



la Guida

LA PRIMA IN ITALIA
DA VENTUNO ANNI

ESAME DI STATO • ORIENTAMENTO POST-DIPLOMA • LAVORO

WAKE
UP! MATURITÀ
#nopanic



A CURA DI

ITALIA  ORIENTA

IN COLLABORAZIONE CON



corriereuniv.it
GIU' QUANTI NEL QUOTIDIANO

DISTRIBUZIONE GRATUITA NELLE SCUOLE

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI SUOR ORSOLA BENINCASA



Nella foto l'antica cittadella monastica di Suor Orsola, che oggi è la sede del campus universitario dell'Università degli Studi Suor Orsola Benincasa ed è in procinto di essere riconosciuta dall'Unesco come "patrimonio culturale che conserva un ruolo sociale attivo nella società contemporanea".

A NAPOLI SI APRONO NUOVI ORIZZONTI PER IL LAVORO DEL TUO FUTURO

GREEN ECONOMY

Il primo corso di laurea italiano in
Economia aziendale e Green Economy

CINEMA, GIORNALISMO E TELEVISIONE

L'alta formazione per lavorare nei settori
del Cinema, del Giornalismo e della Televisione

ABILITAZIONE ALL'INSEGNAMENTO

Corso di Laurea magistrale
in Scienze della Formazione Primaria
Corsi di specializzazione per il sostegno
T.F.A. - Tirocinio Formativo Attivo

BENI CULTURALI

L'alta formazione per lavorare nei settori
dell'arte, dell'archeologia, del turismo culturale
e della conservazione e restauro dei beni culturali

Al Suor Orsola grazie ai corsi a numero
programmato ogni studente viene seguito
individualmente dalla scelta del corso
di studi fino alla ricerca del lavoro

La Formazione per le PROFESSIONI delle tue passioni

Archeologo
Assistente sociale
Criminologo
Educatore
Interprete
Magistrato
Notaio
Psicologo

La Formazione per le PROFESSIONI del futuro

Comunicazione dell'Enogastronomia
E-commerce Management
Exhibition Design
Lingue per la comunicazione internazionale
Management del Turismo
Meeting and Event Management
New Media per l'insegnamento
Social Media Marketing



unisobnapoli



Università
Suor Orsola
Benincasa



unisobna



unisob

Info

www.unisob.na.it

tel. 081-2522350 - orientamento@unisob.na.it

SAPER GUARDARE NEGLI OCCHI

CARI MATURANDI,

anche quest'anno ecco la vostra "guida alla maturità". Un compagno di viaggio pensato per accompagnarvi da qui in avanti, e che vi faccia sentire più informati e consapevoli nell'affrontare la prova più importante, finora. L'idea di una guida dedicata alla maturità nasce con l'obiettivo di fornire uno strumento didattico-emotivo, così da famigliarizzare con l'evento ed esorcizzarne le paure. Troverete in queste pagine, una parte dedicata all'esame vero e proprio, con le spiegazioni relative alle singole prove; una seconda, con i consigli degli esperti per ridurre la tensione d'esame e con alcuni vip che ci raccontano la loro maturità; infine, una terza sezione, dedicata al "dopo".

Qui, naturalmente, tutti si pongono la stessa domanda: E ora, cosa farò?

Torniamo per un attimo all'esame. Cosa si intende per maturità? Cosa si aspetta la commissione dagli studenti che l'affrontano?

Wikipedia dice che "la maturità è la proprietà di un organismo dell'aver raggiunto nel tempo giusto il compimento del proprio essere". La Treccani recita: "in senso morale ed intellettuale si intende piena e chiara conoscenza dei vari temi e problemi della vita e del sapere, spesso accompagnata da un'adeguata esperienza".

Rifletto sul fatto che già noi adulti facciamo fatica ogni giorno a star dietro alla nostra crescita umana e professionale; immagino sia ancor più faticoso per i giovani che hanno meno strumenti ed esperienza.

Allora quel che conterà all'esame è dimostrare di aver acquisito da un lato delle conoscenze tecniche (quei saperi scolastici), dall'altro quelle comportamentali. Secondo una recente ricerca americana il "successo" professionale, o meglio la realizzazione delle persone conta al 15% per quanto riguarda le conoscenze tecnico-teoriche (hard skills) e all'85% per le competenze trasversali (soft skills). Ciò significa che sarà molto importante dimostrare alla commissione d'esame di aver studiato e bene le proprie materie, ma sarà altrettanto importante dimostrare di avere una buona padronanza di sé. Ovvero dimostrare di saper tenere il campo, con una buona postura, una buona comunicazione, una buona capacità relazionale, una buona competenza emotiva. Dico sempre ai ragazzi: imparate a guardare negli occhi.

In definitiva se dovessi giudicare uno studente all'esame,

prenderei in prestito le stesse cose che si ritiene e che ritengo utili quando facciamo un colloquio di lavoro. In questi casi, si è molto attenti alle conoscenze di base del candidato, ma lo si è ancor di più rispetto alle sue capacità di saper mettere in pratica le cose e di saper stare in un gruppo. Occorre sì, saper leggere, scrivere e far di conto, ma bisogna anche saper parlare, saper ascoltare, sapersi confrontare e saper divenire.

Tutto questo è alla portata di tutti noi. Sempreché ci rendiamo conto che occorre impegno, sacrificio e allenamento quotidiano. Ecco, allenatevi per la vostra maturità. Preparate una bella presentazione da portare in sede d'esame e fatela ascoltare agli altri, fatevi dire se hanno capito quello che gli volete spiegare, se i vostri contenuti sono espressi in maniera chiara e convincente, e, se così non è, riprovate e riprovate ancora, finché non vi sentirete più sicuri e soddisfatti del vostro lavoro.

Trasformate l'esame di maturità nella vostra grande occasione di dimostrare che avete fatto dei progressi e che state crescendo, la commissione coglierà questo grande valore, in fondo ci sono passati anche loro.

Parlando invece, del dopo maturità, qui occorrerebbe un approfondimento serio. Molti ragazzi fanno scelte affrettate o leggere, pensando poi di sistemare le cose per strada, in corsa. Così non è. È fondamentale capire che con il proprio futuro non si scherza e che ci sono tutti gli strumenti di orientamento che ci possono mettere nelle condizioni di operare scelte consapevoli ed adeguate. A tal proposito chi vi scrive è impegnato su questi temi ogni giorno e quello che può dire con maggiore serenità è che chi si impegna in un percorso vero e proprio di scelta, non solo è avvantaggiato negli studi, ma sarà sicuramente più occupabile di chi questo percorso e questa consapevolezza non la sviluppa.

Prima di lasciarvi alla lettura della guida, voglio farvi un grandissimo in bocca al lupo per il vostro esame, ma soprattutto per la vostra vita!

Un ringraziamento sincero, a quanti contribuiscono, e ormai sono 21 anni, alla realizzazione e alla diffusione della guida: i Presidi, i Docenti, il Miur attraverso gli uffici scolastici regionali e la direzione generale dello studente.

E un ringraziamento agli sponsor che con la loro partecipazione consentono la gratuità per i ragazzi.

Forza!

* *Presidente Italia Orienta*

A cura di

ITALIA ORIENTA

corriereuniv.it
IN LINEA NEL QUOTIDIANO

Direttore Responsabile

Mariano Berriola

Italia Orienta

Piazza dell'Enciclopedia Italiana, 50
00186 Roma

Numero Verde 800588615

website: www.italiaorienta.it

Hanno collaborato:

Anna Di Russo, Emiliano Errico,
Davide Iannotta, Raffaele Nappi,
Riccardo Zambon

**Progetto grafico
e videoimpaginazione:**

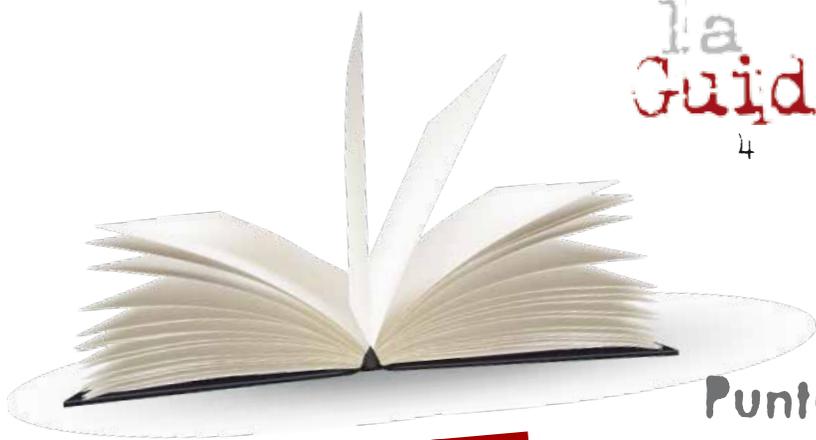
Luciano Pennino

Per la pubblicità:

All Social srl
advertising@allsocial.it

Stampa:

Arti Grafiche Boccia
Via Tiberio Claudio Felice, 7
Salerno



Tempo a disposizione:

6 ORE

Punteggio massimo:

15 / 15

La
PRIMA
PROVA

Lingua:

ITALIANO

TIPOLOGIE

- **Tipologia A** – **Analisi del testo** – *Ti verrà chiesto di analizzare un brano in prosa o una poesia di un grande autore*
- **Tipologia B** – **Saggio breve o articolo di giornale** – *Questa tipologia prevede delle sotto tracce in diversi ambiti (storico-politico, artistico-letterario, scientifico). Ti saranno forniti documenti da cui attingere per costruire il tuo elaborato*
- **Tipologia C** – **Tema di argomento storico** – *Dovrai sviluppare un elaborato a partire da un preciso argomento storico. Ti saranno forniti alcuni documenti per costruire il tuo percorso*
- **Tipologia D** – **Tema di ordine generale o di attualità** – *Anche in questo caso il punto di partenza è un argomento dato. Avrai a disposizione alcuni materiali e documenti da cui attingere*

M solo il classico tema d'italiano... O forse no? La prima prova si avvicina e quasi mezzo milione di maturandi si sta preparando per cominciare alla grande l'esame di Stato. Con la prima prova si rompe ufficialmente il ghiaccio; per questo il semplice tema d'italiano può nascondere più insidie di quanto possiate immaginare.

Il Miur ha reso nota la data da tempo, il 22 giugno, e da parecchie settimane sono già pronte le tracce che vi troverete davanti. Gli esperti che preparano la prima prova, infatti, sono al lavoro da mesi e manterranno

il riserbo fino all'ultimo: le tracce rimarranno top secret fino alla mattinata del 22 giugno e solo allora, grazie ad una doppia chiave d'accesso elettronica inviata a tutti gli istituti italiani, potrete scoprire quali "temi" vi capiteranno quest'anno.

Nessuna anteprima, quindi, ma questo non significa che non si possano prevedere alcuni contenuti delle tracce: per quanto riguarda la tipologia A, ad esempio, l'analisi del testo, negli scorsi anni è sempre uscito un autore molto noto del '900, di cui, però, è stato proposto un testo poco conosciuto; per la tipologia B, invece,

il saggio breve o articolo di giornale, sicuramente non ci saranno temi di strettissima attualità: come detto, infatti, le tracce vengono preparate con mesi di anticipo e questo esclude gli "argomenti del momento" su media e giornali.

Per il resto, le previsioni diventano davvero molto difficili (e per questo infondate): il suggerimento migliore è quello di mantenere la calma e ripercorrere mentalmente i vari passaggi provati e riprovati durante le simulazioni svolte nel corso dell'anno scolastico. In fondo, non è altro che il caro vecchio tema d'italiano.



ACCADEMIA
DELLE ARTI
E NUOVE
TECNOLOGIE

OPEN DAY

21.05.2016 - 17.09.2016

WORKSHOP - ORIENTAMENTI PERSONALIZZATI

**CORSI DI
GRAPHIC DESIGN
ADVERTISING & MULTIMEDIA
INTERIOR
PUBLIC & PRODUCT DESIGN**

info

www.accademiadellearti.it

<https://www.facebook.com/aantaccademia/>

tel 06 6864008

piazza della rovere 107 - roma



Greco e Matematica, Lingua straniera ma anche Pedagogia, Danza, Composizione musicale, Scultura e Scenografia: nella seconda prova ogni maturando potrà far vedere quanto vale proprio nella disciplina che ha più studiato nei 5 anni. È l'occasione giusta per fare incetta di punti utilissimi e far lievitare il voto finale.

LICEI CLASSICI, SCIENTIFICI E LINGUISTICI

Torna il Greco al Classico mentre si conferma Matematica allo Scientifico, dove quest'anno, per la prima volta, il Miur avrebbe potuto proporre anche la prova di Fisica. Gli studenti del Linguistico se la vedranno con la prima lingua, quella più studiata nel corso del quinquennio.

LICEI DELLE SCIENZE UMANE, ARTISTICI, COREUTICI E MUSICALI

Al Liceo delle Scienze Umane le protagoniste saranno Pedagogia, Psicologia, Antropologia, Sociologia e Diritto ed Economia politica (per l'indirizzo Economico Sociale). I ragazzi e le ragazze del Liceo Musi-

cale se la vedranno con la Composizione di un brano, mentre al Liceo coreutico, la prova sarà incentrata sulle Tecniche della danza. Straordinaria varietà di prove per i Licei artistici: si va dalla Progettazione architettonica alle Discipline scultoree e pittoriche, dalla Grafica alla Scenografia passando per il Design applicato a legno, ceramica, oreficeria, tessuti e vetro, a seconda dell'indirizzo scelto.

ISTITUTI PROFESSIONALI

Teoria e pratica si fondono nella seconda prova dedicata ai maturandi degli Istituti Professionali: Igiene e cultura medico sanitaria per l'indirizzo Servizi Socio-sanitari; Scienza e cultura dell'alimentazione, ma anche Gestione di un attività ricettiva per l'indirizzo Servizi per l'enogastronomia e l'ospitalità alberghiera; Tecniche professionali dei servizi commerciali per i Servizi Commer-

ciali; Tecniche di produzione e organizzazione per Produzioni industriali e artigianali; Tecnologie e tecniche di installazione e di manutenzione per gli istituti professionali in Manutenzione e assistenza tecnica; Economia agraria e dello sviluppo territoriale per i ragazzi che studiano Servizi per l'Agricoltura.

ISTITUTI TECNICI

Discipline complesse e molto settoriali quelle scelte per mettere alla prova gli esperti e i tecnici di domani: si va dalla classica Economia aziendale alla Meccanica, dall'Organizzazione industriale alla Logistica e all'Elettronica, passando per le ultra-specialistiche Progettazione di impianti per mezzi navali o aerei, Chimica industriale, Biologia sanitaria o ambientale, Viticoltura e Geologia.

PRIMA DI CAMBIARE IDEA, ASSICURATI DI AVERNE UNA.

Corsi triennali:

- Habitat Design
- Grafica e Comunicazione Visiva
- Web & Interaction Design

Titolo rilasciato:

DIPLOMA ACCADEMICO di 1° livello

www.quasar.university



The House of Ideas.

NABA è la più grande accademia privata italiana **legalmente riconosciuta** dal **Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca (MIUR)**.

I Corsi triennali accademici di primo livello sono

DESIGN
FASHION DESIGN
GRAPHIC DESIGN E ART DIRECTION
MEDIA DESIGN E ARTI MULTIMEDIALI
SCENOGRAFIA
PITTURA E ARTI VISIVE

NABA è stata inserita da **Domus Magazine** tra le 100 migliori scuole di Design e Architettura in Europa e da **Frame** tra le 30 migliori scuole postgraduate di Design, Architettura e Fashion al mondo. NABA ha un **campus a Milano** di oltre 17.000 mq con studenti da più di **70 paesi del mondo**.

I docenti NABA sono **insegnanti altamente qualificati** e rinomati professionisti del settore.

In NABA gli studenti partecipano a numeri **progetti in collaborazione con aziende ed istituzioni** come BMW, Flos, Giorgio Armani, Gucci, J. Walter Thompson, PepsiCo, MTV, Nokia, L'Oréal, Pirelli, Saatchi & Saatchi, Slow Food, Swarovski, The Swatch Group, Teatro alla Scala, La Triennale di Milano, Whirlpool.

L'offerta formativa di NABA comprende anche **Bienni Specialistici** in Arti Visive e Studi Curatoriali, Design della Comunicazione, Fashion and Textile Design, Design, Product Design, Interior Design e **Master Accademici** in Creative Advertising e Photography and Visual Design.

Con una numerosa serie di **eventi** interdisciplinari, NABA partecipa attivamente alla vita culturale della città e si pone come interlocutore attivo di progetti e iniziative sociali e artistiche.

Incontri, conferenze, workshop, seminari, open lecture consentono agli studenti di incontrare **professionisti italiani** e stranieri e di entrare a far parte della **scena internazionale**.

Gli studenti arricchiscono il proprio curriculum e creano relazioni preziose per il successivo **inserimento lavorativo** futuro.



La 3^a PROVA

A DIFFERENZA DELLA PRIMA e della seconda, i contenuti della terza prova non sono scelti dal Miur, ma dalle singole Commissioni d'esame. Si tratta quindi di una prova "personalizzata", decisa anche in base al percorso didattico seguito dai singoli istituti.

LE COMMISSIONI SI RIUNISCONO per decidere modalità, compresa la durata della prova, materie (non più di 5) e argomenti a partire da metà maggio e hanno tempo fino al giorno precedente la prova, che in genere si tiene il primo lunedì dopo l'inizio dell'Esame di Stato, quindi, per quest'anno il 27 giugno, per modificarla.

PROPRIO GRAZIE alla personalizzazione e alla possibilità di modifica fino a poche ore prima del suono della campanella, molti docenti condividono con i propri studenti alcune indicazioni sullo svolgimento della prova, comprese "dritte" su quali argomenti ripassare meglio di altri. Questa, tuttavia, non è una regola fissa, per cui possono capitare casi in cui vi troverete a scoprire il contenuto delle domande solo a prova iniziata.

COSA POTETE TROVARE?

- **Trattazione sintetica:** un massimo di 5 argomenti in diverse discipline da analizzare in maniera estremamente sintetica. La commissione d'Esame, in questo caso, indica la lunghezza massima della risposta.
- **Quesiti a risposta singola:** 10 – 15 domande su argomenti riguardanti uno o più materie. L'obiettivo è quello di accertare la conoscenza e i livelli di competenza raggiunti dai maturandi. Per ciascuna domanda, la commissione dovrebbe indicare l'estensione massima della risposta (numero di righe o parole).
- **Quesiti a risposta multipla:** 30 – 40 domande con diverse opzioni di risposta già predisposte. Il candidato dovrà scegliere quella corretta. I quesiti a risposta multipla possono essere presentati anche sotto forma di risposta chiusa.
- **Problemi a soluzione rapida:** non saranno più di 2. Chiaramente vengono studiati in relazione allo specifico indirizzo di studi e alle esercitazioni svolte durante il corso dell'anno.
- **Analisi di casi pratici:** un massimo di 2 veri e propri case studies, esattamente come quelli già analizzati durante il corso dell'anno. Questa tipologia di prova, infatti, deve essere in correlazione con quanto previsto dai piani di studio e con le esperienze acquisite dai candidati. Fate bene attenzione: ricordate che la trattazione di un caso pratico professionale può richiedere l'utilizzo di conoscenze appartenenti a diverse discipline e coinvolgere, quindi, più materie.
- **Sviluppo progetti:** una prova specifica per gli Istituti tecnici e professionali che richiede ai candidati di sviluppare un progetto in cui utilizzare competenze acquisite in diversi ambiti disciplinari. In alternativa, ai maturandi potrebbe essere chiesto di esporre un'esperienza di laboratorio, la descrizione di procedure di misurazione o anche quella di un collaudo di apparati e impianti.



LA PROVA ORALE È

quella più temuta dagli studenti: è l'inizio e la fine, l'ultimo ostacolo prima del diploma, il primo momento di

crescita di fronte a una commissione esaminatrice.

Ma come affrontarla?

Come dimostrare ai commissari esterni e agli insegnanti interni la propria preparazione?

COME SI CALCOLA IL VOTO?

Partiamo dalle questioni più pratiche. Il punteggio massimo da ottenere alla prova orale è 30: la sufficienza arriva con 20 punti. Tuttavia va precisato che ci sono alcuni casi in cui i professori, nell'assegnazione del punteggio totale della prova orale, vanno anche al di sotto della soglia dei 20. Questo perché non esiste, a oggi, un voto minimo. Non stiamo parlando di bocciatura assicurata, perché il tutto va comunque sommato al punteggio ottenuto nelle prove scritte, ma va fatta grande attenzione.

COME SI SVOLGE E QUANTO DURA?

La prima e unica domanda degli studenti è quella sul tempo: quanto durerà la prova orale? Ebbene, ragazzi, anche in questo caso non esiste una risposta precisa. In media, infatti, il colloquio può durare circa 40 minuti, ma ci sono casi in cui si è andati oltre, come casi in cui è durato molto meno. Il consiglio è quello di prepararsi un discorso, dimostrandosi pronti se il colloquio durerà più o meno del previsto.

LA TESINA VINCENTE

Non lasciatevi paralizzare dalla tensione! Ricordate un aspetto fondamentale: la prova orale comincia con una carta proprio a vostro favore. Il colloquio, infatti, prende il via da un vostro lavoro. La tesina è un'arma a vostro vantaggio. Di solito la commissione concede al candidato un tempo compreso tra i 10 e i 15 minuti per presentare il proprio lavoro prima di passare alle domande. Ecco: dimostratevi sicuri di voi, capaci e pronti di saltare da un argomento all'altro.

Il tuo mondo è fantastico. Scoprilolo!

Se sei curioso/a, ti piacciono i bambini e hai una conoscenza base della lingua inglese, potrai vivere un'esperienza unica che ti cambierà la vita.

Diventa Au pair con la tutela¹ di Celtic Child Care.



Viaggia

Parti per l'America², l'Inghilterra o l'Australia.



Parla inglese

Imparerai a parlare inglese, proprio come gli inglesi.



Scopri

Conosci una nuova cultura, e vivila da vicino.



Guadagna

Tutti gli aupair ricevono una paga settimanale.

¹ Siamo membri di: IAPA (full voting member), ANIAP (founder member), WYSE (traveller member).

² Se scegli l'America per un anno l'assicurazione sanitaria, il volo di andata e quello di ritorno sono inclusi.

COSA E' USCITO NEGLI ULTIMI 6 ANNI?

Dante, Pirandello e Claudio Magris. Ma ancora: Montale, Omero e Catullo. Ogni anno è sempre la stessa storia: le migliaia di studenti impegnati nell'esame di maturità si ritrovano invischiati nel calcolo, complesso e sterminato, dei possibili protagonisti delle tracce decise dal Ministero dell'Istruzione. In questa caccia alla traccia bisogna fare i conti con gli autori usciti negli anni più recenti e quelli preferiti dai commissari del MIUR. Se è vero, infatti, che nella terza prova i commissari devono attenersi a precise regole imposte dall'esame di Stato, nelle prime due prove le tracce sono scelte in una stanza di viale Trastevere, a Roma, dove il ministro e il coordinatore degli ispettori valutano le centinaia di proposte, suddivise in base alla tipologia di scuola. È il ministro, alla fine, a scegliere le tracce ufficiali.

Bisogna considerare anche che la tecnologia ha cambiato la preparazione dell'esame di maturità. Come? Un tempo, ad esempio, le proposte per le tracce della prima e della seconda prova venivano decise già a gennaio, con il MIUR che si attivava per mandare il tutto in formato cartaceo alle scuole di tutta Italia. Oggi, invece, con la procedura oramai digitalizzata e informatizzata, le tracce vengono inviate con un file crittografato, e tutto avviene via computer. Insomma, il ministro è portato a scegliere più tardi le tracce, sicuramente non a gennaio, probabilmente intorno a marzo-aprile. Ricordate, inoltre, che le tracce della prima prova sono proposte dagli ispettori e dagli addetti alla commissione, tutti ex docenti.

COME EVITARE RISCHI - Se nel 2014 un po' tutti si aspettavano il tema sull'Europa, nel 2013 l'analisi del testo su Claudio Magris ha davvero spiazzato gli studenti, che consideravano lo scrittore triestino "troppo moderno" per finire nella prima prova. Insomma, a volte i bookmakers ci azzeccano ma spesso tutto si conclude con un bel buco nell'acqua. Per prepararsi al meglio, allora, è bene fare un bel ripasso delle tracce uscite negli ultimi 6 anni.

GLI ULTIMI 5 ANNI - Nel 2010, anno dei grandi classici Pascoli e D'Annunzio per i bookmakers, ecco la prima sorpresa: è Primo Levi il protagonista della traccia di Italiano. L'anno successivo, invece, sembrerebbe toccare al presidente degli Stati Uniti Barack Obama: è lui il favorito secondo i pronostici, insieme al titolatisimo anniversario per i 150 anni dell'Unità d'Italia. E invece tocca alle foibe. Più fortunati gli studenti che scelgono l'analisi del testo: Ungaretti è un grande classico, che di solito tutti più o meno tendono a preparare. Stesso discorso nel 2012, con l'uscita di "Ossi di

5 REGOLE PER PREPARARSI ALLE TRACCE DELLA MATURITÀ

1. Niente esce per due anni consecutivi. Escludete tutto quello che è stato scelto dai commissari l'anno scorso
2. Le tracce più gettonate sono nella maggior parte dei casi quelle che non usciranno in sede d'esame
3. I commissari tendono a sorprendere gli studenti. Ricordate la scelta di Claudio Magris?
4. Mai puntare solo sui grandi classici per l'analisi del testo: preparatene il più possibile
5. Il tema di carattere storico? Sceglierlo solo se siete capaci di contestualizzare il tutto. Ricordate: non è un tema generale

seppia" di Montale, sempre per la traccia di tipologia A. Nel 2013, come dicevamo, i commissari a sorpresa scelgono il nome di Claudio Magris, con le parole tratte dalla prefazione del suo "L'infinito viaggiare", gettando nella disperazione parecchi studenti. Il tema di argomento storico, invece, riguarda lo sviluppo economico dei Paesi emergenti. Nel 2014 esce dal cilindro Quasimodo, accompagnato dal tema sulla tecnologia pervasiva per quanto riguarda il "saggio breve". Per la tipologia A, invece, i commissari puntano su Renzo Piano e il suo "Rammendo delle periferie". L'anno scorso, infine, è toccato a Italo Calvino, con un brano scelto da "Il sentiero dei nidi di ragno", seguito dal saggio breve sulla letteratura come esperienza di vita e dalla traccia sul Mediterraneo, inteso come specchio di civiltà. Per quanto riguarda il tema di carattere storico, infine, i commissari hanno puntato sulla Resistenza, seguita da Malala Yousafzai per il tema di ordine generale.

ANNO	TIPOLOGIA A	TIPOLOGIA B	TIPOLOGIA C	TIPOLOGIA D
2010	Primo Levi	La ricerca della felicità	Le foibe e il confine orientale	La musica nella società contemporanea
2011	Giuseppe Ungaretti	Amore, odio, passione	Il secolo breve	Andy Warhol e il concetto di fama
2012	Eugenio Montale	I giovani e la crisi	Lo sterminio degli ebrei	Le sfide e i sogni delle nuove generazioni
2013	Claudio Magris	Individuo e società di massa	La crescita dei Paesi emergenti	Fritjof Capra, la rete della vita
2014	Quasimodo	Violenza e non-violenza nel '900	Europa 1914-2014: quali differenze?	Renzo Piano: il rammendo delle periferie
2015	Italo Calvino	Il Mediterraneo come specchio di civiltà	La Resistenza	Malala Yousafzai

QUALI SONO LE MATERIE CHE SI SONO ALTERNATE AI LICEI?



ANNO	MATERIA	AUTORE
2010	Greco	Platone
2011	Latino	Seneca
2012	Greco	Aristotele
2013	Latino	Quintiliano
2014	Greco	Luciano
2015	Latino	Tacito

A.I.O.T.
PESCARA
www.aiot.edu

PROFESSIONE OSTEOPATA



sabato 11 giugno
sabato 10 settembre 2016

Cos'è l'Osteopatia

È una medicina manuale classificata tra le medicine non convenzionali. Condivide con la medicina convenzionale gran parte delle conoscenze medicobiologiche, ma valuta e cura il paziente attraverso metodiche peculiari. I suoi principi fondamentali sono:

- intendere il corpo come un'unica entità funzionale, dotato del potere di mantenere e recuperare lo stato di salute;
- non nuocere;
- trattare la persona e non la malattia;
- focalizzare il trattamento sulla causa e non sugli effetti.

OSTEOPATA

Una professione che non conosce disoccupazione.
81% di occupazione tra i nostri studenti a un anno dal diploma.



TOTOMATURITÀ

Una cosa è certa. Il ministero ha già scelto le tracce per quest'anno. Gli ispettori e le commissioni del MIUR, infatti, si riuniscono nei primi mesi dell'anno a Roma per proporre e capire quali saranno gli argomenti da sottoporre agli studenti. Il primo consiglio, quindi, è quello di non prepararsi troppo sui temi legati all'attualità, specie da aprile in poi. I componenti della commissione, inoltre, confermano che la tendenza, per quanto riguarda l'analisi del testo, è scegliere un autore molto conosciuto, ma con un'opera allo stesso tempo poco nota. Altro consiglio importante è quello di tenere sotto controllo tutti gli anniversari e le ricorrenze in ambito scientifico, tecnologico, ma anche storico, politico ed economico. Un esempio? Quest'anno si festeggiano i 70 anni della Repubblica Italiana: quale migliore occasione per proporla nelle tracce della prima prova? Oppure, se si vuol dar spazio all'ambito scientifico, nel 2016 si celebrano i 101 anni dalla pubblicazione della teoria della relatività di Einstein. Ecco, allora, con il beneficio di inventario, tutte le possibili tracce a cui abbiamo pensato. Roba da prendere con le pinze, ovviamente. Occhio, comunque, a non farsi prendere troppo dalla caccia alle tracce. Soprattutto per quanto riguarda la prima prova è bene presentarsi sereni, perché il tempo c'è, e la preparazione pure. A meno che non scegliate l'analisi del testo, infatti, ci sono tutte le condizioni per sviluppare un buon compito, anche se non si è preparati nei minimi dettagli su un argomento.

- **10%** La recente scomparsa di Umberto Eco, linguista, professore e scrittore, potrebbe spingere i commissari del MIUR a una riflessione particolare sul mondo della letteratura italiana e sul suo ruolo nella società moderna.
- **25%** Grande favorito potrebbe essere il 70esimo anniversario dalla nascita della Repubblica Italiana, sancita dal referendum del 2 e 3 giugno 1946. Preparatevi a riflessioni storiche ben dettagliate, collegandole anche all'attualità.
- **20%** Dopo le stragi di Bruxelles l'Isis torna a farsi sentire nel cuore dell'UE. Ma come si vive in Europa ai tempi del terrorismo? Preparatevi, potrebbe essere una riflessione nelle tracce.
- **15%** Pier Paolo Pasolini, autore, scrittore, regista, è sempre stato al centro del dibattito italiano negli ultimi 40 anni. Il MIUR potrebbe coinvolgervi proprio su alcune delle tematiche a lui più care: dalla disintermediazione al concetto di modernità.
- **15%** In ambito scientifico tenete d'occhio la scoperta delle onde gravitazionali che non solo è in odore di Nobel ma potrebbe essere la traccia giusta a giugno. Senza dimenticare la relatività: un anno fa era il centenario ma il ministero non puntò su questa scoperta per la maturità. Ma magari quest'anno...
- **5%** Negli ultimi mesi la ricerca è stata uno dei temi tornati alla ribalta nel dibattito italiano. Sono tantissimi gli italiani che, ogni anno, decidono di fare esperienza all'estero. Ecco, il MIUR potrebbe invogliarvi a fare una riflessione proprio a partire dal fenomeno della "fuga dei cervelli", molto sviluppato proprio a partire dai ricercatori.
- **10%** L'incidente stradale della studentessa Erasmus a Tarragona, in Catalogna, costato la vita anche a 7 ragazze italiane. Partendo da questa recente tragedia, che ha molto colpito l'opinione pubblica italiana, i commissari potrebbero spingervi alla riflessione sul progetto Erasmus, sui valori di Europa, conoscenza e condivisione.

Valori di Europa, condivisione e conoscenza





UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI NAPOLI FEDERICO II

Centro di Ateneo per l'Orientamento, la Formazione e la Teledidattica

About me

Il SOFTel è il Centro di Orientamento, di Formazione, di Tutoraggio e di e-learning dell'Ateneo Federico II di Napoli, impegnato nell'Orientamento degli studenti nelle diverse fasi del loro percorso universitario: In Ingresso, Itinere ed Uscita. Grazie ai rapporti con le scuole superiori, si è creato un solido collegamento tra il mondo universitario e quello scolastico, attivando un'efficace politica di orientamento incentrata sulla diffusione delle informazioni. Uno degli obiettivi del Centro è guidare i giovani a scegliere con serenità e consapevolezza il proprio percorso di studi e a tal scopo il SOFTel ha messo in campo tante iniziative e progetti rivolti proprio agli studenti in ingresso.

Il vero punto di svolta è rappresentato dalle Miniguide, un punto fermo per tutti gli studenti che vengono accompagnati nella scelta del proprio corso universitario, tra tutta l'offerta didattica che mette a disposizione il nostro Ateneo.

Nel corso degli anni è emersa la necessità di riuscire ad offrire un adeguato supporto alla preparazione dei futuri studenti universitari che intendono partecipare ai test d'ingresso dei corsi di studio a numero programmato, pertanto sono stati creati dei corsi brevi finalizzati proprio al raggiungimento di tale obiettivo. Sono sempre più numerosi gli studenti che partecipano ogni anno ai corsi organizzati dal SOFTel, in particolare a quelli per accedere ai dipartimenti di Medicina e Chirurgia, Odontoiatria e Professioni Sanitarie, e ciò aiuta a far sì che i nostri ragazzi affrontino i test con più sicurezza e serenità.

Attraverso l'Orientamento in Uscita, il SOFTel opera come mediatore e promotore dell'incontro tra la domanda ed offerta di lavoro in favore dei laureati e laureandi dell'Università di Napoli Federico II.

L'Ufficio Tirocini post lauream e lo sportello Placement sono le due unità organizzative che favoriscono il contatto tra l'Università ed il mondo del lavoro.

In particolare, l'ufficio tirocini garantisce la correttezza delle pratiche di tirocinio, in osservanza delle normative regionali vigenti. L'ufficio placement, invece, gestisce la banca dati laureati dell'Ateneo, attualmente ospitato su piattaforma web di Almalaurea, il Consorzio Inter universitario, a cui aderiscono 72 Atenei Italiani. Le imprese abilitate a consultare la banca dati dell'Ateneo comprendono primarie aziende di rilevanza nazionale e prestigiose realtà internazionali. L'attività di Placement è inoltre, animata da numerosi Recruiting day, eventi organizzati in collaborazione con le imprese e dall'organizzazione di seminari formativi per rafforzare le soft skill degli studenti ed alla costruzione del CV, in linea con i requisiti richiesti dal mercato del lavoro.

Il SOFTel gestisce un grande progetto: "Emma (European Multiple Mooc Aggregator), fautore di una memorabile innovazione nel mondo della didattica tradizionale, introducendo l'open learning nel nostro Ateneo e fornendo un forte supporto al processo di auto-formazione e rafforzamento delle competenze, necessarie per affrontare il mondo del lavoro.

I nostri contatti

Ufficio Orientamento

081/2469332

orientamento@unina.it

Ufficio Placement

081/2469339

placement@unina.it

Ufficio Tirocini Laureati

081/7683647

tirocini.laureati@unina.it

Ufficio Amministrativo

081/2469325 – 29

softel@unina.it

...seguici anche su



www.orientamento.unina.it

MATURITÀ, PER IL 65% DEGLI STUDENTI È ANCORA UN INCUBO

Secchioni o impreparati non fa differenza. Che lo studio matto e disperatissimo inizi a settembre o a giugno inoltrato, al suono dell'ultima campanella dell'anno scolastico, la prova di maturità crea ancora un certo brivido sulla schiena. A confessarlo è il 65% degli studenti del quinto anno delle diverse scuole italiane che, intervistati dagli esperti della Fondazione Italia Orienta, si sono detti addirittura "terrorizzati" dall'esame di Stato. L'indagine, condotta su un campione di circa 500 maturandi, racconta che a mettere ansia sono l'incertezza di fronte a una prova di "passaggio" e la paura di non riuscire secondo le proprie

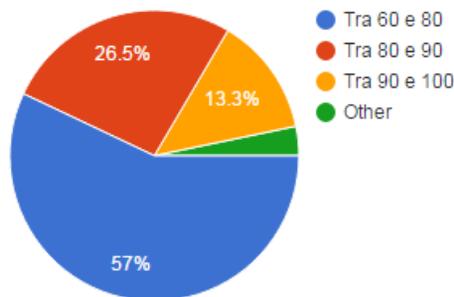
aspettative, senza sottovalutare la componente familiare spesso fonte di eccessive pressioni. Più sereno, invece, il 35% degli studenti che, anche se non si sentono "pronti", dichiarano di vivere con tranquillità l'appuntamento. La prova che preoccupa di più è quella orale, con oltre il 37% dei ragazzi che teme la scena muta di fronte alla commissione d'esame.



Spaventa di meno, invece, la sindrome da "foglio bianco", con circa il 30% in ansia soprattutto per la terza prova (a preoccupare è specialmente l'idea di essere testati su più materie contemporaneamente), seguito da un 20% che continua a pensare alla seconda prova come uno scoglio difficile da superare. Matematica, fisica,

A dirlo sono i dati di un'indagine realizzata dalla Fondazione Italia Orienta su un campione di circa 500 maturandi, che hanno dichiarato di vivere poco serenamente il colloquio orale e la terza prova.

Quale voto pensi di meritare?



MYKEY
STUDIOS
VFX ANIMATION



MYKEY STUDIOS
Corsi certificati di Animazione
Grafica 3D e Visual FX

FA DELLA TUA PASSIONE UNA PROFESSIONE!

Modellazione 3D
Sculpting
Animazione 2D e 3D
VFX (Visual Effects)
Rendering
Character Rigging
Post Produzione
Games Development
Motion Graphics

INIZIO CORSI A/A 2016/2017

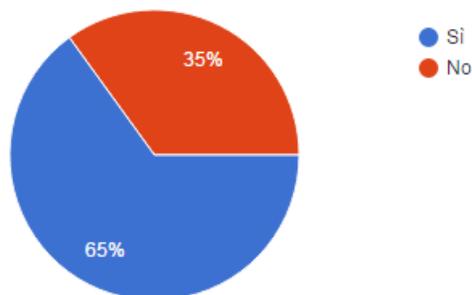
12 SETTEMBRE

latino e greco sono le materie che la rendono particolarmente ostica. La prova preferita rimane la prima, sia per la varietà dei possibili argomenti sia per la convinzione - da sempre diffusa - che "qualcosa si riuscirà a scrivere".

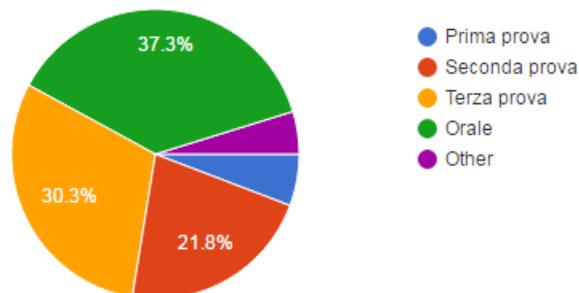
Per scaramanzia o forse per insicurezza gli studenti si mantengono cauti sul possibile voto che pensano di meritare. Solo il 13% è convinto di arrivare al traguardo del 100 o comunque di non scendere al di sotto del 90. Più della metà (57%), crede di stare tra il 60 e l'80, mentre il 20% scommette su una votazione tra l'80 e il 90. In realtà, secondo gli esperti della Fondazione Italia Orienta c'è molta "scaramanzia" da parte degli studenti sull'argomento "voto". "La paura maggiore - spiegano gli autori dell'indagine - è quella di non riuscire a dimostrare la propria preparazione, sia per il cosiddetto 'black-out' di fronte alla commissione sia perché nessuno di loro sottovaluta la componente 'emozione'. Fattori che potrebbero far calare

la loro valutazione, rendendo irraggiungibile il tanto agognato 100". L'ultimo focus del Miur sugli esami di Stato del 2014/2015, tuttavia, dimostra il contrario, cioè che gli studenti italiani sono diventati più bravi all'esame di maturità. Il report, da poco pubblicato dal Ministero dell'Istruzione, mette in luce un incremento in tutte le fasce di voto più alte e una forte diminuzione dei 60 e della fascia 61-70. Friuli-Venezia Giulia e Toscana sono le Regioni con il miglioramento più evidente, specialmente nelle fasce di voto dal 71 al 100 e lode, con un aumento del 3,9% rispetto all'anno scolastico precedente. Il miglioramento del voto finale risulta evidente soprattutto negli istituti professionali, dove i diplomati con votazione minima (60) scendono dal 13,1% all'11,6%. Anche all'interno degli istituti tecnici questa percentuale diminuisce drasticamente ma sono i liceali a conquistarsi la qualifica di "più bravi", con numerose votazioni tra 81 e 90 e tra 91 e 99.

Hai paura dell'esame di maturità?



Qual è la prova che ti spaventa di più?



SHOT ACADEMY

NEL MONDO DEL CINEMA, UNA SCUOLA DI CINEMA.



Un'idea semplice:

formare nel cuore della produzione.

Shot Academy è in grado di offrire ai propri corsisti la possibilità di lavorare con gli stessi mezzi tecnici utilizzati dalle produzioni cinematografiche italiane e internazionali grazie alla partnership con D-Vision Italia, Arri Italia, Movie People, D-Color.

I nostri corsi di ripresa cinematografica:

- CINEMATOGRAPHER - 8 mesi
- CAMERA DEPARTMENT - 4 mesi
- D.I.T. - Digital Imaging Technician - 4 mesi
- SHOOTING - 6 settimane

SHOT ACADEMY: #ILFUTUROINPRATICA

SHOT
ACADEMY

TRAINING ON SET
www.shotacademy.it

FORMAZIONE PROFESSIONALE PER IL CINEMA

Numero Verde
800-973402

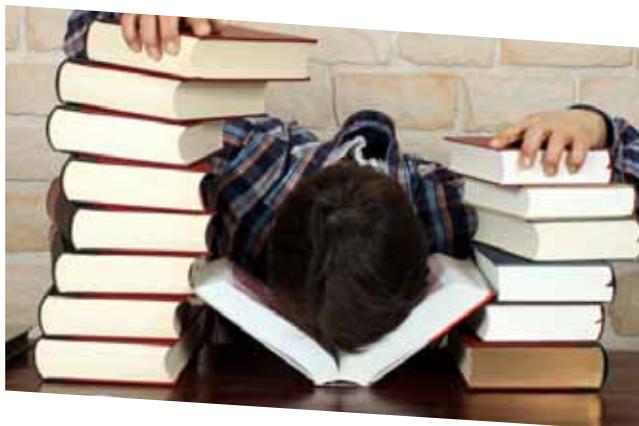
info@shotacademy.it

OPEN DAY

prenota un giorno nei mesi di maggio o giugno

La paura fa 60

6 domande e risposte sull'ansia da esame



1 • È normale sentirsi impauriti alla vigilia dell'Esame di maturità?

Una certa quota di paura, nel periodo delle prove d'esame, è del tutto normale e ne va addirittura apprezzata l'utilità. Possiamo parlare di "risposta allo stress": l'agente stressante è rappresentato appunto dall'esame e l'organismo si attiva per rispondere efficacemente a quello stress. Tutte le attivazioni fisiologiche che servono a tale risposta (come il cuore che batte più velocemente o la sudorazione), sono avvertite con un'esperienza psicologica che chiamiamo tensione o paura e sono fondamentali, perché senza non saremmo più in grado di confrontarci con l'ambiente. Dunque la paura d'esame, in un certo senso, è una nostra alleata.



2 • Eppure, la sensazione per alcuni è che la paura renda molto più difficile, se non addirittura impossibile, sostenere la prova.

Questo accade quando la risposta di cui parlavamo supera una certa soglia, oltre la quale la paura diventa ansia paralizzante. Due psicologi americani, Yerkes e Dodson, già nel 1908 descrissero questo fenomeno, dicendo che il livello ottimale di prestazione si ottiene per livelli medi di attivazione psicofisiologica. Ma a un certo punto, all'aumento ulteriore dell'attivazione si associa una caduta della prestazione, soprattutto nello svolgimento di compiti complessi. In altri termini, uno studente un po' teso trae dalla sua tensione benzina per il rendimento all'esame. Se la tensione è troppa, però, il rendimento scade notevolmente.



3 • Quali sono i sintomi e i segni che avvisano di una salita dell'ansia oltre il "livello di guardia".

Come per tutte le nostre emozioni, ci rendiamo conto che la paura è esagerata quando diventa "esclusiva": riusciamo a provare solo quella e, soprattutto, a pensare solo a quella. Se un ragazzo conduce una vita regolare prima dell'esame e se ne preoccupa perché lo ritiene un momento importante della sua vita, sta dando all'esame la giusta dimensione. Uno studente che invece non esca più, non parli di altro e magari non riesca a mangiare né dormire, perché su quell'evento produce continuamente pensieri negativi, ha evidentemente oltrepassato la corretta soglia di attivazione.

Sei pronto a creare il tuo futuro con le tue mani?

Sapevi che nel team di molti club sportivi ci sono anche osteopati? Sono sempre di più, infatti, le persone che si rivolgono a questa figura professionale, una delle più richieste nel campo della salute: dai privati alle cliniche, dalle palestre ai centri benessere.

Ma che cosa è realmente l'Osteopatia? È prima di tutto un sistema di cura che si rivolge a tutti – adulti, neonati, sportivi, donne in gravidanza, giovani e anziani – allo scopo di ripristinare e mantenere lo stato di salute, utilizzando unicamente tecniche manuali. L'osteopata non considera solo il sintomo ma, analizzandone le cause, "ascolta" le richieste del corpo e si prende cura della persona, rispettandola nella sua totalità e tenendo conto di vari fattori, tra cui quelli emotivi e nutrizionali.

Nonostante la grande richiesta, a oggi in Italia ci sono solo 6mila osteopati, che si stanno ritagliando un ruolo importante nella gestione dei diversi disturbi del corpo, senza prescrivere farmaci o eseguire atti medici. Per questo oggi

un diplomato in Osteopatia trova subito lavoro e diventa un libero professionista autonomo e padrone del proprio tempo. I suoi unici "strumenti" sono le sue conoscenze, il suo cervello e le sue mani! Ma non sempre è chiaro come intraprendere questa carriera. Si parte da una formazione post-diploma di cinque anni, attraverso la quale si apprendono le conoscenze scientifiche e le competenze pratiche.

Il corso integrato è sia teorico che pratico, incluso il tirocinio che si effettua dal primo anno. Al termine degli studi è previsto un esame finale per conseguire il Diploma in Osteopatia. Importante però prima di iniziare è scegliere bene la scuola che fa per te. Nonostante, infatti, l'Osteopatia sia insegnata in tutto il mondo, diventa fondamentale scegliere un percorso di qualità, che garantisca una formazione seria e al passo con i tempi. Il Centro Studi di Osteopatia Tradizionale, scuola di eccellenza con esperienza ventennale e iscritta al Registro degli Osteopati d'Italia, è ad esempio uno dei centri che segue gli standard internazionali e propone una formazione completa per conseguire il titolo di D.O. Un punto di partenza per iniziare un percorso professionale oggi riconosciuto e molto apprezzato da tutti coloro che credono nella stretta correlazione tra corpo, mente e spirito.



NELLE TUE MANI UN LAVORO SICURO



- senza test di ingresso
- lezioni teoriche e pratiche
- docenti nazionali e internazionali
- certezza dello sbocco professionale
- tutor dedicati

SCUOLA DI OSTEOPATIA



WWW.CSOT.IT



4 • E dunque, come si fa a evitare che tutto questo accada?

Se è chiaro quanto detto sulla paura "amica", il primo consiglio è quello di non provare a combatterla. Bisogna abbandonare la fantasia, irrealistica, di andare all'esame senza avvertire un minimo di disagio. Non è una giornata qualsiasi, per cui lo studente (ma, potremmo dire, chiunque si trovi ad affrontare una prova impegnativa) deve arrendersi all'idea di dover sopportare un po' di crampi allo stomaco e quell'emozione di paura. Solo in questo modo eviterà di aumentare paradossalmente ancora di più quella sensazione.

5 • Qualche metodo per arrivare al giorno dell'esame più sicuri di sé?

Ne potremmo citare tre fondamentali: **(1)** ovviamente, studiare con metodo, organizzazione e disciplina. Il che può sembrare un suggerimento inutile o addirittura irrispettoso nella sua banalità. Eppure gli studenti tendono a dimenticare che non c'è ansia che tenga quando si è perfettamente padroni del proprio sapere. Chiunque, per quanto impanicato, sarebbe capace di ricordare il proprio nome e cognome o l'indirizzo di casa. L'ansia, insomma, va a rendere inutilizzabile la preparazione solo se quella già prima era frangosa e poco consolidata; **(2)** imparare, nella fase di preparazione all'esame, ad usare bene il tempo a propria disposizione. Molto spesso il panico durante la prova nasce dalla sensazione di non riuscire a terminare quanto ci si è prefissati, in un circolo vizioso in cui la fretta determina confusione (nella propria testa e sul foglio), e questa a sua volta un ulteriore aumento del panico. Dunque, imparare a fare un "planning" iniziale di ciò che si scriverà nelle ore successive è fondamentale, perché consente di avere subito la consapevolezza di potere adeguatamente svolgere la prova e, andando avanti, di mantenere sotto controllo in ogni istante l'andamento del lavoro; **(3)** parlare dei propri timori con gli altri. Tutte le emozioni negative tendono ad assumere un peso specifico eccessivo quando le teniamo "comprese" dentro di noi, legate a filo doppio a una serie di rimuginazioni su ciò che le determina. Raccontando ai genitori, agli amici, ai compagni di classe i propri timori più grandi, il ragazzo scoprirà di non essere il solo a sentirsi in questo modo e si sentirà del tutto normale. Non solo, quei timori, parlandone, saranno rivalutati (persino scherzandoci su) e da "fantasmi" potranno essere ridimensionati a problemi comuni e risolvibili.

6 • Ci sono altre strategie da usare al momento della prova per sentirsi meno impauriti?

Come detto, l'obiettivo è non spingere l'attivazione neurovegetativa "sopra soglia". Quindi un buon metodo, quando si dovesse avvertire la sensazione di stare perdendo il controllo, è fermarsi per qualche secondo, respirare con lentezza e profondamente, concentrandosi sul flusso dell'aria che sta entrando e uscendo dai polmoni, possibilmente a occhi chiusi.

SCHOOL

CORSO SUPERIORE
PROFESSIONALE
DI FOTOGRAFIA



PRATICA SUI SET FOTOGRAFICI E SHOOTING PROFESSIONALI
PROGETTI CREATIVI E MOSTRE
DURATA BIENNALE - INIZIO OTTOBRE 2016

INFORMAZIONI, COLLOQUI E OPEN DAY:
INFO@IIFMILANO.COM - 02 58105598

ISTITUTO ITALIANO DI FOTOGRAFIA

VIA E. CAVIGLIA 3 - 20139 MILANO

WWW.ISTITUTOITALIANODIFOTOGRAFIA.IT

Ancora non hai deciso cosa fare dopo la Maturità?

Migliaia di ragazzi e ragazze ogni anno si ritrovano di fronte alla faticosa domanda: e adesso?

L'esame di Maturità, per quanto rappresenti un ostacolo, al confronto della decisione su cosa fare del proprio futuro può sembrare poco più che una banalità.

Andare all'Università e studiare per molti altri anni per diventare medico o avvocato? Iscriverti ad Economia e Commercio come la maggior parte degli indecisi? Scegliere una facoltà "facile" come Scienze della Comunicazione per arrivare all'ambita Laurea e sperare di trovare un lavoro?

Molti, saturi di libri e vogliosi di entrare subito nel mondo degli adulti, al pari dei primi hanno più domande che risposte su cosa fare nella loro vita professionale.

Come si fa a trovare un lavoro in breve tempo che sia ben retribuito, gratificante e (magari) anche divertente?

Se è vero che migliaia di aziende di ogni tipo sono state pesantemente colpite dalla crisi ed è diventato difficilissimo trovare lavoro - a maggior ragione trovare uno dignitoso per un giovane diplomato o laureato - , è altrettanto vero che alcuni settori hanno beneficiato della situazione e viaggiano a gonfie vele, crescendo di anno in anno.

Tra questi il settore dell'**hospitality** e del servizio beverage ha visto solo nell'ultimo anno l'apertura di oltre 40.000 nuovi punti tra bar e locali in tutta Italia. L'immediata conseguenza di questa crescita sono state decine di migliaia di assunzioni di professionisti di vario genere tra barman, baristi e bar manager.

Un barman certificato, anche alle prime armi, può guadagnare più di **1800€** (mance escluse) in Italia e molto di più all'estero; ha la possibilità di crescere professionalmente fino a diventare bar manager e aprire un proprio locale; può fare il suo lavoro in tutto il mondo, conoscere tantissime persone e, dettaglio da non sottovalutare, viene pagato per divertirsi con la gente.



CORSO BARMAN GRATIS

Invia il tuo nome e la tua email tramite Whatsapp  al 3478834161 e verrai ricontattato nel mese di Settembre per prenotare un Corso Barman GRATIS per te anziché al prezzo di listino di 200€!

Come mantenersi durante gli studi universitari

Se hai deciso di proseguire la carriera accademica e di seguire uno dei tanti corsi di laurea messi a disposizione dalle università italiane, potresti avere il problema di non sapere come pagare le salatissime tasse di iscrizione, i libri e, in generale, la "sopravvivenza" senza l'aiuto dei tuoi genitori.

Moltissimi studenti universitari ogni anno scelgono come lavoro **part time** quello del barman perché:

- 1) puoi scegliere di lavorare solo nei weekend, lasciando il resto della settimana allo studio e alle lezioni;
- 2) ti permette di guadagnare discretamente in poco tempo;
- 3) è divertente e ti permette di conoscere molte persone;
- 4) è una professione che potrai sfruttare per tutta la vita.

MIXOLOGY®
ACADEMY

La 1ª Accademia di Formazione Professionale per Barman in Europa

Invia SUBITO il messaggio su Whatsapp  per garantirti un posto al corso barman gratuito di Settembre e guadagnare immediatamente 200€!

Conto alla rovescia

Intervista ad **Antonio Acerra**

psichiatra e direttore del Dipartimento di Salute Mentale dell'ASL di Avellino



“NON È UN ESAME MEDICO, È UN CONFRONTO!”

Quanto importante percepire i segnali che ci invia il nostro corpo?

I segnali hanno un valore di attenzione. Un segnale ti dice che sta succedendo qualcosa; in questo senso va accolto e non eliminato. Ci segnalano uno stato d'animo e ci mettono in una condizione di allarme. Ora, geneticamente, la condizione di allarme serve a prepararti a un pericolo. L'ansia è un segnale che ti dice: "Sta succedendo qualcosa d'importante, quindi preparati". Mi rendo conto che questo "allarmarsi" può mettere in una condizione di agitazione che può portare ad avere un fastidio. Il punto è che l'esame non è un pericolo.

Non sarà un pericolo, ma per gli studenti e'

sicuramente un momento di grande "ansia"

Si parla di ansia da prestazione, ma, in realtà, qualsiasi prestazione rende di più se ti prepari. Lo studente non vive l'esame come un confronto, qualcosa da cui trarre un buon risultato, ma solo come un esame, quasi come quello clinico, una sorta di valutazione in cui non può fare nulla e su cui riversare ansie e problemi personali (come le incertezze sul futuro o la propria situazione familiare, ecc.). L'ansia non va eliminata, ma accettata. È il motore che muove gran parte delle nostre azioni. Senza l'ansia la nostra vita sarebbe molto piatta.

Quando ricorrere a farmaci o altri rimedi per cambiare la situazione?

Aggiungere qualcosa per migliorare la prestazione significa compiere un atto di sfiducia verso se stessi. Bisogna sapersi convincere che "non devo avere qualcosa di più; devo essere qualcosa di più". Il cambiamento, semmai, può venire proprio con l'esame: è la prova che mi può dare qualcosa in più, che mi può cambiare.

Un consiglio ai maturandi.

Il consiglio non serve: l'ansia c'è e bisogna tenercela stretta. Come ho detto non va combattuta, ma accettata come una delle esperienze della vita. Credo che anche il consiglio, a volte, venga richiesto dai ragazzi come una risposta ad un "Io non so". E in questo senso, il consiglio non è preparativo. Sto facendo una lotta o mi sto preparando a una prova? Questo si dovrebbero chiedere. Serve un cambio di prospettiva.

ScuolaZOO
VIAGGI EVENTO

50€
DI SCONTO
COD. MATURA2016

VIAGGIO DI MATURITA' 2016

1% RELAX 99% DIVERTIMENTO
100% SCUOLAZOO
10 GIORNI E 10.000 MATURANDI PER DIMENTICARE L'ESAME!

PARTY CON NOI

www.scuolazooviaggi.com

Stefania: 02 89950343

domade@scuolazooviaggi.it

Prenota il tuo viaggio di maturità con ScuolaZoo con il codice MATURA2016 fino al 10/06/2016, per te 50€ di sconto validi fino ad esaurimento posti.



**Scuola
Internazionale
di Comics**

Accademia delle Arti
Figurative e Digitali

FUMETTO
ILLUSTRAZIONE
GRAFICA ANIMAZIONE
3D-MAYA VIDEOGAME
WEB DESIGN
SCENEGGIATURA
SCRITTURA
COLORAZIONE DIGITALE
SOUND DESIGN
MUSIC COMPOSITION



**INDOSSA IL TUO
TALENTO**
WWW.SCUOLACOMICS.COM

Conto alla rovescia

Intervista a **Nunzia Marciano**

dirigente scolastico IC – via Trionfale e IC Stefanelli - Roma



“ANCHE I SOCIAL POSSONO AIUTARE A SENTIRSI MENO SOLI”

Preside, quanto un buon programma di studio può ridurre l'ansia?

Nella scuola i giovani si trovano esposti a differenti sollecitazioni, in parte relative alle prestazioni che gli vengono richieste sul piano dell'apprendimento e in parte relative al mondo di relazioni che si sviluppano nel contesto scolastico.

Queste sollecitazioni, soprattutto in concomitanza di eventi stressanti quale può essere l'esame di Stato, possono produrre stati di disagio emotivo che possono sfociare in una sorta di ansia da prestazione. Un buon programma di studio può aiutare a ridurre l'ansia ed è senz'altro lo strumento adeguato al suo contenimento, sempre se le difficoltà sperimentate dallo studente sono inerenti al percorso di apprendimento.

Quanto è controproducente chiedersi se si stia, o meno, facendo una buona impressio-

ne durante il colloquio con la commissione?

In alcuni casi, lo stress può diventare addirittura un attivatore di risorse, ma in ogni caso, al di là di quanto possa essere controproducente, la preoccupazione della prestazione è involontaria e lo studente non può disfarsene semplicemente imponendosi di non preoccuparsi.

Per questo c'è bisogno di una guida adulta che lo sostenga nel percorso di acquisizione di sicurezza in se stesso, di autostima, di competenza nell'orientarsi fuori e dentro di sé.

Molti studenti per diminuire l'ansia utilizzano quasi compulsivamente i social network e internet. Secondo lei perché?

Gli adolescenti attuali, nativi digitali, sono multitasking, per cui la modalità diffusa nella cultura giovanile di essere perennemente connessi può apparire agli adulti una forma compulsiva. In-

vece è necessario distinguere forme di dipendenza da modalità più evolutive. Confrontarsi in rete può aiutare i giovani a ridurre l'ansia perché consente di condividere emozioni, di sentirsi meno soli, di trovare sostegno da tale condivisione.

Un consiglio agli studenti.

Il consiglio agli studenti è difficile a darsi sia per l'età adolescenziale, caratterizzata dal fisiologico conflitto generazionale, sia perché i consigli non servono mai; maggiore efficacia hanno invece i comportamenti degli adulti, docenti e genitori, che sono chiamati a rappresentare un modello con cui i giovani possano confrontarsi direttamente dall'esperienza.

Importante è dunque che i giovani studenti possano imparare a distinguere le loro personali preoccupazioni da quelle degli adulti, riconoscendo e seguendo, senza compiacenza, i modelli di coloro che possono indicare loro il modo in cui affrontare l'esame come una delle prove della vita.



AIV

ACCADEMIA
ITALIANA
VIDEOGIOCHI



**IDEA
ACADEMY**

INTERNATIONAL
DESIGN & ENTERTAINMENT ARTS
ACADEMY



**CREATE
YOUR WORLD!**



GRAFICA e PROGRAMMAZIONE
per videogiochi



ART DIRECTION e concept art

DIVENTA GAME DEVELOPER

 www.aiv01.it • www.idea-academy.it

 Via Alessandria, 112 • 00198 Roma

 06 4402515 - 06 44232047 •  info@aiv01.it - info@idea-academy.it



**LODOVICA COMELLO:
"IMMAGINATE I PROF IN MUTANDE:
FUNZIONA SEMPRE!"**

Sul palco di Italia's Got Talent sembra non avere paura di nulla, eppure persino Lodovica Comello, cantante, doppiatrice, attrice e adesso conduttrice del talent show più amato dagli italiani, ha dovuto affrontare un momento di difficoltà prima del suo esame di maturità. Come si supera il panico pre-esame? Facile: "Basta auto caricarsi: non 'Oddio che paura!', ma 'Dai che spacco tutto!'".

Che tipo di studentessa eri ai tempi della scuola?

Ero una studentessa precisina, stavo attenta in classe, prendevo appunti e facevo sempre tutti i compiti. Ma non sono mai stata la classica secchiona antipatica che non passava gli appunti o non lasciava copiare. Mi divertivo in classe, e soprattutto non avevo altra scelta: o andavo bene a scuola o a casa non potevo mettere piede. Andavo piuttosto bene in tutte le materie, ma la matematica e la fisica sono state il mio grande scoglio. Ogni tanto faccio ancora gli incubi col professore!

Com'è stata la tua Notte prima degli esami?

Ricordo la terribile e classica sensazione del: "Oddio, non so niente...". Tabula rasa, vuoto totale. Ero a letto sotto le coperte e mi rendevo conto di avere una gran confusione in testa e la certezza che il giorno dopo sarebbe stato un vero disastro. Poi mi sono svegliata e magicamente la testa si era messa in ordine da sola.

Cosa fai per gestire l'ansia prima di un concerto o di una serata?

Cerco sempre di trasformare l'ansia in adrenalina, e di "auto-caricarmi". Non "Che paura!" ma... "Dai che spacco tutto!". Se uno si sente preparato e ha studiato non ha motivo di temere nulla, per forza andrà alla grande. E poi vabbè c'è il classico trucco di immaginare i professori in mutande...

Cosa porti ancora con te degli anni della scuola?

Degli anni delle superiori ho un ricordo fantastico. Non avrei mai pensato di dirlo ma un saltino indietro lo farei volentieri. I miei compagni di classe, lo spirito di gruppo che ci legava, il percorso fatto assieme e vedere come siamo cresciuti tutti, ognuno a suo modo. Le risate collettive in classe, i ritardi, le gite, i bigliettini, le feste studentesche, l'adorazione per i professori "cool" e il terrore verso quelli cattivi, che ci facevano una paura... Sono momenti che sembrano eterni quando uno ci è dentro, ma quando entrano a far parte del "passato" ti rendi conto di come siano volati via in un soffio e di come sia impossibile tornare indietro. Uno dovrebbe cercare di affron-

tarli sempre con il sorriso, nonostante lo stress, la stanchezza, le interrogazioni a sorpresa o i brutti voti!

Che consiglio daresti agli studenti incerti sui prossimi passi da fare, una volta ottenuto il diploma?

Qualcuno ha la fortuna di avere le idee chiarissime sul suo futuro. E appena finisce le superiori non ha dubbi sulla sua "vocazione". Io non ho fatto l'università e a essere sincera non ho fatto nemmeno finta di volerla fare: il mio è stato sin da subito un cammino un po' particolare, orientato verso l'arte. Ma prendendo, ad esempio, la storia di diverse persone che conosco, penso sia importante sapere che in moltissimi hanno bisogno di sperimentare, provare, buttarsi e mettersi in gioco un po' di volte prima di capire quale sia la loro vera strada. C'è un posto per tutti. Ho amici che hanno intrapreso carriere universitarie con entusiasmo, ma che si sono accorti dopo qualche tempo di aver imboccato la strada sbagliata. Poco male! Oggi sono realizzati, magari si dedicano a tutt'altro e sono sereni. Tutto è utile, tutto fa brodo, soprattutto se ti aiuta a capire qual è veramente la tua passione e a scartare ciò che proprio non ti potrebbe più interessare. In bocca al lupo ragazzi!





ROCCO HUNT:

“NON ABBIATE PAURA
DI CAMBIARE CITTÀ”

La carica di Rocco Hunt per dare la sveglia – “Wake Up” – a tutti i ragazzi e le ragazze che stanno per affrontare la maturità 2016. Dai banchi di scuola al successo, nel 2014, di Sanremo Giovani.

Che tipo di studente eri?

Sicuramente non uno studente modello, anzi, onestamente non amavo studiare. Il classico “ragazzo bravo ma che non si applica”. Forse perché già inseguivo il sogno della musica...

Come hai passato la tua Notte prima degli esami?

Pensando sia agli esami che al mio primo album fresco di uscita, perché il giorno dopo gli Esami di Stato è stato pubblicato “Poeta Urbano” il mio primo album con Sony Music. Avevo già la testa altrove insomma...

Come gestisci l'ansia da prestazione prima di un concerto?

Purtroppo o per fortuna l'ansia è sempre presente, e al posto di scemare cresce sempre di più nel corso degli anni. Difficile gestirla, ma credo che serva per farti fare

una prestazione impeccabile. Senza ansia nella vita non ci sarebbe sfizio!

Cosa porti ancora con te degli anni della scuola?

La spensieratezza. Pagherei per tornare a quando l'unico mio pensiero era la scuola. Ricordo i consigli dei prof, alcuni addirittura sono stati fondamentali per il mio percorso... Ricordo gli amici, spero che anche loro riescano a realizzare i propri sogni!

Che consiglio vorresti dare ai ragazzi e alle ragazze che tra poco, ottenuto il diploma, usciranno dalle scuole superiori?

Il mio consiglio è quello di continuare gli studi, magari in un'università diversa da quella della propria città, così oltre che con lo studio una persona può anche crescere umanamente in una città diversa da quella dove ha vissuto. Ho tanti amici del Sud che studiano fuori, a volte lasciare la propria terra è doloroso, ma è anche una possibilità di crescita incredibile! In bocca al lupo Guagliù!

scuola mohole

digital art
and
communication

cinema

Ci

filmmaking
3D animation
acting

video

Av

fotografia
comics
& games

comunicazione

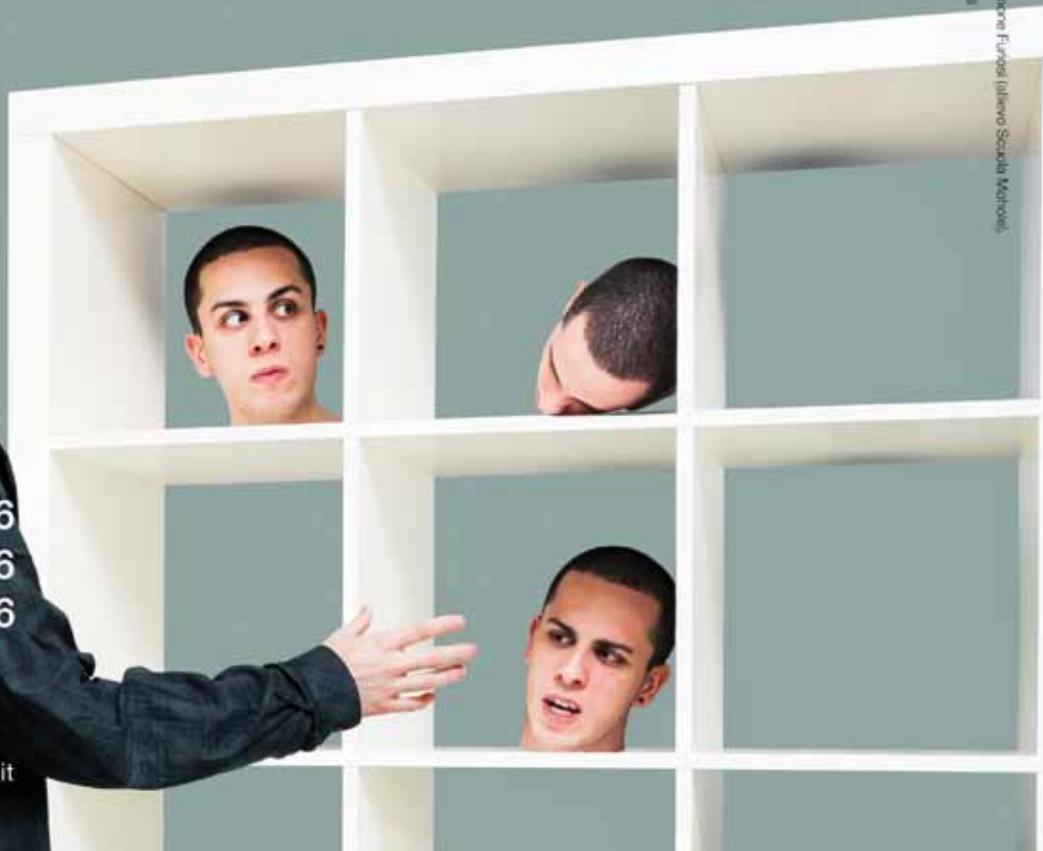
Co

graphic design
web & apps
scrittura e storytelling

open days 13.07.2016
15.09.2016
21.10.2016

mohole
via Ventura, 5
20134 Milano

www.mohole.it
scuola@mohole.it
t. 02.36513670



L'atleta

TANIA CAGNOTTO:

**"ERO PIÙ AGITATA
CHE ALLE OLIMPIADI"**



Un oro ai Mondiali, diciassette medaglie in carriera agli Europei, un quarto posto alle Olimpiadi di Londra che brucia ancora. Tania Cagnotto è considerata la più grande tuffatrice italiana di tutti i tempi. Tra un allenamento e l'altro, in vista dei prossimi Giochi Olimpici di Rio, risponde alle domande sulla maturità. **"Un consiglio? Non imparare a memoria, non serve a niente" dice agli studenti. Dopo l'orale, però, "un periodo di riposo fa bene". Ma anche un'esperienza all'estero, per imparare a cavarsela da soli. Ricordi della Notte prima degli esami? Tania sorride: "Ero più agitata delle Olimpiadi".**

La Maturità' si avvicina: un consiglio da dare ai tanti ragazzi che stanno per affrontarla?

Si pensa sempre che sia peggio di quel che in realtà è. E poi, nella vita, non ti chiede più nessuno il voto della maturità. Quindi dico agli studenti di concentrarsi soprattutto per trasmettere con passione quanto hanno appreso, senza troppo imparare a memoria, che non serve a nulla! Il Diploma è importante, ed è giusto dare il meglio di sé, come tutte le cose che si fanno. Ma ancora più importante è ciò che gli studenti faranno dopo...

Ricordi ancora la tua notte prima degli esami?

Forse ero quasi più agitata quella notte che la notte prima delle Olimpiadi! Ecco come l'ho vissuta.

Che tipo di studente eri?

Il fatto di aver avuto poco tempo per studiare e frequentare mi obbligava a stare concentrata quelle ore che avevo a disposizione per gli studi. Ricordo che, invece, quando non avevo allenamento (e quindi tutto il pomeriggio libero per studiare) riuscivo a combinare meno rispetto a quanto avevo le ore contate!

Cosa ti rimane degli anni passati tra i banchi di scuola?

Ho coltivato delle amicizie bellissime, che porto avanti ancora adesso. Credo di essere stata molto fortunata, poi, ad incontrare gli insegnanti, e tutto quello che mi hanno trasmesso, al di là delle materie scolastiche.

In ultimo, un consiglio da dare ai giovani: come affrontare il periodo dopo la Maturità'?

Penso che una bella pausa faccia bene a tutti. Per schiarirsi le idee e per capire cosa vogliamo davvero dal futuro. Poi consiglio una bella esperienza all'estero, per imparare una lingua e per imparare a cavarsela da soli. Conoscere nuove culture è molto importante per acquisire nuove esperienze ed avere un bagaglio personale più ampio.

STUDIA E LAVORA IN AUSTRALIA

COSTRUISCI IL TUO FUTURO CON GO STUDY!

Go Study Australia è un'organizzazione che ti assiste gratuitamente in qualsiasi esperienza di **studio** e/o **lavoro** in Australia. I nostri uffici in **Italia** e in **Australia** sono sempre al tuo fianco: dalla preparazione al viaggio al supporto in Australia, anche nella ricerca del lavoro.



"YOUR DREAM... OUR PASSION!"

- ✓ Specialisti in Australia
- ✓ Assistenza gratuita
- ✓ Supporto in Italia e in Australia
- ✓ Esperienza e qualità
- ✓ Soddisfazione dei nostri clienti
- ✓ Miglior prezzo garantito

SCEGLI IL CORSO PIU' ADATTO

- Corsi di lingua inglese
- Corsi professionali
- Università e master
- Stage
- Au pair

CONTATTACI SUBITO

Per una consulenza gratuita!



www.gostudy.it



Italy@gostudy.com.au

MILANO · Via Conservatorio 30 · Tel. 02 76390655

ROMA · Via F. Crispi 36, piano 3°, int.3 · Tel. 06 83962349



MTS è la prima ed unica scuola italiana per tecnici delle competizioni che si propone come centro di eccellenza formativa per i giovani che sognano di lavorare nel mondo delle corse automobilistiche e motociclistiche, coniugando teoria e pratica.

FORMAZIONE DA CAMPIONI

FAI DELLA TUA **PASSIONE** IL TUO **FUTURO**



CORSO MECCANICI AUTO

ORE
176

Il corso si pone come obiettivo la formazione e specializzazione dei meccanici da competizione con lezioni teoriche e attività pratica su auto da corsa, sia a ruote scoperte, sia a ruote coperte.

CORSO MECCANICI MOTO

ORE
160

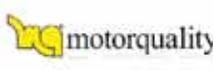
Il corso copre sia gli aspetti tecnici e le caratteristiche metodologiche e pratiche del lavoro di un meccanico da competizione. Le discipline riguardano i vari organi meccanici delle moto da corsa.



CORSO INGEGNERI DI PISTA

ORE
240

Il corso di ingegneri di pista è stato sviluppato dalla MTS e un gruppo di professionisti altamente specializzato, per formare gli studenti ad una carriera nell'industria del Motorsport, soprattutto come ingegneri di pista. Le lezioni sono principalmente in inglese.



Tel: +39 035 2819261 / info@mtschool.it / www.mtschool.it



“UNA COMPAGNA DI VIAGGIO IN TUTTE LE PROVE DELLA VITA”

Una certa dose d'ansia e' sempre negativa prima di un esame?

Assolutamente no! L'abuso del termine ansia, nel linguaggio comune ma soprattutto in quello medico/clinico, ha fatto sì che questo stato psichico di preoccupazione o paura rispetto a una prestazione (tale è l'ansia da prestazione) diventasse automaticamente sinonimo di disturbo, patologia, sofferenza estrema, in breve, qualcosa da evitare/combattere/eliminare. In realtà, l'ansia diventa clinicamente significativa solo quando supera un certo livello di intensità o quando si prolunga nel tempo, anche indipendentemente dallo stimolo specifico che l'ha generata (esame, prestazione, ecc.).

Quanto lo stato d'ansia puo' influenzare la prestazione?

Fino a un certo livello, variabile da individuo a individuo, uno stato di ansia può migliorare la prestazione perché

aumenta il livello di attenzione e la reattività agli stimoli. Un eccessivo livello di ansia può, invece, peggiorare la qualità della prestazione e, più in generale, inficiare il funzionamento delle diverse aree di vita della persona (lavorativa, sociale, affettiva), arrivando a generare anche disturbi somatici (sudorazione, tremore, accelerazione del battito cardiaco, nausea ecc.) fino a un vero e proprio terrore, come nel disturbo da attacchi di panico.

Su quali pensieri dovrebbe concentrarsi un ragazzo per diminuire la propria apprensione?

Innanzitutto non dovrebbe impiegare energie a contrastare l'ansia ma accettare che essa sia un'inevitabile "compagna" di quel momento, proprio per l'importanza che esso riveste: un passaggio tra due fasi della vita, adolescenza ed età adulta.

Esistono delle tecniche di ri-

lassamento muscolare da poter fare prima delle prove?

Una delle tecniche più diffuse per alleviare l'ansia e ridurne l'impatto negativo è l'ormai conosciuto "training autogeno", la cui reale efficacia è però strettamente correlata a un apprendimento specifico e a una pratica costante. Non funziona, in breve, come una "pillola da prendere al bisogno" e ciò vale, in linea di massima, per tutte le tecniche o pratiche che lavorano sul corpo.

Un consiglio ai ragazzi

Avere la pretesa di eliminare l'ansia e pensare di poter andare tranquilli e rilassati a una prova, che sia l'esame di maturità o una delle tante altre prove che vi attendono, è irrealistico se non controproducente. Affrontare le prove, seppur con l'ansia e poter dire ce l'ho fatta, è un utilissimo allenamento per questa faticosa ma avvincente avventura che è la nostra esistenza. Per cui coraggio e...in bocca al lupo!

Gli esami non finiscono mai...

Aforismi,
citazioni,
frasi celebri:
la prova
di maturità
diventa
letteratura

GLI ESAMI NON FINISCONO MAI è il titolo di una celebre commedia di Eduardo De Filippo, nella quale il protagonista – Guglielmo Speranza – racconta la sua vita costellata di prove da superare: prima gli studi, poi l'approvazione dei suoceri per sposare la fidanzata Gigliola, infine l'affermazione nel mondo del lavoro. È tanto sincera ed emblematica la storia di Guglielmo che l'espressione *gli esami non finiscono mai* è diventata proverbiale. Ma quando comincia questa serie interminabile di esami se non con quello di maturità? Un momento che segna la vita di ciascuno e che nessuno potrà mai

scordare. A distanza di anni le apprensioni e le incertezze della vigilia della maturità, di solito, vengono ricordate con un sorriso, tuttavia c'è chi, in età adulta, confessa di avere tra i peggiori incubi proprio quello di ripetere l'esame... Insomma una prova, quella della maturità, che – proprio perché indimenticabile – ha solleticato la fantasia di scrittori, poeti, artisti ma anche gente comune. Ecco una carrellata di frasi, più o meno celebri, dedicate al momento dell'esame e tutte in grado di coglierne, a modo loro, il senso, la magia o il mistero. E, chissà, stemperare la tensione di chi tra poco lo dovrà sostenere...

Gli esami finali sono eventi simili alla morte: sgradevoli e inevitabili.
(Richard Gordon)

Agli esami gli sciocchi fanno spesso domande a cui i saggi non sanno rispondere.

(Oscar Wilde)

Sono stato espulso da un liceo per aver copiato durante un esame di metafisica: leggevo nei pensieri del mio compagno vicino.

(Woody Allen)

Cosa mi chiedono i professori agli esami: 50% cose che non so, 30% cose che non ricordo, 15% cose mai sentite, 5% arrivederci.

(Anonimo)

La vita è un'attesa tra un esame e l'altro.

(Sergio Leone)

Vorrei riuscire a preparare 3 esami con la stessa facilità con cui gestisco 3 social network.

(anonimo)

Una vita senza esami non vale la pena di essere vissuta.

(Socrate)

Gli esami
- dice Eduardo
De Filippo -
non finiscono mai.
Ma non finiscono
mai nemmeno le
raccomandazioni.

(Roberto Gervaso)

Degli esami
di maturita'
mi mancherà
sempre quel
senso di libertà
appena terminati.
La credenza di
aver finito
quando in realtà
era l'inizio.

(Anonimo)

Gli esami sono vicini
e tu sei troppo lontana
dalla mia stanza.
tuo padre sembra
Dante e tuo fratello
Ariosto, stasera al
solito posto, la
luna sembra strana
sarà che non ti vedo
da una settimana.

(Notte prima degli esami,
Antonelli Venditti)

Alle studentesse
fa bene fare
l'amore la sera
prima dell'esame,
in particolare
se lo fanno con
il professore
con cui devono
sostenere l'esame.

(Luciano De Crescenzo)

LA SCUOLA DI CUCINA DAL 1989 A ROMA

CORSI PROFESSIONALI DI

CUCINA PASTICCERIA

PIZZERIA PANIFICAZIONE

A
TAVOLA
CON LO CHEF

LA SCUOLA DI CUCINA



REGIONE
LAZIO



www.atavolaconlochef.it
info@atavolaconlochef.it

Segreteria 06.35.50.89.33
lun-ven 9:00-19:00

PENSA AL TUO FUTURO!

COSTRUISCI LA TUA PROFESSIONE CON NOI!



CIAK SI GIRA! IL CINEMA VA A SCUOLA



“Quando l’ultimo giorno di scuola, dell’ultimo anno di liceo suona la campanella dell’ultima ora, tu sei convinto che quello sia l’ultimo secondo della tua adolescenza. Senti il bisogno di sottolineare l’evento con una frase storica tipo: “Che la forza sia con noi” oppure “Campioni del Mondo, Campioni del Mondo, Campioni del Mondo!”.

Quella che avete appena letto è una delle frasi più azzeccate di **Notte prima degli esami** (2006), il film italiano forse più famoso dedicato al momento topico della maturità. Ispirato all’omonima canzone di Antonello Venditti, che ritorna struggente in tante scene, il film racconta l’avvicinamento alla maturità (con tanto di prevedibile promozione per

tutti) di un gruppo di ragazzi di un liceo romano, alla fine degli spensierati Anni 80. La pellicola ebbe un tale successo che non solo venne fatto un remake francese ma il regista, Fausto Brizzi, pensò bene di fare il bis l’anno successivo, con **Notte prima degli esami – oggi**. Il film presenta personaggi e storie molto simili all’originale ma stavolta è ambientato nel 2006, cioè nell’estate che tutti gli italiani associano alla Coppa del Mondo vinta dalla nazionale italiana di calcio. Non a caso nel film la fatidica “notte prima degli esami” dei protagonisti coincide con la semifinale vinta dagli azzurri contro la Germania. Quindi, per i ragazzi doppia festa: la sera davanti alla tv per i gol di Grosso e Del Piero, la mattina dopo per la fine dell’incubo (si fa per dire) maturità.

Scorrendo la storia del cinema italiano gli esempi di film dedicati, o almeno in parte ispirati, agli esami di maturità sono tantissimi, naturalmente tutti legati al genere della commedia. Ci

**Storie
e aneddoti
sui film
più belli
dedicati
agli esami
di maturità**

sono esempi alti, come **Ecce Bombo**, uno dei film culto di Nanni Moretti. Il protagonista Michele Apicella (l’ater ego del regista in tanti suoi film) aiuta un gruppo di ragazzi a





preparare l'esame di maturità ma i risultati non sono proprio esaltanti: in una delle scene più divertenti uno di loro va totalmente in tilt quando un professore della commissione gli chiede: "Quanto fa 2 alla -1?". Nemmeno l'intervento di Nanni Moretti, presente all'interrogazione e che a gran voce chiede di mettere fine alla "tortura", salva il giovane dalla brutta figura.

Un cast di stelle nostrane – Raul Bova, Ambra Angiolini, Ricky Memphis, Barbora Bobulova, i comici Luca e Paolo – sono al centro del film del 2010 di Paolo Genovese **Immaturi**. I personaggi sono tutti quarantenni affermati, chi è medico, chi agente immobiliare, chi manager. Sono amici dai tempi della scuola, perché erano compagni di classe ma, all'improvviso, arriva la beffa: il Ministero dell'Istruzione annulla i risultati del loro esame di maturità e, di conseguenza, le successive lauree, mettendo a rischio il loro lavoro. Non resta che rimettersi a studiare per ripetere l'esame, vent'anni dopo, con le stesse paure e le notti



insonni di quando erano adolescenti. Tra qualche goffaggine, gag esilaranti e studio di gruppo, riusciranno a rimettere a posto ogni cosa!

Anche Paolo Virzì non ha rinunciato a raccontare il passaggio dall'adolescenza all'età adulta attraverso l'esame di maturità. Lo ha fatto in uno dei suoi film più belli, **Ovosodo**, del lontano 1997 ma ancora attualissimo. I due protagonisti, Piero e Tommaso, hanno addirittura un destino opposto alla fine della scuola: uno viene bocciato (anche se al professore, che lo interroga, chiede se conosce Nelson Mandela), l'altro è promosso, ma

solo grazie all'intervento del padre ricco e influente.

Non mancano nemmeno i film dedicati al momento più atteso della maturità... ovvero la vacanza che scatta immediata alla fine degli esami, quella più sudata, più lunga, più spensierata della vita di chiunque! Succede questo in **Che ne sarà di noi** (Giovanni Veronesi, 2004), che racconta le avventure post-diploma di Matteo (Silvio Muccino), Manuel (Elio Germano) e Paolo (Giuseppe Sanfelice), con la complicità di Carmen-Violante Placido. I quattro, finalmente liberati dal "peso" della maturità, partono per l'isola greca di Santorini, dove succederà di tutto e le loro vite cambieranno per sempre. Ultima citazione per un bel film di Daniele Luchetti, dal titolo emblematico: **La scuola**. In questo caso, più che concentrarsi sul destino degli studenti, la trama segue le vite, le speranze e i disagi degli insegnanti. Ma questa, in fondo, per chi tra pochi giorni sarà sui banchi per l'esame di maturità è un'altra storia...





UNIVERSITÀ TELEMATICA
INTERNAZIONALE UNINETTUNO

UNIVERSITÀ TELEMATICA INTERNAZIONALE UNINETTUNO

L'Università senza confini

www.uninettunouniversity.net

Ovunque tu sia, senza limiti di spazio e di tempo, consegui la tua laurea con i migliori docenti e tutor di diverse Università del mondo che insegnano per te in italiano, arabo, inglese, francese e greco sul portale internet www.uninettunouniversity.net e UNINETTUNO.UNIVERSITY.TV. Con UNINETTUNO per studiare nel XXI secolo.

- Economia
- Giurisprudenza
- Ingegneria
- Lettere
- Psicologia
- Scienze della Comunicazione

Master e corsi di formazione professionale

Consulta l'intera offerta formativa su www.uninettunouniversity.net

SONO APERTE LE ISCRIZIONI - contattaci ora
numero verde **800 333 647** info@uninettunouniversity.net



Approvato



Seguici su



UNIVERSITÀ TELEMATICA INTERNAZIONALE UNINETTUNO

Corso Vittorio Emanuele II, 39 00186 Roma | tel. +39 0669207670/71 | www.uninettunouniversity.net | www.uninettuno.tv

Studiare nel cyberspazio didattico

Così la rete veicola la formazione d'eccellenza dell'Università Telematica Internazionale Uninettuno



E SE FOSSE IL NOSTRO AVATAR ad andare all'Università? Uno dei primi vantaggi potrebbe essere quello di vivere real time in un cyberspazio nel quale l'interazione sia strettamente collegata con un apprendimento collaborativo. Il che significa: impegnarsi insieme nella produzione e condivisione della conoscenza, grazie al supporto di una rete tecnologica e d'intelligenze che senza più limiti di spazio e tempo sviluppano sapere e conoscenza. Potrebbero sembrare scenari futuristici, specialmente se riferiti a dei tempi del sapere, come gli atenei italiani. Eppure in più parti del mondo, molti studenti hanno deciso di optare per metodi di insegnamento diversi, che nulla tolgono al passato ma che cercano di integrare tradizione e tecnologia attraverso la ricerca.

A spiegare come questo sia possibile ci aiuta Maria Amata Garito, professoressa di Psicotecnologie, fondatrice e oggi rettore della Università Telematica Internazionale Uninettuno, primo ateneo a distanza nato in Italia. "In questo momento storico c'è un distacco tra i linguaggi con i quali le persone comunicano sulla rete e quelli che sono i linguaggi con i quali s'insegna e si apprende in molte università tradizionali", spiega il retto-



re. "Il contrasto è forte anche con il mercato del lavoro, che a differenza dell'università ha subito una grande evoluzione". Così, ad esempio, bisognerebbe iniziare a ripensare anche all'insegnamento a distanza come la Garito invita a fare nel suo volume su "L'Università nel XXI secolo tra tradizione e innovazione". "L'E-learning - precisa il rettore - non è un deposito di contenuti, ma delinea nuovi modi di apprendere e insegnare, nuovi linguaggi di comunicazione della conoscenza e nuovi sistemi di organizzazione del sapere".

Grazie a una continua ricerca su queste tematiche, la Uninettuno

ha individuato nuovi processi di apprendimento sulla rete, attraverso ad esempio la costruzione di un cyberspazio didattico dove il proprio avatar può partecipare alle lezioni, esserne parte integrante e interagire grazie anche al supporto di e-book e di diversi materiali didattici. "Uno dei nostri punti di forza - sottolinea - è sicuramente la creazione di una piattaforma nata dall'interno e non creata da aziende esterne che spesso non vivono o conoscono la realtà universitaria. Perché una cosa è sicura: non si può inventare né improvvisare l'uso di una tecnologia nei processi di insegnamento e apprendimento, perché questi siano corretti è, infatti, necessario l'utilizzo di metodologie appropriate".

A supportare la tesi della Garito sono non solo gli ottimi risultati che in termini occupazionali la sua Università registra, ma specialmente i 14 mila studenti iscritti, provenienti da oltre 140 Paesi del mondo. Dagli Stati Uniti alla Turchia - passando anche per l'Iraq dove la Uninettuno ha creato ben 4 poli tecnologici per formare a distanza gli imprenditori iracheni - l'Università telematica ha contribuito a rendere "l'accesso al sapere" uno strumento attivo di cooperazione internazionale.

E DOPO L'ESAME? SI PARTEEE!

Ovunque vada sarà un successo

Dicono che la parte più bella dell'esame di maturità sia proprio il "dopo". Per tutti, infatti, concluso l'orale, si aprono le porte di un'estate indimenticabile. Che sia una città d'arte, che sia un'isola greca o un villaggio spagnolo, il viaggio dopo la maturità rappresenta un'esperienza fondamentale per la vita degli studenti. Un appuntamento imperdibile.

Dopo le fatiche di giugno, infatti, i ragazzi desiderano tuffi, sole, mare. Ma anche scampagnate in

montagna e visite nelle città d'arte italiane o nelle capitali europee. Quel che conta, comunque, è stare insieme, condividere gli ultimi momenti di gruppo prima di dividersi in vista dell'università o del mondo del lavoro. Il viaggio post esame, infatti, rappresenta il primo e allo stesso tempo l'ultimo vero momento di aggregazione per la classe: quello in cui si ripensa ai cinque anni trascorsi insieme e quello in cui affiorano le paure legate all'immediato futuro, alle novità portate dalla fine di un mondo legato alla scuola.

Insomma, che sia il Salento con il mare, l'arte e la pizzica, che sia un

campo di volontariato in Campania, che sia un villaggio in Costa Brava o la tradizionale isola greca, il consiglio è quello di vivere l'estate post esame con la spensieratezza classica della gioventù e di tenersi i ricordi ben stretti. E ricordate, ci sono anche i viaggi veri e propri. Ecco, ad esempio, le mete più gettonate della stagione 2016.

LA SORPRESA PUGLIA

Se volete spendere poco ecco a voi una meta tutta italiana. Dalla città bianca (Ostuni) alle spiagge ricche di divertimento di Gallipoli, fino al mare cristallino di Torre dell'Orso e Porto Cesareo. In Puglia c'è tutto per un viaggio sensazionale. Senza dimenticare l'unico, vero, grande consiglio: quello di passare l'estate insieme. L'ultima, da classe.

ISOLA DI PAG

Tra le mete più ambite di quest'anno c'è l'isola di Pag, in Croazia, che ha la riva più lunga dell'Adriatico e uno spettacolare ponte la collega a Zadar, dove arriva il traghetto proveniente da Ancona.

MALTA E CORFU'

Il più classico dei classici: le isole di Malta e Corfù (in Grecia) rappresentano il viaggio post-maturità per eccellenza. Sole, mare e divertimento: in nome della spensieratezza.



“IL PERICOLO PIÙ GRANDE?
QUELLO DI PERDERSI!”

Intervista a **Michelle Bonetti**

Avvocato

“Il pericolo più grande dopo la maturità per gli studenti è quello di perdersi”. A parlare è l'avvocato Michele Bonetti, scrittore e patrocinatore di ricorsi collettivi, da alcuni anni legale dei sindacati e delle associazioni studentesche italiane. Il messaggio è chiaro: “Bisogna pensare fin da subito quello che si vorrà fare da grandi”.

Quali sono i pericoli per gli studenti nel periodo immediatamente successivo alla Maturità?

Ritengo che il maggior pericolo per gli studenti sia quello di perdersi. Difatti, il problema dell'accesso all'Università mediante un test, che così come congeniato fa perdere tempo e soldi, il dover attendere la propria chiamata in graduatoria a seguito degli scorrimenti, l'indecisione sulla scelta del percorso universitario, formativo o lavorativo, può far sì che i giovani perdano tempo prezioso in un mercato sempre più competitivo.

Come evitare, allora, di perder tempo?

È opportuno informarsi sin dall'ultimo anno delle scuole superiori su cosa si vorrà fare da grande. Avere le idee chiare può essere determi-

nante così come, con l'aiuto delle Istituzioni e della Scuola, bisogna avere chiari i propri punti di forza. È importante conoscere il mondo del lavoro, informarsi sugli sbocchi professionali delle varie facoltà ma, allo stesso tempo, non si possono tralasciare le aspirazioni personali.

Quali sono i passi da fare per presentarsi nella forma migliore nel mondo del lavoro?

Il primo passo è la conoscenza delle lingue straniere e delle nuove tecniche informatiche: può risultare determinante, inoltre, l'approfondimento personale e l'aggiornamento. È opportuno sapersi proporre anche in termini di iniziativa privata, inventarsi e creare nuove forme di lavoro attuabili anche in altri e nuovi mercati. Non si può non menzionare che Master e vari corsi accreditati, in determinati casi anche attraverso il collegamento a stage aziendali, hanno la potenzialità di aprire maggiori opportunità lavorative. Il tutto deve svolgersi sfruttando tutte le energie personali: ad oggi, cercare un lavoro è a sua volta un lavoro.

Ricorda il periodo immediatamente successivo alla sua Maturità?

Subito dopo l'esame di maturità, non ebbi esitazione nello scegliere gli studi di legge. Era il periodo im-

mediatamente successivo all'omicidio dei magistrati Falcone e Borsellino: in quegli anni la Facoltà di Giurisprudenza non aveva neanche un test orientativo. Eravamo più di 45.000 matricole.

Un'esperienza all'estero può essere utile per i ragazzi italiani appena diplomati?

Certo. L'esperienza all'estero, sia essa lavorativa che di studio, può essere un valore aggiunto. Consiglio sempre l'Erasmus durante gli studi universitari o l'apprendimento della lingua in loco, magari accompagnati anche da esperienze lavorative che, pur se svolte tramite lavori “umili”, sono comunque una fonte di crescita personale.

Consiglierebbe agli studenti il cosiddetto anno sabbatico?

Mai e poi mai. Bisogna introdursi immediatamente nel mondo lavorativo o universitario. Oggi vi sono, e in futuro vi saranno, tantissimi strumenti per iniziare le professioni ed il lavoro durante l'ultimo anno di Università. Un anno di differenza può sempre rappresentare un motivo di selezione nel lavoro pubblico come in quello privato. È necessario, infine, non abbassare mai la guardia rispetto ad un mercato che non è più ristretto all'interno dei soli confini nazionali.

“LA SCELTA POST DIPLOMA NON DEVE ESSERE UNA MARATONA”

Intervista ad **Amanda Coccetti**

Formatore e Orientatore Italia Orienta

Qual è l'errore in cui un ragazzo appena diplomato può incorrere più facilmente?

Il significato etimologico di “errore” viene da “errare, vagare, brancolare senza meta, allontanarsi dal vero”. Se un ragazzo ha le idee confuse è facile che vaghi senza una direzione o ne prenda una suggerita, ma non frutto dei propri bisogni e aspettative. D'altra parte, la confusione presenta una fusione di più elementi, più variabili da prendere in considerazione. La scelta post-diploma non è una maratona verso un'altra meta, ma un percorso graduale in cui è necessario riflettere e analizzare noi stessi e il contesto che ci circonda.

Molti ragazzi hanno le idee chiare su quello che vogliono fare dopo la maturità. Essere incerti e'

qualcosa di tanto atipico?

“Il dubbio è l'essenza stessa del pensiero. A volte la troppa “chiarezza” può rappresentare un dato acquisito ma non elaborato. L'importante è che il dubbio, l'incertezza siano costruttivi e non paralizzanti. L'incertezza è un sentimento-condizione mentale molto comune tra gli adolescenti (e non solo); l'importante è il modo in cui affrontiamo i nostri dubbi. Dobbiamo imparare ad accoglierli in modo aperto e confrontarci sulle nostre perplessità”.

Genitori, amici, esperti: chi può aiutare ad uscire dall'incertezza?

Genitori e amici sono molto importanti per un giovane e un confronto aperto e sincero con loro può facilitare il fluire dei pensieri e dei sentimenti. Tuttavia affinché un giovane si avvicini ai suoi autentici desideri e aspettative, sarebbe

auspicabile che incontrasse degli esperti di orientamento e di formazione. Seguire un percorso di orientamento informativo può costituire, in molti casi, un'autentica chiave di volta per il proprio futuro.

Meglio seguire le proprie passioni personali, anche se portano a percorsi più incerti, o puntare a seguire strade di 'sicuro' successo, magari lontane dalle proprie aspirazioni?

In medio stat virtus, dicevano i latini. Soffocare completamente le proprie passioni in nome di un ipotetico lavoro sicuro non è consigliabile quanto buttarsi a capo chino verso una propria passione, senza nessuna valutazione. L'importante è essere consapevoli delle proprie scelte e progettare un “piano B” che non si allontani drasticamente dalla propria natura ed aspirazioni.



**tutor
UP**

preparazione
test di ammissione

MEDICINA VETERINARIA
PROFESSIONI SANITARIE

WWW.TUTORUP.IT

TRAINING CAMP

simulazioni | logica | esercitazioni
per rifinire la tua preparazione
Castellammare di Stabia (NA)
29.07/02.08 + 26.08/ 30.08

CORSI 2016/2017

Sfrutta il tempo a tuo vantaggio
da Ottobre a Settembre
pre-corso a giugno

Parti in **QUARTA**: 2 anni al prezzo di 1

Napoli Salerno Afragola Portici
Gagnano Pompei/Castellammare di St.
Airolo/S.Agata de' Goti/Cervinara



Test Medicina 2016

Scarica la guida gratuita: Consigli pratici per superare il test d'ingresso

wauniversity.it

WAU!

Webaccedi alla tua Università

“TUTTE LE ESPERIENZE RIVELANO QUALCOSA DI NOI”

Intervista a Chiara Marchisone

Hr Manager



“Passioni, interessi, ma anche project work e tesine svolte durante gli studi. Il primo curriculum deve raccontare la nostra storia e ognuno può scegliere che forma darle”. Ne è convinta Chiara Marchisone, Hr Manager di Fox Networks Groups Italy, che ricorda ai maturandi: “Anche i classici lavoretti estivi vanno menzionati, se hanno lasciato qualcosa nel nostro bagaglio culturale”.

Dopo la maturità: partire subito per una vacanza studio all'estero o iniziare a cercare qualche "lavoretto"?

Senza dubbio vacanza studi all'estero: ottima opportunità per migliorare la conoscenza delle lingue straniere che ormai è indispensabile. E poi...un lavoretto si può anche cercare!

Lettera motivazionale o CV? E come rendere entrambi interessanti?

Lettera motivazionale senza cv non è possibile! Lettera motivazionale, solo se dice veramente qualcosa di chi la scrive ed esprime le motivazioni, perché chi la legge dovrebbe chiamare proprio quel candidato. È normale che un candidato neodiplomato non abbia tante esperienze di lavoro per cui nel curriculum conviene sottolineare passioni, interessi, ma anche project work e tesine svolte durante gli studi soprattutto se attinenti alla posizione per la quale ci si candida. Tutte le esperienze raccontano qualcosa di noi e soprattutto ci hanno dato qualcosa, per cui il consiglio è di menzionare anche i classici lavoretti estivi.

Come preparare il primo CV. Quale "modello" consiglierebbe per chi è all'inizio del percorso?

Il curriculum vitae dice chi siamo per cui ognuno può scegliere che forma dare alla sua storia, se creare un modello originale o attenersi a un format standard. Sembrerà scontato, ma è importante non tralasciare le informazioni di contatto: come si contatta un candidato che nel cv non inserisce numero di telefono e/o indirizzo mail? Ovvio inoltre che se nell'annuncio di lavoro al quale stiamo rispondendo viene richiesto un modello predefinito di curriculum, utilizziamo quello indicato!

Quali gli errori da "non fare" in sede di colloquio? E cosa non dimenticare mai?

Anche questo potrà sembrare banale ma in un colloquio di selezione non si può non mostrare interesse per la posizione o l'azienda. Se il candidato non è motivato, perché l'azienda dovrebbe sceglierlo e puntare su di lui? Prima di un colloquio, invece, non bisogna mai dimenticarsi di "studiare" l'azienda, tramite il sito, i social network o qualsiasi altro mezzo. Questo permette sia di capire se quell'azienda è l'azienda giusta per noi, sia di mostrarci preparati durante la selezione.

Partire con uno stage potrebbe avere i suoi vantaggi?

Li ha! Fare uno stage significa avere l'opportunità di apprendere sul campo e sviluppare competenze sia tecniche che relazionali. Inoltre, l'azienda dopo aver investito sulla formazione dei suoi stagisti ha tutto l'interesse a confermarli, se ci sono le possibilità.

Quali sono gli "errori" da non fare sui social network?

Ormai quasi tutte le aziende adottano un regolamento rispetto alla gestione del logo/brand nei social network da parte dei dipendenti ma al di là di questo direi che vince sempre il buon senso!



TRASFORMA LA TUA PASSIONE IN PROFESSIONE

Sei un appassionato di computer grafica e di effetti speciali? Rainbow Academy è l'unica Accademia fondata all'interno di Rainbow CGI, il più grande studio di Animazione 3D ed effetti speciali per il cinema e la TV in Italia, dove gli insegnanti sono tutti professionisti qualificati e affermati che coniugano l'impegno in aula con la produzione e realizzazione di film di livello internazionale. Non perdere l'occasione di lanciarti nella carriera dei tuoi sogni!



MASTER **3D DIGITAL PRODUCTION**

Corso di Grafica 3D per realizzare effetti speciali per il Cinema, Animazione 3D e Video Games.



MASTER **3D DIGITAL ARCHITECTURE**

Corso professionale di visualizzazione e rendering 3D al servizio dell'Architettura.



MASTER **FOTOGRAFIA E VIDEOMAKING**

Master sulle tecniche di Regia, Montaggio, Ripresa, Fotografia e Post-produzione

CONTATTACI ORA E SCOPRI I PROSSIMI CORSI IN PARTENZA

Scegliere il proprio percorso di studi è importante, soprattutto dopo la maturità, ma se poi la nostra decisione si dovesse rivelare sbagliata semplicemente perché in quel campo non c'è richiesta? Forse è bene farsi un'idea di ciò che il mercato offre prima, e non dopo, per evitare di "mangiarsi le mani" una volta che vi sarete messi alla ricerca di una nuova occupazione.

Secondo le ultime ricerche effettuate da Unioncamere e dal Ministero del Lavoro, esistono davvero dei profili che sono diventati quasi introvabili per le aziende e che, di conseguenza, diventano ambitissimi. A registrare un notevole incremento sono le **professioni specifiche del commercio e dei servizi**, che registrano un aumento del 12,4% rispetto al terzo trimestre 2015. Un altro campo in cui c'è forte richiesta è sicuramente quello della ri-

LAVORO ZECCHINO! I LAVORI PIÙ RICHIESTI



storazione: **cuochi, camerieri, baristi** e, in generale, tutte le figure professionali del campo, sono profili richiesti quotidianamente. Al contrario di quanto si possa pensare, tra le professioni maggiormente richieste troviamo anche le **mansioni artistiche**. Registi, attori, scenografi e direttori artistici stanno diventando dei lavori molto richiesti e potrebbero trovare maggiori spazi nei prossimi anni. Non può mancare il settore della sanità, ovviamen-



te. Se la figura dell'infermiere sta subendo un declino, nonostante le nostre strutture ospedaliere ne avrebbero bisogno, molto in trend sono i profili professionali dei **logopedisti**, dei **fisioterapisti** e dei **direttori sanitari**. Richiesta maggiore anche di informatori scientifici per il settore farmaceutico. Non vede crisi, invece, il settore dell'edilizia e, più in particolare, tutti quei mestieri faticosi che gli italiani non vogliono più fare (ma sarà vero?). Spopolano sempre più, invece, figure professionali di ultima generazione come lo **Sviluppatore di app**, il **SEO developer** e il **Web developer**.

SENTIERI SELVAGGI EDUCATIONAL

UNI Cinema

Una nuova idea di Università



Un percorso triennale per capire, ideare, praticare e **definitivamente** fare cinema

TRE ANNI RICCHI DI COSE DA IMMAGINARE, DA IMPARARE, DA FARE

- 1° anno: teoria e pratica
- 2° anno: operatività
- 3° anno: esperienza sul campo

SCUOLA DI CINEMA
SENTIERI SELVAGGI
Via Carlo Botta 19, Roma
Tel. 06.96049768
www.scuolasentieriselvaggi.it
info@scuolasentieriselvaggi.it

LAVORO STAGIONALE

Dopo l'esame di maturità? Qualcuno partirà per una sana vacanza e un meritato riposo. Qualche altro, invece, penserà subito al suo futuro, rimboccandosi le maniche e mettendosi alla ricerca di un lavoro estivo. Per fortuna non mancano le opportunità: le grandi aziende, infatti, hanno aperto già in primavera le selezioni per studenti e giovani esclusivamente per lavori stagionali. In vista dell'estate vanno per la maggiore gli impieghi nei villaggi turistici: dall'istruttore sportivo agli addetti all'intrattenimento dei giovani, dal food and beverage all'area alberghiera. Aziende come Valtur, Grandi Viaggi e Club Med sono proprio quello che potrebbe fare per voi.

Come dicevamo le offerte non mancano, soprattutto per tutti quei giovani che vogliono lanciarsi in una prima esperienza la-

costumisti, tecnici del suono e delle luci, responsabili del mare, addetti alle escursioni e alle boutique. Holiday Photo Plus, invece, è alla ricerca di fotografi (anche senza esperienza) in Veneto, Sicilia, Campania e Sardegna, ma anche per la prossima stagione invernale in Lombardia, Piemonte e Trentino-Alto Adige. Club Med, infine, seleziona animatori, assistenti ai bagnanti, accompagnatori per escursioni, cuochi, pasticceri, barman, magazzinieri e receptionist nei suoi villaggi turistici.

Se non amate il mare, non ci sono problemi. Anche in montagna d'estate trovate diverse opportunità di lavoro.

Come quelle per cuochi, camerieri, responsabili di sala e baristi negli hotel, ristoranti e centri turistici in

Trentino-Alto Adige. Alcuni di questi richiedono esperienza e la conoscenza di lingue straniere. Tutti gli annunci nel dettaglio sono disponibili sul sito dell'agenzia del lavoro della Val Di Fiemme: controllate pure quello che può fare al caso vostro. Sulla stessa lunghezza d'onda è bene sapere che su internet esistono diversi portali e motori di ricerca, che contengono solo annunci di lavori stagionali, riservati esclusivamente agli studenti. Sarebbe opportuno dare un'occhiata, se siete alla ricerca di un lavoro estivo.

Le occasioni per mettersi in gioco e guadagnare qualche soldo in estate non sono solo in Italia. Anzi: all'estero ci sono diverse possibilità per lavorare e - in più - cominciare ad imparare una lingua straniera, un passo fondamentale per arricchire il vostro curriculum.

IL LAVORO CHE C'È: CONSIGLI PER LA STAGIONE ESTIVA



LAVORARE NELLE CROCIERE

Partiamo dalle crociere: il lavoro sulle grandi navi può rappresentare una possibilità interessante per coloro che aspirano ad entrare nel settore del turismo. Ci riferiamo, in questo caso, soprattutto agli studenti provenienti dagli istituti alberghieri, che potranno finalmente mettere in pratica anni di studi. Le opportunità sono numerosissime e includono i più svariati profili professionali: personale di intrattenimento, personale addetto a camere e cucina, personale di assistenza, personale in sala motori. Ricordate: gli annunci di offerte di lavoro delle navi da crociera sono spesso divise tra posizioni di bordo e posizioni di terra. Le potete consultare sui siti dei grandi gruppi che si occupano di viaggi in mare, come Costa Crociere, Msc Crociere e Royal Caribbean, tutte nell'apposita sezione "lavora con noi".

LAVORARE NEGLI OSTEELLI

Anche gli ostelli rappresentano una bella occasione per trovare lavoro in tutta Europa: le mansioni sono di ogni tipo, dagli addetti alla segreteria al ricevimento degli ospiti, ma anche dal personale di pulizia alla cucina. Nella maggior parte dei casi - è bene precisarlo - è un requisito fondamentale la conoscenza della lingua inglese.



vorativa e arricchire così il curriculum vitae. In questo senso Grandi Viaggi, ad esempio, ha aperto candidature per giovani hostess, tecnici dello spettacolo, dj, coreografi, scenografi,



LAVORARE RACCOGLIENDO FRUTTA

Ostelli? Crociere? C'è qualcosa di molto più semplice: in Francia, ad esempio, ci sono diverse offerte di lavoro stagionale, dedicate a chi ha voglia di raccogliere frutta o, in generale, di essere impiegato in campagna. Alcuni esempi? La raccolta di mais in Auvergne, tabacco in Alsazia, ciliegie, fragole e mele nella valle del Rodano. È sempre bene mettersi in

contatto direttamente con i coltivatori prima di partire. In generale, ricordate che il periodo di lavoro può variare dai 10 ai 30 giorni. Ci sono diversi siti, comunque, sui quali è possibile consultare tutte le offerte raggruppate e pubblicate.

LAVORO MANUALE IN DANIMARCA

Anche in Danimarca si può vivere un'esperienza di la-

voro manuale e agricolo, conoscendo un Paese del Nord Europa e imparando una lingua straniera. Grazie al sito **sommerfrisk.dk** è possibile inviare la propria candidatura per un lavoro stagionale nella patria di Amleto, nel settore agricolo e in particolare

nella raccolta della frutta. Ricordate: un requisito importante è quello di essere maggiorenni, parlare inglese e avere una minima esperienza nel settore agricolo. Le offerte di lavoro, comunque, coprono tutto il periodo estivo: vanno infatti da maggio ad agosto.



INIZIA DA **COQUIS** LA TUA CARRIERA NELLA RISTORAZIONE
Ateneo della Cucina Italiana

CORSI PROFESSIONALI PER:

CUOCHI
PASTICCERI
PIZZAIOLI



CORSO TRIENNALE UNIVERSITARIO IN SCIENZA E ARTE CULINARIA

Percorsi di qualità che garantiscono l'ingresso nel mondo del lavoro!

Vai su www.coquis.it e scopri le date di inizio dei nostri corsi oppure scrivici a info@coquis.it

**CONVIENE ANCORA LAUREARSI?**

Dipende dall'ateneo
e se si è disposti a trasferirsi
I soldi son desideri...

Partiamo da un dato statistico generale: tra i lavoratori laureati e no c'è una differenza – nella retribuzione annua lorda – di circa 15mila euro: 41.220 euro a 26.008 euro. E da una presa d'atto: per godere degli sforzi sui libri bisogna attendere qualche tempo. Solo dopo i 35 anni, infatti, si allarga significativamente la forbice delle buste paga.

Però poi bisogna essere onesti. C'è laureato e laureato. Indipendentemente dal tipo di laurea, non tut-

ti gli atenei sono uguali quando si parla di guadagni futuri. Questo, almeno, rivela la statistica. Gli atenei privati e localizzati nel Nord Italia garantiscono infatti una prospettiva economica superiore.

Anche questi indici rendono l'immagine di un Paese spaccato, dipingendo la scarsità di offerta lavorativa per chi decide di formarsi al Sud. Già, perché quasi la totalità dei ragazzi che hanno studiato al Nord dichiarano oggi di aver trovato impiego in quell'area geografica,

mentre nel Mezzogiorno si assiste a una specie di diaspora: i due terzi dei laureati al Sud sono attualmente occupati al Centro-Nord. La tabella traduce in cifre le chiacchiere: tra la Bocconi di Milano e l'Università di Cagliari la differenza è di quasi 9000 euro l'anno, circa 750 euro al mese.

Nella tabella la media retributiva lorda dei laureati nel primo decennio post-diploma tra i 25 e i 34 anni.

ATENEEO 25-34 anni

Università Commerciale Luigi Bocconi	€ 34.914
Politecnico di Milano	€ 32.489
Università Cattolica del Sacro Cuore	€ 31.932
LUISS Libera università internazionale degli studi sociali Guido Carli	€ 30.999
Università degli Studi di Roma Tor Vergata	€ 30.230
Università degli Studi di Perugia	€ 30.195
Università di Roma La Sapienza	€ 30.153
Università degli Studi di Pavia	€ 30.050
Università degli Studi di Genova	€ 30.036
Università degli Studi di Parma	€ 29.894
Politecnico di Torino	€ 29.891
Università degli Studi di Trento	€ 29.890
Università degli Studi di Pisa	€ 29.797
Università degli Studi Roma Tre	€ 29.746
Università degli Studi di Padova	€ 29.641
Università degli Studi di Ferrara	€ 29.626
Università degli Studi di Catania	€ 29.452
Università degli Studi di Napoli Federico II	€ 29.447
Università degli Studi di Palermo	€ 29.361
Università degli Studi di Milano Bicocca	€ 29.205
Alma mater studiorum Università di Bologna	€ 29.170
Università degli Studi di Trieste	€ 28.922

ATENEEO 25-34 anni

Università degli Studi di Modena e Reggio Emilia	€ 28.735
Università degli Studi di Bergamo	€ 28.710
Università degli Studi di Milano	€ 28.640
Università degli Studi della Calabria	€ 28.637
Università degli Studi di Siena	€ 28.625
Università degli Studi di Torino	€ 28.472
Università Politecnica delle Marche	€ 28.345
Politecnico di Bari	€ 28.329
Università degli Studi di Udine	€ 28.250
Università degli Studi dell'Aquila	€ 28.218
Università degli Studi di Firenze	€ 28.128
Università degli Studi di Napoli Parthenope	€ 28.097
Università degli Studi di Verona	€ 27.964
Università degli Studi di Brescia	€ 27.776
Università Ca' Foscari di Venezia	€ 27.722
Università degli Studi di Bari	€ 27.671
Università degli Studi di Messina	€ 26.572
Università degli Studi di Cagliari	€ 26.562



LA SCUOLA
N°1
DEL SUD
ITALIA

L'UNICA SCUOLA
CON LAVORO
GARANITTO
AL 100%

NUOVA SEDE
2000 mq

SCUOLA DI ESTETICA - ACCADEMIA DI TRUCCO - ACCADEMIA NAILS - ACCADEMIA DERMO & TATTOO - ACCADEMIA DI MASSAGGIO - SPA ACADEMY



liliana paduano

ACCADEMIA DI FORMAZIONE PROFESSIONALE

Dal 1980 all'avanguardia nella formazione

Unica sede: Piazza Garibaldi/Corso Arnaldo Lucci, 156 - Napoli | tel. +39 081 19090513 | www.scuolaliliana.it



Diciamoci subito le cose come stanno: il Curriculum Vitae è il primo passo per trovare lavoro. È un biglietto da visita, non un semplice pezzo di carta. È la vostra presentazione, che rac-

chiude in sé le vostre capacità, le competenze e gli obiettivi. È lo strumento, insomma, che vi aprirà – o meno – le porte per un colloquio in azienda. Per questi motivi, quindi, non va assoluta-

mente trascurato e sottovalutato. Anzi: ci sono diversi strumenti per potenziare il proprio CV e metterne in risalto gli aspetti più considerati dai selezionatori del personale. Vediamoli insieme.

VIDEO, IMMAGINI E SOCIAL: Beccate a voi il curriculum 2.0

RICHIESTE TEMPO

Partiamo da un dato di fatto: la creazione, l'aggiornamento e la cura del proprio CV richiedono tempo (e competenze). Spesso i contenuti, lo stile, la scrittura di un Curriculum ben impostato comunicano a chi lo sta leggendo un senso di preparazione del candidato. Il CV, infatti, può rappresentare bene la vostra personalità già a partire dalle impostazioni generali.

LA FORZA DEGLI ESEMPLI

In pochi leggeranno a fondo il vostro CV. Il segreto per colpire il lettore è quello di comunicare le proprie competenze sotto forma di racconto. Non c'è niente di meglio che un esempio, un'esperienza, un episodio in particolare capace di mettere in risalto le proprie capacità. Usatene anche nel vostro CV.

IL CONTESTO

Come detto, è bene comunicare le proprie competenze tramite esempi ed esperienze. È importante, in questo senso, spiegare anche i contesti e gli episodi dove queste competenze sono state acquisite. Uno stage alla Mondadori o uno alla redazione di Sky hanno un peso rilevante: inutile nasconderselo.

L'IMPORTANZA DEI SOCIAL

Tutti, chi più chi meno, siamo immersi nel flusso dei social network. Anche i selezionatori delle aziende. È buon uso, quindi, linkare i vostri indirizzi sui social (da Facebook a Twitter, da Instagram a LinkedIn) con un consiglio spassionato: fate ben attenzione a quello che scrivete. Il responsabile del personale è sempre dietro l'angolo.



CLASSICO O CREATIVO?

L'impostazione, dicevamo, va curata. Ma cosa scegliere? Meglio essere tradizionali o creativi? Meglio scaricare un CV nel formato standard (per intenderci, quello europeo), o crearsene uno personale ad hoc? Come detto, anche il CV negli ultimi tempi si è evoluto, aprendosi anche alle novità della rete. Al di là delle due impostazioni, va detto che la schematizzazione del formato europeo, forse, richiede un'impostazione molto rigida. Allo stesso tempo, però, ci sono diverse aziende che non accettano l'invio di CV se non nel formato europeo. Un consiglio? Riuscire a mettere in luce le proprie capacità anche nella "gabbia" del formato europeo.

L'IMPORTANZA DELLE IMMAGINI

Qual è l'ordine giusto per inserire i dati all'intero del proprio CV? In primis la foto. Ogni CV rischia di diventare uguale all'altro. Cercate di differenziarvi subito, inserendo una vostra immagine (che sia un minimo professionale). E, perché no, allegando al CV un portfolio che contenga i vostri lavori svolti finora, con link, testi e file (basta anche una semplice presentazione PowerPoint, niente di trascendentale).

E, PERCHÉ NO, DEI VIDEO

Ok, è difficile, ma perché non aggiungere al famoso pezzo di carta un video in cui vi presentate dal vivo? Le riprese permettono di andare oltre i limiti fisici del foglio, comunicando al selezionatore tantissimi aspetti personali in pochi minuti: dalle competenze emotive alla capacità di linguaggio, dalla presenza al carattere. Insomma, il video è uno strumento rischioso, ma è proprio questo che può fare la differenza rispetto alle altre centinaia di CV che arrivano – ogni giorno – all'email aziendale.

IL FUTURO È NELLE TUE MANI

DIVENTA PILOTA PROFESSIONISTA



24 SETTEMBRE 2016
NON PERDERE IL NOSTRO
OPEN DAY

CORSO ATPL INTEGRATO

Il corso ATPL integrato consente di formare
un **PILOTA DI LINEA**.

Il corso partirà il **10 OTTOBRE 2016**.

CORSO PPL

Il corso PPL consente di conseguire
la licenza di **PILOTA PRIVATO**.

Il corso partirà il **24 OTTOBRE 2016**.



URBE AERO Via Salaria 825 - 00138 Roma | +39 (06) 88643187 | www.urbe.aero | training@urbe.aero



Riservato alle scuole: contattateci per organizzare gratuitamente un Information Day con il nostro staff presso il Vostro istituto.

Saint Louis College of Music

40° anniversario

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca

Diploma accademico di I livello (laurea triennale) e di II livello (laurea specialistica)

in Jazz, Popular Music, Composizione, Musica elettronica, Tecnico del suono

unica in Italia



www.slmc.it