

Instrucciones:

- **DOMANDA 1:** Rispondere VERO o FALSO e giustificare la risposta utilizzando ESATTAMENTE le informazioni del testo.
- **DOMANDA 2:** La risposta è UNA SOLA PAROLA e si trova NEL TESTO.
- **DOMANDA 3:** La risposta è UNA SOLA PAROLA e NON SI TROVA NEL TESTO.
- **DOMANDA 4:** Prima di cominciare a scrivere devi LEGGERE BENE l'argomento richiesto.

OPCIÓN A:

Sei davvero un social-dipendente?

Social media dipendenti. Alcune persone si definiscono così e lo scrivono sul proprio profilo di LinkedIn: ma cosa significa avere una dipendenza da social media?

Per Mark Griffiths, psicologo della Nottingham Trent University, i social media possono dare dipendenza e chi ci cade manifesta gli stessi sintomi comportamentali associati ad alcune dipendenze chimiche, come quella da alcol o da nicotina: cambi d'umore, isolamento sociale, conflitto e ricadute.

Caratteristica principale di una dipendenza è l'averne un impatto distruttivo sulla vita di una persona. Finché un passatempo non influisce negativamente sulla vita lavorativa o relazionale, in genere non occorre preoccuparsi.

La maggior parte degli utenti attivi sul web trascorre sui social media più di due ore al giorno, eppure gran parte della popolazione non ha un problema di dipendenza da social. Non è dunque il fattore tempo a determinare se queste piattaforme stanno provocando malessere psicologico.

Nella prima revisione scientifica sulle ricadute psicologiche dei social media, nel 2011, Griffiths ha trovato che gli estroversi usano i social network per il proprio miglioramento sociale, gli introversi come forma di compensazione. Poiché alimentano il circuito cerebrale della ricompensa, possono essere usati come forma di consolazione per stati di umore altalenanti, e arrivare così a causare dipendenza psicologica. Sarebbe dunque il contesto in cui sono utilizzati e non tanto il tempo che vi passiamo a determinarne la pericolosità.

L'identikit dell'utente più a rischio? Donna, single e giovane, con bassi livelli di istruzione, di reddito e di autostima. Dati emersi da un'indagine svolta nel 2017 su oltre 23 mila norvegesi.

L'origine di questa necessità compulsiva di postare potrebbe derivare dalla paura di rimanere tagliati fuori o essere legata alla dipendenza da smartphone. Ma i dati sono ancora troppo pochi, nonostante recenti ricerche indichino Instagram come il social più pericoloso per la salute mentale, soprattutto degli adolescenti.

Da FOCUS.IT (con adattamenti)

DOMANDE:

1.- Rispondere VERO o FALSO. Giustifica la tua risposta utilizzando ESATTAMENTE le informazioni del testo: (2 PUNTI)

1. Alcune persone si definiscono social media dipendenti e lo scrivono sul proprio profilo di Instagram. **(0,5 punti)**
2. La caratteristica principale di una dipendenza è che ha un impatto negativo sulla vita di una persona. **(0,5 punti)**
3. Un'indagine svolta nel 2011 su oltre 23.000 italiani rivela che le donne single e giovani con bassi livelli di istruzione, di reddito e di autostima sono gli utenti più a rischio. **(0,5 punti)**
4. Recenti ricerche indicano che Instagram è il social più pericoloso per la salute mentale, soprattutto degli adolescenti. **(0,5 punti)**

2.- Attività lessicali: (3 PUNTI)

1) Trovare NEL TESTO un sinonimo di:	a) Utilizzano: (0,5 punti)	b) Cellulare: (0,5 punti)
2) Trovare NEL TESTO un contrario di:	a) Positivamente: (0,5 punti)	b) Alti: (0,5 punti)
3) Trovare NEL TESTO delle parole che abbiano i seguenti significati:	a) Studioso, esperto di psicologia, che esercita anche a livello professionale: (0,5 punti)	b) Abitanti o nativi del Regno di Norvegia: (0,5 punti)

3.- Completare questi dialoghi: (ATTENZIONE: le parole NON sono nel testo) (2 PUNTI)

- 1) SITUAZIONE 1:

A. Buongiorno! Vorrei un paio di jeans _____ scuro. **(0,5 punti)**

B. Certo! Che _____ porta, per favore? **(0,5 punti)**

- 2) SITUAZIONE 2:

A. Mi scusi, mi sa _____ dov'è l'Hotel Italia, per favore? **(0,5 punti)**

B. Certo, non è lontano. Vada avanti per questa strada fino al semaforo, poi giri a sinistra in Via Verdi. Proseguia _____ e prenda la seconda a destra. **(0,5 punti)**

4.- Scrivere una composizione (80-100 parole) su questo argomento: (3 PUNTI)

Scrivi una mail a un amico che passa troppe ore davanti al computer indicandogli i pericoli che questo può causare alla sua salute.

Instrucciones:

- **DOMANDA 1:** Rispondere VERO o FALSO e giustificare la risposta utilizzando ESATTAMENTE le informazioni del testo.
- **DOMANDA 2:** La risposta è UNA SOLA PAROLA e si trova NEL TESTO.
- **DOMANDA 3:** La risposta è UNA SOLA PAROLA e NON SI TROVA NEL TESTO.
- **DOMANDA 4:** Prima di cominciare a scrivere devi LEGGERE BENE l'argomento richiesto.

OPCIÓN B:

Un supermercato senza plastica: ve lo immaginate?

Il primo supermercato d'Europa con un corridoio "plastic-free", inaugurato qualche giorno fa ad Amsterdam, dimostra che tutto è possibile: prezzi convenienti senza pesare sull'ambiente.

Il negozio offre oltre 700 prodotti di largo consumo, tra carne, riso, salse, latticini, cereali, cioccolato, yogurt, snack, frutta e verdura, tutti impacchettati, ma non negli involucri di plastica tradizionale. Tutto ciò che somiglia alla plastica è di origine vegetale e compostabile (cioè in grado di degradarsi rapidamente). Gli altri contenitori sono di materiali più facilmente riciclabili, come vetro, cartone e alluminio.

Il supermercato, che fa parte della catena Ekoplaza, con una settantina di punti vendita in Olanda, ha raccolto l'istanza di A Plastic Planet, un'organizzazione britannica che un anno fa ha lanciato la campagna Plastic-Free Aisle ("corridoio senza plastica") per denunciare il fatto che più del 40% del packaging di plastica è tipico della distribuzione alimentare.

«Non c'è assolutamente nessuna logica nell'incartare in qualcosa di indistruttibile come la plastica qualcosa di effimero come il cibo. Gli involucri di cibo e bevande sono utili per qualche giorno, eppure lasciano una presenza sulla Terra per secoli», commenta Sian Sutherland, cofondatore di A Plastic Planet, che vuole proporre l'iniziativa alle principali catene di supermarket del Regno Unito.

Nuove forme di packaging alimentare sono allo studio in tutto il mondo, ma non è detto che una plastica di derivazione vegetale sia necessariamente anche biodegradabile o compostabile: alcuni di questi materiali non si degradano nell'oceano, dove sembrano inevitabilmente finire, e pongono un problema di inquinamento in modo analogo alle plastiche ricavate da combustibili fossili.

C'è anche chi ha studiato forme di packaging commestibile derivate dalle alghe, inodori e insapori: queste però sono più adatte alla distribuzione da fast food. Negli scaffali di un supermercato entrerebbero inevitabilmente a contatto con polvere e sporcizia.

Da FOCUS.IT (con adattamenti)

DOMANDE:

1.- Rispondere VERO o FALSO. Giustifica la tua risposta utilizzando ESATTAMENTE le informazioni del testo: (2 PUNTI)

- a) Il primo supermercato d'Europa senza plastica fu inaugurato qualche giorno fa a Parigi. **(0,5 punti)**
- b) Il negozio offre più di 700 prodotti di largo consumo, tutti impacchettati, non negli involucri di plastica tradizionale ma in contenitori di origine vegetale e compostabile o in contenitori di materiali più facilmente riciclabili, come vetro, cartone e alluminio. **(0,5 punti)**
- c) *A Plastic Planet* è un'organizzazione britannica che un anno fa ha lanciato la campagna Plastic-Free Aisle per denunciare il fatto che più dell'80% del packaging di plastica è tipico della distribuzione alimentare. **(0,5 punti)**
- d) In tutto il mondo si stanno studiando nuove forme di packaging alimentare. **(0,5 punti)**

2.- Attività lessicali: (3 PUNTI)

1) Trovare NEL TESTO un sinonimo di:	a) Alimenti: (0,5 punti)	b) Contaminazione: (0,5 punti)
2) Trovare NEL TESTO un contrario di:	a) Impossibile: (0,5 punti)	b) Difficilmente: (0,5 punti)
3) Trovare NEL TESTO delle parole che abbiano i seguenti significati:	a) Grande magazzino di generi alimentari o prodotti per la casa a cui può accedere il pubblico che si serve da solo e paga alla cassa. (0,5 punti)	b) Città capitale dei Paesi Bassi. (0,5 punti)

3.- Completare questi dialoghi: (ATTENZIONE: le parole NON sono nel testo) (2 PUNTI)

- SITUAZIONE 1:

A: Pollo arrosto, benissimo. E che cosa le porto da _____? **(0,5 punti)**

B: Vorrei un bicchiere di _____ rosso, per favore. **(0,5 punti)**

- SITUAZIONE 2:

A: Buonasera! Mi potrebbe dire a che ora parte il _____ per Roma, per favore? **(0,5 punti)**

B: Certo! Sarebbe il Freccia Rossa. Parte alle 12:15 dal _____ 2. **(0,5 punti)**

4.- Scrivere una composizione (80-100 parole) su questo argomento: (3 PUNTI)

Scrivi una mail a un tuo amico che non fa niente per proteggere l'ambiente, cercando di convincerlo a riciclare e a fare qualche piccolo gesto ogni giorno per salvare il pianeta.