli scogli l'altro giorno..."

Deborah abbassò lo sguardo, Lorenzo rispose "ma, era solo un sacchetto..."

Medoro, senza dire nulla, si guardò intorno, raccolse il sacchetto e tutti i rifiuti che trovava in giro, gesto efficace, Deborah e Lorenzo, guardarono i granchi, poi Alice, poi Medoro "Possiamo aiutare anche noi? Puliremo tutta la spiaggia..."

Alice e Medoro annuirono.

"Ogni persona ha una seconda possibilità, anche quella che lascia sacchetti di plastica ovunque!" disse sorridendo mamma granchio.

FINE

I danni causati dalla plastica

La percentuale di plastica sulle spiagge può variare, ma le indagini di Legambiente hanno registrato percentuali elevate: nel 2023 la plastica era il materiale più inquinante, presente per il 72,5% del totale dei rifiuti monitorati, mentre nel 2022 era l'84% dei rifiuti rinvenuti. Complessivamente, la plastica rappresenta la maggioranza dei rifiuti trovati sulle spiagge, costituendo la causa principale dell'inquinamento in queste aree.

Il disegno di Nadia

9. LA CANZONE DEL CORAGGIO (Un Natale Skantastico!)

Questo racconto è dedicato all'Istituto Sant'Angela Merici di Bergamo e a tutti gli alunni della 5 elementare, sezione B.
Sono stati anni intensi e meravigliosi, durante i quali abbiamo visto i nostri bambini crescere ... e insieme a loro siamo cresciuti anche noi genitori.

Per Alice, Massimo e per me è stato davvero un piacere condividere questo percorso con ciascuno di voi.

Grazie di cuore

Marisa

XXX

Nella classe di Alice c'era fermento, il Maestro Lorenzo, quello di musica, famoso per i suoi capelli sempre spettinati e le calze sempre spaiate, aveva avuto un'idea geniale: scrivere una canzone per il concerto di Natale, ma non una canzone qualsiasi, una canzone di genere ska!

"Ska?" avevano domandato in coro i bambini

"Sì io conosco il genere ska" aveva esclamato Vittoria euforica "lo ascolta sotto la doccia mio papà!"

"Anche io lo conosco!" Nicola "E' quello con tantissimi strumenti che ti fa ballare anche quando sei stanco!" e ancora Anita "Trombe, chitarre e ritmo scatenato? Bello!!!"

Il Maestro Lorenzo, felice del dibattito creato, annuì.

Alice era entusiasta, amava la musica e l'idea di inventare una canzone tutta loro le sembrava fantastica.

"Alice ti immagini?" Lucia "Magari diventiamo famose!"

Le due Bea (nella classe di Alice c'erano due bambine con lo stesso nome, Beatrice) "Siiiiiii, e magari ci chiamano come ospiti al Festival di Sanremo!"

Francesco "O allo Zecchino d'Oro!" e ancora Giuseppe "o al concerto di Cristina D'Avena!"

Adesso si trattava solo di raccogliere le idee ed assegnare i ruoli ma i bambini avevano le idee chiare: A Giorgio, Riccardo e Camilla il difficile compito di creare strumenti fai da te con il materiale di riciclo presente in classe, ad Aurora, William, Liam e Alice 2 (così la chiamava Alice, c'erano anche due bambine di nome Alice in classe!) la scelta dell'abbigliamento e degli accessori, a Tommaso, Bianca, le due Gaia (e sì, c'erano anche due bambine con il nome Gaia!) e Caterina la scelta del tema della canzone e, infine, le coreografie assegnate a Lorenzo, Alessandro e Alice, insomma, tutto pronto. La voce solista? Bhe, la voce solista non poteva che essere Francesca, perché aveva una voce da brividi!

Ovviamente tutta la classe doveva partecipare alla stesura del testo e all'organizzazione del palco, doveva essere tutto perfetto!

Ma qualcosa non andava...Francesca, proprio lei, la solista, la più precisa e sorridente, ora sembrava un'ombra.

Non si presentava alle prove, evitava l'argomento "Canzone di Natale" e quando Alice le chiedeva "Tutto bene?" lei rispondeva con un "Sì" debole e più piccolo di una briciola.

Una sera Alice ne parlò con Medoro "Va bene, direi che è il caso di fare visita a Francesca"

Si trovarono in un teatro vuoto, enorme, luci colorate, sipario rosso, sedie tutte in fila, ma nessuna presenza in sala.

Al centro del palco c'era Francesca, sola, tremava come un budino "non ce la faccio, non ce la faccio" sussurrava.

"Francesca!" esclamò Alice avvicinandosi "siamo nel tuo sogno per aiutarti, perché dici che non ce la fai? Tu hai una voce bellissima!"

Francesca si coprì il viso "Io amo cantare ma ho paura di sbagliare davanti a tutti, se dimentico le parole? Se ridono di me?"

"Tutti possiamo sbagliare" disse Alice prendendole la mano "se non provi come fai a sapere quanto sei brava e quanto gli altri ti apprezzano?"

Medoro annuì. Francesca strinse forte la mano di Alice e si tranquillizzò "Tu starai sul palco con me?"

"Farò di meglio" le promise Alice.

Il giorno dopo, in classe, Alice si offrì di stare sul palco con Francesca come seconda voce e propose alla classe di fare lo stesso come coristi. Tutti accettarono.

Da allora, Francesca si presentò puntuale, e con entusiasmo, alle prove e tutti poterono apprezzare la sua splendida voce.

FINE

Testo canzone dedicata al Natale "Un Natale Skantastico" (testo depositato in Siae)

Testo canzone

Natale Skaaaaantastico

Elfi renne luci colorate – Dolci spezie mele caramellate

Il suono dei campanelli – dei regali belli

tanta musica che scalda i cuori – anche quelli duri e meno buoni
bimbi... che tendono la mano – per chi vuole realizzare un sogno

Famiglie di ogni tipo – a Natale il cuore è vivo
in tutte le città c'è tanta felicitààà

MA CHE NATALE E'? E' un Natale Ska (coro)
MA CHE NATALE E'? E' un Natale Ska (coro)
MA CHE NATALE E'? E' un Natale Skantastico!!!

MA CHE NATALE E'? E' un Natale Ska (coro)
MA CHE NATALE E'? E' un Natale Ska (coro)
MA CHE NATALE E'? E' un Natale Skantastico!!!

E' una notte di magia – e la tristezza vola via
Solo gioia e canzoni – Palle di neve qua e lààà
L'amore più sincero e profondo
diffonde la pace in tutto il mondo
Tante ciambelle buone e dolci a volontà
Elfi che ballano con gli animali
che poi alla fine siamo tutti uguali!

MA CHE NATALE E'? E' un Natale Ska (coro)
MA CHE NATALE E'? E' un Natale Ska (coro)
MA CHE NATALE E'? E' un Natale Skantastico!!!

MA CHE NATALE E'? E' un Natale Ska (coro)
MA CHE NATALE E'? E' un Natale Ska (coro)
MA CHE NATALE E'? E' un Natale Skantastico!!!

MA CHE NATALE E'? E' un Natale Ska (coro)
MA CHE NATALE E'? E' un Natale Ska (coro)
MA CHE NATALE E'? E' un Natale Skantastico!!!

Che ne dici, vuoi provare a cantarla con la tua classe?

10. OGNI FAMIGLIA E' LA TUA FAMIGLIA

Nella classe di Alice le sorprese non finivano mai. Dopo il successo del concerto di Natale in stile ska, che aveva fatto ballare anche le Suore, la Maestra di italiano aveva proposto un nuovo, interessante,

progetto: Con l'aiuto di tutti i componenti della famiglia, gli alunni dovevano scrivere un libro di classe a tema: La mia famiglia.

"Ognuno di voi racconterà una storia vera, la sua!"

Un compito comune a tutte e due le sezioni la A e la B.

I bambini erano entusiasti, tutti tranne uno, il nuovo arrivato nella sezione A e compagno di basket di Alice, Alberto.

Dal giorno in cui la Maestra aveva assegnato il compito ne ne stava zitto, con lo sguardo fisso sul banco.

Alice se ne accorse subito. Durante l'intervallo gli si avvicinò:

"Non vuoi scrivere la tua storia?"

Alberto scrollò le spalle "non ho niente da dire"

Alice sapeva che non era vero.

Quella sera, infilata sotto le coperte, raccontò tutto a Medoro "c'è odore di segreto" disse il cane di peluche

"pensi che Alberto abbia paura di raccontare la sua storia?"

"Lo scopriremo tra pochi minuti"

PUFF!

Dentro il sogno di Alberto.

Un sogno molto particolare, un luna park e, ogni attrazione, aveva un nome strano "matrigna", "genitore 2", "fratellastro", "sorellastra", "Domeniche alternate"...

Alberto era seduto su un'altalena, tutto imbronciato, vide Alice e le disse "Non posso raccontare la mia storia, è tutto un pasticcio!" sbottò.

"Che pasticcio?" chiese Alice

"Ho un fratello, un fratellastro, una sorellastra e due papà!"

"E non sei felice?" chiese Medoro

"Felice?! Io mi vergogno!" sbottò di nuovo.

Alice si sedette accanto a lui "Sai una cosa? La mia nonna si è sposata una prima volta ed è nata la mia mamma, poi lei e mio nonno si sono lasciati, nonna si è risposata ed è nata zia Lucy, nonno non si è risposato ma è nata zia Cri poi, a distanza di anni, mio nonno e mia nonna si sono rimessi insieme e indovina?! E' nata zia Nora! Anche la mia famiglia è incasinata, ho tanti cugini che adoro ma faccio confusione con gli zii!"

Alberto sorrise "ma allora dici che è normale avere storie come le nostre?"

"Ma certo" rispose Medoro "Ogni famiglia è famiglia anche se è incasinata!"

La mattina seguente, Alberto si sedette al banco, prese un foglio e, con l'aiuto di Ilaria, la Maestra di Italiano scrisse: "Vi presento la mia super famiglia incasinata e felice" la Maestra sorrise "bravo Alberto,

con l'aiuto dei tuoi genitori sarà un ottimo tema!”

Da quel giorno Alberto non si lamentò più e, quando qualcuno si lamentava di dover dividere la cameretta con una sorella o un fratello, lui orgogliosamente, diceva “io divido il bagno con tantissime persone e mi piace lo stesso!” poi si domandò “ma Alice avrà davvero una famiglia così incasinata?”

FINE

Vuoi provare a disegnare un albero e, ad ogni ramo, assegnare un nome di un componente della tua famiglia?

11. ALYS, LE VERDURE SONO BUONE!

A scuola era scoppiato un nuovo caso... la merendina misteriosa. Ogni giorno la Maestra Giulia trovava una mela sulla cattedra, uno yogurt nel cestino o una carota abbandonata in giro per la classe e ciò accadeva sempre dopo l'intervallo.

"Che strano" diceva Alice, finché un giorno vide Alys, una sua amica dell'altra sezione, lasciare una carota sul banco di un amico.

"Non mi piacciono le merende sane, odio il giorno della merenda sana, io mangio solo dolci!" diceva fiera Alys mentre sgranocchiava una caramella che, dal colore, sembrava radioattiva.

A pranzo Alys non toccava le verdure, a mensa faceva il giro dei tavoli per proporre scambi, barattava di tutto, fagiolini con crostatine, broccoli con caramelle, una volta aveva, addirittura, cercato di scambiare una zucchina per due gomme da masticare!

Alice era preoccupata

"Non si può vivere di soli dolci!" le disse

"Perché no? Io mi sento in forma!" rispose Alys alzando le spalle.

Quella notte, come ormai di abitudine, Alice ne parlò con Medoro "E' ora di un intervento notturno?"

"Sì!" rispose decisa Alice e, in men che non si dica, si ritrovarono nel sogno di Alys.

Un sogno incredibile, un regno fatto solo di dolci, un immenso parco con torte alla panna volanti, fontane giganti di cioccolato, arcobaleni di liquirizia e fiori di marshmallow!

Alys vestita da Regina (la Regina della carie!) era seduta su un trono di gelato.

"Visto che bel regno?" disse tutta fiera "qui non esistono le verdure"

All'inizio sembrava tutto bellissimo ma, dopo poco, i problemi iniziarono.

Il cielo si appiccicava, il terreno era tutto molle, i denti dei personaggi da favola cadevano uno dopo l'altro, perfino il drago di zucchero... piangeva per il mal di pancia!

Poi, all'improvviso apparvero loro...le verdure spaziali, a capo di tutti un'enorme carota con casco e razzo: "Attenzione, allarme zucchero, pianeta a rischio glicemico!"

"Gli...che?" chiese preoccupata Alys.

"Troppi dolci, poche vitamine, serve più equilibrio" rimproverò un broccoletto.

"Ma io odio le verdure!" protestò Alys

La carota la guardò seria "Forse non ci hai mai conosciute davvero, hai mai provato una zucchina grigliata con provola affumicata?" apparve un piatto di zucchine grigliate e provola affumicata, assaggiarono tutti "Buoneeeeeeeee" dissero con entusiasmo, tutti compresa Alys!

"E un piatto di vellutata di carote con crostini di pane e formaggio grattugiato?"

"Wow" esclamò Medoro "Che bontà" disse Alice.

“Non devi rinunciare ai dolci, devi solo imparare ad equilibrare” disse carota ad Alys che sospirò “Magari posso provare...” disse fissando il piatto di vellutata di carote e crostini.

Il giorno dopo, a scuola, Alys portò, e offrì ai compagni, una nuova merenda: una fetta di torta ma... fatta con carote e mandorle!

Tutti chiesero la ricetta e... il bis!

FINE

Provaci tu...

“Le carote sono un concentrato di vitamine, sali minerali e antiossidanti e, per fortuna, rientrano tra le verdure che i bambini mangiano senza problemi. Però i dolci sono più buoni, soprattutto se con l’aggiunta di cioccolato o creme varie. Unite le due cose e il gioco è fatto: Inventate una ricetta per una torta con le carote per accontentare bambini e non solo...”

La tua ricetta:

12. ALICE, MEDORO, E LA PARTITA DELLA DOMENICA

Ogni Martedì e Giovedì pomeriggio, Alice, correva felice in palestra

per gli allenamenti di minibasket. Amava giocare con la sua squadra, ridere, imparare e passarsi la palla con gli amici.

Tra i compagni c'era Nicolas, un bambino veloce e forte, ma anche, un po' troppo competitivo. Voleva sempre vincere, sempre e, quando le cose non andavano come voleva lui... beh, si arrabbiava.

A volte, durante le partite, fingeva falli che non c'erano o cercava di confondere gli avversari per ottenere vantaggi.

Nessuno diceva nulla ma tutti ci rimanevano male.

Un Giovedì, durante l'allenamento, l'allenatore Franz chiamò tutti i bambini a raccolta

"Ragazzi" disse serio "Domenica c'è una partita importante, ma ho deciso che giocheranno i bambini che fino ad ora non hanno avuto modo di giocare, quindi, Nicolas, questa volta non sarai convocato, dobbiamo ricordarci sempre che lo sport è prima di tutto gioco di squadra, rispetto e onestà"

Nicolas ascoltò in silenzio, ma dentro era una tempesta. Era furioso. Dopo l'allenamento, senza nemmeno salutare, si avvicinò ad Alice e disse:

"Tanto senza di me perderete, tu fai sempre finta di essere brava ma non lo sei davvero!"

Alice ci rimase malissimo, tornò a casa triste e confusa. Quella sera, non aveva voglia nemmeno di mangiare i suoi biscotti preferiti, quando fu ora di dormire, strinse forte Medoro e sussurrò

"Medoro oggi è stata una brutta giornata..."

Appena le luci si spensero, Medoro mise a posto il suo diario spaziale, si stiracchiò, sbadigliò e...

"Eccomi qui piccola campionessa" disse con voce allegra "E' ora di fare un salto nel mondo dei sogni!"

E fu così che entrarono nel sogno di Nicolas.

Era un campo da basket enorme, con tribune piene di pupazzi che facevano il tifo, Nicolas era lì, da solo, al centro, faceva canestro dopo canestro ma nessuno applaudiva.

Il pubblico era fermo e silenzioso.

"Perché non fate il tifo per me?" chiese

"Perché il gioco da solo non è divertente" rispose un orsacchiotto in prima fila "e tu hai dimenticato che lo sport è una festa da condividere con gli altri, non una gara per essere il più bravo da solo."

In quel momento apparvero Alice e Medoro

"Nicolas" disse Alice con dolcezza "noi siamo la tua squadra, ma dobbiamo fidarci l'uno dell'altro, non vincere a tutti i costi."

"ma io volevo solo... essere il migliore" mormorò Nicolas guardando in basso.

Medoro si avvicinò e gli leccò la mano "essere il migliore significa anche saper perdere, sapere rispettare gli altri e ... sapere chiedere scusa quando serve."

Nicola annuì lentamente. Il campo scomparve in una nuvola colorate e il sogno finì.

La mattina dopo, Alice si stava preparando per andare alla partita della Domenica quando sentì il campanello. Era Nicolas, con gli occhi bassi e un pallone da basket sotto il braccio.

"Alice... mi spiace per quello che ti ho detto, ho esagerato e tu sei davvero brava in campo. Posso venire con voi per fare il tifo?"

Alice sorrise di quel sorriso che illumina la stanza.

"Certo che puoi!"

Quella Domenica, la squadra giocò alla grande, vinsero? No, ma fecero una bella figura! Tutti uscirono dal campo tra gli applausi e il cuore pieno di gioia e anche Nicolas, dagli spalti, applaudì forte.

FINE

Per saperne di più:

"Gli sport di gruppo sono fondamentali per lo sviluppo dei bambini perché migliorano le competenze sociali (comunicazione, collaborazione, rispetto), aumentano l'autostima e la fiducia in sé, favoriscono lo sviluppo fisico e motorio (coordinazione, equilibrio, resistenza) e promuovono la disciplina e l'apprendimento di valori come la lealtà e la perseveranza."

E tu? Che tipo di sport fai?

13. ALICE, MEDORO E LA NUVOLA NELLA PANCIA

Tra i tanti interessi di Alice, c'era anche il pianoforte. Ogni Lunedì pomeriggio prendeva lezioni con il Maestro Andrea, Alice amava fare

danzare le dita sui tasti e immaginare che ogni nota fosse un colore. Con lei, in classe, c'era anche Anna, una bambina con gli occhi grandi e i capelli castani raccolti in una codina.

Anna era dolce e suonava benissimo ma, da un po' di tempo, qualcosa sembrava essere cambiato.

Non parlava più molto, si sedeva in fondo e, spesso, si stringeva forte le mani come se avesse freddo anche quando c'era il sole.

Un Lunedì, durante la lezione di pianoforte con il Maestro Andrea, proprio mentre il Maestro le faceva provare un pezzo nuovo, Anna si alzò di scatto, lasciò il pianoforte e uscì correndo dalla stanza.

Alice ci rimase malissimo, si sentiva un nodo allo stomaco

"Forse ho fatto qualcosa che non va..." pensò.

Quella sera, nel suo letto, abbracciò Medoro

"Medoro, oggi Anna è scappata dalla lezione. Sembrava triste ma anche spaventata, non lo so, è come se avesse una nuvola dentro, io non so come aiutarla..."

Medoro sbadigliò poi, si rizzò sulle zampe

"Forse è ora di fare un piccolo viaggio, in un posto dove le emozioni parlano" disse.

Fu così che Alice e Medoro entrarono nel sogno di Anna.

Il sogno era strano, il cielo era pieno di nuvole grigie, basse, che quasi toccavano il suolo. Alice camminava piano, quando sentì qualcuno singhiozzare dietro un grande cespuglio di pentagrammi.

Era Anna, rannicchiata con le ginocchia al petto

"Anna, ti sei persa?" chiese Alice avvicinandosi

"Non mi sono persa... è che... io ho una nuvola nella pancia, a volte arriva all'improvviso, sento il cuore battere forte, mi gira la testa e penso che sto per fare qualcosa di sbagliato, anche quando non ho fatto niente di male, è come se ci fosse un temporale dentro di me, ma nessuno lo vede..."

Alice si sedette accanto a lei senza sapere cosa dire... intervenne Medoro

"Noi ti vediamo Anna, quella che senti si chiama ANSIA, è una sensazione che viene quando la mente corre più veloce del tempo ma, non sei sola. La nuvola può imparare a parlare e tu puoi imparare ad ascoltarla, senza spaventarti."

"Ma come si fa?" chiese Anna

"Ti insegno un trucco" rispose Medoro "chiudi gli occhi, respira piano, ascolta il tuo respiro come se fosse una melodia lenta."

Anna chiuse gli occhi, inspirò, espirò. Le nuvole iniziarono ad alzarsi, si facevano più leggere, come zucchero filato.

Alice le prese la mano

"Sai, io non lo sapevo, ma adesso che so com'è voglio aiutarti, anche solo ascoltandoti e standoti vicina."

Anna sorrise "Grazie."

La mattina dopo Alice si svegliò con una piacevole pace nel cuore.

Quella stessa giornata, alle lezioni di pianoforte, vide Anna seduta accanto al pianoforte, aveva ancora le mani un po' strette ma le tese verso Alice.

"Alice vuoi suonare con me oggi?"

Alice annuì e, mentre le loro mani si muovevano sui tasti, le note sembravano proprio leggere come nuvole che si allontanano.

FINE

1. Ti è mai capitato di avere le nuvole nella pancia e di sentire il cuore battere forte? Sai che può capitare a tutti? Ecco alcuni consigli per fare allontanare le nuvole:

- non tenerti tutto dentro, parlane con qualcuno;
- impara a gestire la tua respirazione, in questo modo:

"Per insegnare ai bambini a gestire l'ansia attraverso la respirazione, utilizzate tecniche semplici e pratiche come la <<"respirazione quadrata">> o il <<"respiro del palloncino">>. Insegnate loro a Inspirare lentamente dal naso contando fino a 4, trattenere per 4 secondi, espirare per 4 secondi e poi attendere per altri 4 secondi prima di ricominciare. L'obiettivo è trovare una posizione comoda, concentrarsi sul respiro e ripetere l'esercizio, rendendo l'apprendimento divertente e coinvolgente attraverso giochi di ruolo o attività con oggetti."

14. ALICE, MEDORO E LA GRANDE MOSTRA DEL RICICLO

Si avvicinava l'estate e, con lei, la fine della scuola.

Il sole restava acceso fino a tardi, le finestre erano sempre aperte e l'aria profumava di gelsomino e voglia di vacanza.

A scuola era iniziata l'iniziativa delle classi aperte e dei gruppi misti

di lavoro e la maestra Fabiana aveva proposto un'idea speciale:
Una mostra creativa di fine anno dedicata al riciclo!

“Ogni gruppo creerà qualcosa usando solo materiali riciclati” spiegò
“tutti i lavori verranno esposti nel giardino della scuola per la festa di fine anno con i genitori.”

Alice era contenta. Il suo gruppo era formato da Debora, che sapeva disegnare benissimo, Michael che amava costruire, Viola che aveva sempre le idee più originali, Dalia bravissima a creare con le mani ed Alys che non stava mai ferma!

C'era un piccolo problema: non avevano nessuna idea!

Ogni volta che provavano a pensarne una, finiva così:

- Potremmo fare una scultura di bottiglie!”
- La faranno già nell'altro gruppo...
- Una casa per uccellini con le scatole
- Troppo semplice
- Un robot gigante?
- Con quale materiale?

Alla fine del laboratorio, il gruppo si sciolse come un gelato al sole.

“Non ce la faremo mai” borbottò Michael.

Alice tornò a casa mogia, con il suo zainetto che sembrava pesare il doppio.

Quella notte Medoro notò il suo malumore “Va bene Alice, questa notte ti porterò nel fantastico mondo dei sogni creativi”

PUFF!

Alice e Medoro atterrarono in un enorme laboratorio volante fatto di cartone, sospeso nel cielo da palloncini di plastica riciclata.

Dentro c'erano i peluche addetti al riciclo, il pappagallo Pino, la gatta Matita e il polipo Ottobraccia.

“Medoro che piacere vederti!” garrì Pino

“Piacere mio cari amici, ho bisogno del vostro aiuto, mi servono idee per il laboratorio del riciclo di Alice e il suo gruppo...” rispose Medoro
Ottobraccia roteò i tentacoli e accese una lavagna:

- Parco giochi da tavola con stecchetti di legno dei ghiaccioli e stuzzicadenti
- Costumi teatrali fatti con carta, bottoni e stoffa
- orto portatile con bottiglie di plastica, tappini e tappi di sughero

“L'orto portatile! Mi piace, sembra perfetto!” esultò Alice

Il mattino dopo Alice propose l'idea al gruppo “Facciamo un orto

portatile usando le bottiglie e i tappini”

“Un che?” fece Viola

“Un mini orto riciclato: usiamo bottiglie, le bottiglie di plastica tagliate, le riempiamo di terra, piantiamo erbe aromatiche, usiamo i tappi per decorare e, se vogliamo usiamo anche nastri, disegni...”

Il gruppo si guardò

“Geniale” disse Debora

“Fantastico” disse Dalia

“Si possono fare anche etichette con le cannucce!” esclamò Alys.

“Con le cannucce posso anche creare un sistema di irrigazione” aggiunse Michael.

Da quel momento, il gruppo lavorò, con entusiasmo, come una squadra vera, tra colla, terra, risate e idee pazzе, crearono un piccolo giardino sospeso fatto di materiali riciclati e pieno di profumi.

Alla mostra il loro progetto vinse il premio della “Creatività Verde” e tutti i bambini presenti vollero toccare le piantine e annusare il basilico, la salvia, la menta...

Quella sera, nel suo letto, Alice accarezzò Medoro e sussurrò

“Grazie”

Medoro le fece l'occhiolino soddisfatto “Le migliori idee crescono come le piante, servono solo pazienza, entusiasmo e una buona squadra!”

FINE

Ti va di proporre alla Maestra una Mostra Creativa con Materiale da riciclo? Cosa ti piacerebbe fare e quali materiali vorresti utilizzare?

15. ALICE E MEDORO: L'ULTIMA NOTTE

Era un sera come tante altre a Bergamo, le stelle sembravano fiocchi di zucchero e le cicale facevano il coro come se stessero provando per il festival di Sanremo.

Alice, stanca dopo una lunga giornata passata in gita in Città Alta, si infilò sotto le coperte con il suo peluche parlante stretto tra le braccia, Medoro.

Quella sera però qualcosa era diverso...

Mentre lo accarezzava, Alice vide nei suoi occhi uno scintillio...uno sguardo che non aveva mai visto prima, era tristezza.

"Medoro che succede?" domandò Alice

"E' ora Alice, il Gran Consiglio 5 scie mi aspetta su Sisti, ho terminato il mio compito qui"

"Di già? Ma devi imparare ancora tanto!"

"No, ho raccolto abbastanza informazioni su voi cuccioli della Terra: sulle vostre emozioni, i vostri cibi, le vostre stravaganze..."

"Le nostre stravaganze dici? Vorrei ricordarti che hai tentato di mangiare le mie ciabatte credendo fossero focacce!"

"A me sembravano le focacce!"

Risero ma poi Alice abbassò lo sguardo "Quindi, te ne vai per sempre..."

Medoro si alzò sulle zampe posteriori, barcollando come un pinguino spaesato, e tirò fuori da sotto la coda un piccolo oggetto lucente: un ciondolo

"Con questo ci sentiremo tutti gli anni a Dicembre e, ogni anno la notte del tuo compleanno, ci incontreremo nei sogni alle 3.33."

"Porterò i biscotti al cioccolato che ti piacciono tanto" disse Alice tra le lacrime "E se ti dimentichi di me?"

"Come potrei?! Il mio cervello ha 19 memorie di riserva e una è solo per te."

All'improvviso una scia luminosa uscì dal corpo di peluche di Medoro, Alice fece solo in tempo a gridare "Promettimi che tornerai!"

"Tornerò e quando lo farò, voglio trovare un mondo ancora più bello!"

tutto svanì in pochi secondi, Medoro tornò ad essere un cane di peluche senza vita, quella notte Alice fece fatica ad addormentarsi ma, quando accadde... una voce familiare si introdusse nei suoi sogni

"Alice ci sei?"

Nel sogno Alice sorrise e fece cenno di sì con la testa

"Mi sono dimenticato di dirti di continuare ad essere la bambina speciale che sei, mi hai insegnato molto..."

"Ti voglio bene Medoro mio"

"Anche io ti voglio bene Alice mia"

FINE

Dal 2011 ad oggi: Come è cambiato il modo di scrivere e pubblicare un libro, la mia esperienza...

Nel 2011 pubblicavo il mio primo libro, "Fiamma", questo il titolo, un racconto storico, inventato, ambientato nel periodo del Risorgimento Italiano.

Scelsi una casa editrice tradizionale, Albatros-Il Filo.

Ricordo molto bene l'emozione di vedere, finalmente, le mie parole trasformarsi in pagine stampate, ma anche la lunga attesa: circa sei mesi per arrivare alla pubblicazione, sei mesi di correzioni, mail e nuove idee da prendere in considerazione.

Per sostenere i costi dell'operazione acquistai cento copie, un investimento necessario per permettere all'editore di coprire le spese. Da parte loro si occuparono della presentazione del libro, un gesto che, all'epoca, mi sembrava già un privilegio.

Da allora il panorama editoriale, io con lui, è profondamente cambiato.

Quest'anno, nell'Agosto 2025, è uscito il mio secondo lavoro "Vortice", stavolta ho scelto un approccio completamente diverso: il self publishing su Amazon, l'autopubblicazione.

Nessun anticipo da versare, nessuna copia da acquistare perché Amazon stampa solo su richiesta, il libro esiste solo quando qualcuno lo ordina. Una rivoluzione!

Certo, ho dovuto chiedere aiuto a mio nipote, grafico pubblicitario, per la realizzazione della copertina e per l'impaginazione, un approccio decisamente più familiare, artigianale, un approccio più libero.

E poi c'è "Medoro, il cane che viene dallo spazio", un progetto del tutto sperimentale, (in realtà il personaggio di Medoro esiste dal 2016, potete trovare canzone e video su Youtube) nato con il supporto dell'intelligenza artificiale, mi sono avvalsa di ChatGPT per esplorare nuovi modi di scrivere (la scrittura del futuro) che, da una parte mi affascina, dall'altra mi spaventa.

Se nel 2011 scrivere un libro era un processo solitario, con ChatGPT è collaborativo può diventare addirittura uno scambio di idee tra te e l'intelligenza artificiale. Positivo? Non lo so.

L'intelligenza artificiale sta entrando in tanti settori e la scrittura non fa eccezione.

Personalmente ho trovato interessante confrontarmi con questo nuovo modo di scrivere devo però ammettere di avere avuto delle difficoltà, nell'utilizzo della punteggiatura per esempio. Ho "riposizionato" virgole e punti...

Dal mio primo libro ad oggi ho imparato che scrivere non è solo mettere su carta una storia, è anche scegliere con cura il come portare la storia nel mondo, oggi più che mai le strade sono molteplici. A chi mi domanda: Cosa ti aspetti adesso?

Bene, mi aspetto che il mio primo libro "Fiamma" diventi un copione teatrale, il secondo "Vortice" un film per la televisione e "Medoro, il cane che viene dallo spazio?" bhè per questo racconto potrei chiedere consigli allo Studio Bozzetto (quelli di Topo Tip) per farlo diventare un cartone animato... è tutto troppo? Sì è vero ma sognare non costa nulla!

Alla prossima avventura...