

ANNO 3 - N. 7 Luglio 2014

Il Gazzettino dei Nonni



Rivista mensile

A cura degli ospiti
e del servizio di
terapia occupazionale



RSA "ICILIO GIORGIO"
MANCINI

In questo numero:

Gli anni si contano ma non contano
Il compleanno dei nonniPag. 1

Il gioco delle bocce
Tra esercizio fisico e benessere mentale.Pag. 2

La Madonna di Medjugorje
Culto e devozionePag. 3

Gli anziani in RSAPag. 4

Messaggio di tenerezza Pag. 5

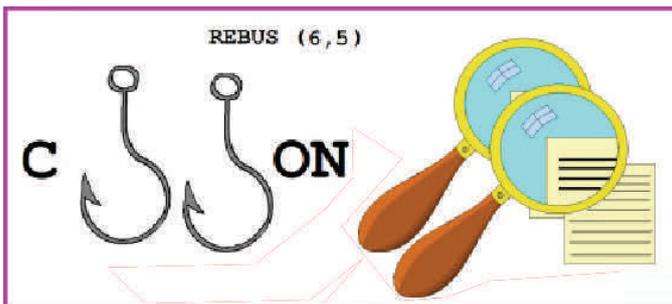
Lo scrigno della memoria
Raccolta di storie di vita Pag. 6

Dalla credenza della nonna
Il tiramisù alle pesche..... Pag. 7

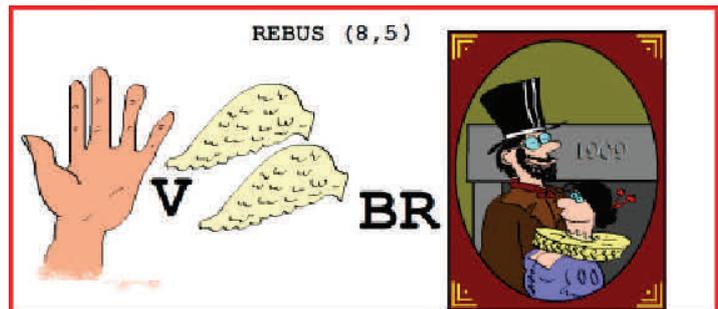
L'angolo dello spettacolo
Invito al cinema Pag. 8

Proverbi e detti popolari Pag. 9

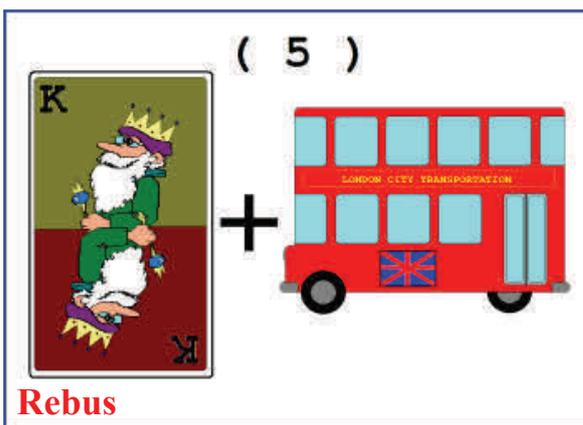
Soluzioni del numero di Giugno



Camion lenti



Manovale bravo



Rebus



La rivista,
stampata
in proprio,
è a cura e ad uso
degli ospiti della
RSA Mancini

Indovina indovinello

Una signora piena di scatole in mano cade a terra. Mentre sta per rialzarsi si rende conto di aver perso qualcosa. Che cosa? **L'equilibrio**

Convinti che...

**...gli anni si contano
ma non contano**

**Nel mese di Luglio abbiamo
festeggiato il compleanno di**



**Emilio il 3,
Rita il 5,
Pietro l'8,
Luigia e
Rosolina il 17,
Marie Louise il 19,
Natalina il 21,
Anna il 24 e Cesare il 27**



I compleanni si festeggiano tutti l'ultimo sabato del mese

Tanti auguri

I giorni che hanno cambiato la storia:

11 luglio 1982: Italia campione del mondo di calcio
13 luglio 1898: G. Marconi brevetta la radio
16 luglio 1969: La capsula Apollo 11 nello spazio
19 luglio 1992: Strage di Via D'Amelio
21 luglio 1969: Sbarco del primo uomo sulla luna

In questo mese sono nati anche:

Giuseppe Garibaldi 4 luglio 1807 Patriota
Vittorio De Sica 7 luglio 1901 Attore e Regista
Gino Bartali 18 luglio 1914 Ciclista
Nelson Mandela 18 luglio 1918 Attivista diritti civili
Riccardo Muti 28 luglio 1941 Direttore d'orchestra



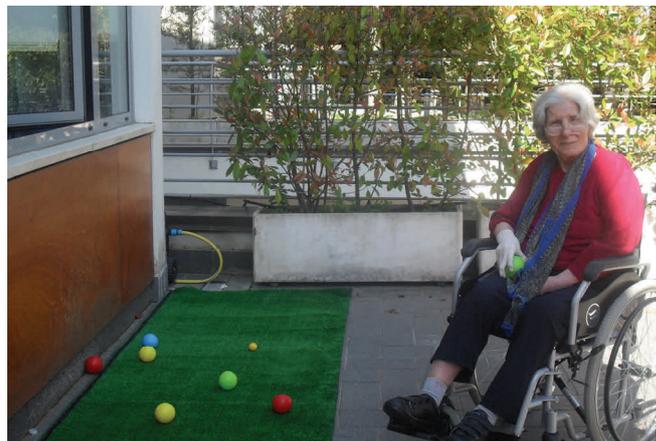
Il gioco delle Bocce



Tra esercizio fisico e benessere mentale

Si ha notizia che già nel 7000 a.c. si giocava con sfere di pietra e facevano altrettanto, secondo Omero, Achille e i suoi compagni davanti alle mura di Troia; Ippocrate, poi, nei suoi trattati medici, lo consigliava per scopi salutistici.

Nel modo di pensare comune il gioco delle bocce viene spesso associato ai dopolavoro, alle osterie, dove si gioca a carte e si beve vino, a luoghi esclusivi per soli uomini di una certa età. Un'immagine certamente



pittoresca, ma distorta e per nulla rispondente alla realtà. Tale gioco resta una delle forme ludico-ricreative più diffuse nel nostro paese ed è a pieno titolo inglobato nel novero delle discipline sportive.

“Le bocce, è vero, sono certamente socializzanti e molto democratiche - precisa il prof. Michelangelo Giampietro, medico federale - in quanto permettono a donne e a diversamente abili di confrontarsi con uomini e normodotati con estrema naturalezza, situazione rara da vivere nella moderna società”.

Si tratta di una disciplina che procura benefici sia fisici che psicologici; migliora la concentrazione, le capacità decisionali e di sincronizzazione psico-motorie e la coordinazione neuromuscolare.

Il gioco delle bocce ha avuto il riconoscimento nel 1926 sotto l'egida del CONI ed è stato sempre considerato un gioco pacifico e societario perchè non c'è sport al pari di esso che presenti maggiori e migliori occasioni di incontri umani.



La Madonna di Medjugorje

Regina della Pace



Madonna di Medjugorje, detta anche Regina della Pace o Gaspa, è l'appellativo con cui viene chiamata dai credenti la venerata Maria, Madre di Gesù, in seguito ad alcune presunte apparizioni, iniziate a Medjugorje e testimoniate da sei veggenti: Ivanka, Mirjana, Vicka, Ivan, Jakov e Marija. Essi affermano di aver ricevuto la prima apparizione della Vergine Maria il 24 giugno 1981 e per questo motivo Medjugorje è divenuta meta di numerosi pellegrinaggi. La nostra amica Rosella è appena tornata dal suo viaggio di fede e il primo pensiero è stato quello di venire a raccontarci



la sua bellissima esperienza vissuta in questo luogo così mistico.

Ad ognuno di noi ha portato in dono un sasso con l'immagine della Madonna da tenere sul nostro comodino in ricordo del pomeriggio di preghiera vissuto intensamente.

Secondo i veggenti la Madonna invita i fedeli alla conversione, alla preghiera, alla pace. Il messaggio principale è la pace (nel suo significato più ampio: con Dio, con gli uomini, ma anche interiore) e i veggenti affermano che Ella avrebbe indicato loro che si può raggiungere attraverso cinque strumenti ("le cinque pietre" paragonate ai ciottoli scelti da Davide, armato solo di fionda e bastone, per abbattere Golia):

- * *La preghiera* umile e con il cuore, in particolare il Rosario quotidiano;
- * *Il digiuno* nei giorni di mercoledì e venerdì per le persone che possono farlo;
- * *La lettura quotidiana della Bibbia*;
- * *La confessione* almeno una volta al mese;
- * *L'eucarestia*, preferibilmente tutti i giorni.





Gli anziani in RSA

Vivere in una Residenza Sanitaria Assistenziale facilita il mantenimento e lo sviluppo delle capacità conoscitive e delle abilità dell'anziano, riduce la solitudine e l'inevitabile emarginazione sociale. Gli individui della terza e quarta età sono ancora un patrimonio ben spendibile, una risorsa che la società ha il dovere di proteggere, di ascoltare, di aiutare e rispettare, talvolta "coccolandoli".

E' innegabile che in alcuni momenti gli ospiti ci dicano: "vorrei tornare a casa", ma ci sono aspetti più



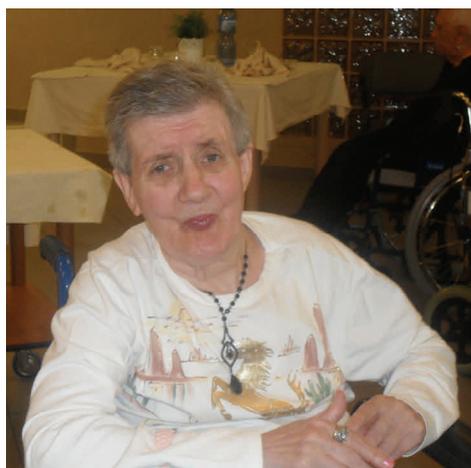
che positivi riguardanti la vita all'interno di una comunità come la nostra Residenza. Prima di tutto l'assistenza sanitaria e infermieristica che garantisce quotidianamente il monitoraggio delle condizioni di salute della persona. Arriva un giorno, nella vita di alcune persone, in cui la casa nella quale hanno vissuto per una vita non basta più; hanno bisogno di aiuto professionale e di assistenza continua che purtroppo i familiari non sono in grado di dare loro. E per questo è importante sottolineare che una RSA

può diventare una seconda casa. Non un albergo, non una clinica: ma una casa dove ci sono medici, infermieri e oss, dove si fa riabilitazione psico-fisica con fisioterapisti, terapisti occupazionali ed educatori.

Una casa per anziani che può e deve essere accogliente, aperta al resto del mondo con possibilità di scambi sociali, una residenza dove tutti possono sentirsi speciali, oltreché al



sicuro e dove ogni nuovo giorno sia per ciascuno degno di essere vissuto. Lavorare nella RSA



Mancini è per tutti noi operatori motivo di orgoglio e, accanto alle innumerevoli responsabilità legate alla cura degli anziani, la soddisfazione più grande è vedere ancora nascere un sorriso spontaneo sulle labbra di un paziente, consolando e rallegrando persone in difficoltà.



Messaggio di Tenerezza

Anonimo Brasiliano

“Camminando sulla spiaggia con il Signore guardavo una doppia serie di impronte.

Ciascuno di quei passi rappresentava un giorno della mia vita.

Guardando quelle tracce che si perdevano lontano, notai che a tratti le impronte erano di una sola persona.

Nel cammino della mia vita proprio quei passaggi corrispondevano ai giorni più difficili della mia esistenza.



Rivolgendomi al Signore gli chiesi perchè proprio in quei giorni in cui avevo più bisogno, mi aveva lasciato solo.

Il Signore sorrise, rispondendo:

“Figlio mio, non ho cessato di amarti un solo momento.

Le orme che vedi nei giorni più duri della tua vita sono le mie; in quei giorni ti portavo in braccio”.

Questo messaggio, scritto da un anonimo brasiliano, ci fa riflettere sul mistero del dolore e ci indica la strada per superare i momenti difficili della vita. Il famoso salmo 23 “L’eterno è il mio pastore”, recita infatti: “Quand’anche camminassi nella valle dell’ombra della morte, io non temerei male alcuno, perchè Tu sei con me”. La certezza che il Signore ci tiene in braccio, nel momento della sofferenza, è fonte di pace e di impegno, di responsabilità e di coraggio. Come nell’episodio di Zaccheo (Lc. 19,1-10), ciascuno di noi cerca di vedere Gesù per capire quale significato possa avere nella propria esistenza. Ognuno di noi può fare molto, basta avere un cuore pieno di grazia e un’anima predisposta all’amore. Dobbiamo essere disponibili ad abbracciare chi ci sta accanto perchè tutti possiamo aiutare a sanare una ferita che proviene dal profondo del cuore. Se pratichiamo il bene saremo fortificati e con l’amore del Signore si possono affrontare i dolori anche con gioia perchè lo si sentirà ancora più vicino. E quando nella vita dovessero capitare delle prove particolarmente difficili, non bisognerà mai dimenticare la ricchezza della nostra Fede.



Lo Scrigno della Memoria

Raccolta di storie di vita



A cura di Marisa



Mi chiamo Marisa, sono nata a Roma il 1 Agosto del 1932. I miei genitori si chiamavano Enrico e Irene; papà, originario di Cremona, era un carabiniere e lavorava principalmente con i detenuti; mamma invece, di origine toscana lavorava occasionalmente nella lavanderia di un albergo.

Vi voglio raccontare come si sono conosciuti i miei genitori: mia madre dalla Toscana è arrivata giovanissima a Roma per badare alla figlia di una ricca signora la quale aveva anche un bel giovane per autista. Tra la tata e l'autista fu amore a

prima vista! Dopo qualche anno si sono sposati e sono nata io, la loro unica figlia.

Fin da bambina la caratteristica che mi distingueva era la fantasia, ero una bambina molto creativa, mi dedicavo ai lavori manuali, in particolare, la mia passione era il cucito.

Ho frequentato gli studi fino al terzo anno della scuola media e, subito dopo ho iniziato a lavorare. Il lavoro che ho svolto nella mia vita è stato quello di commessa in diversi negozi. Nel tempo libero mi dedicavo al lavoro di cucito e, su commissione, per arrotondare lo stipendio, confezionavo dei vestiti.

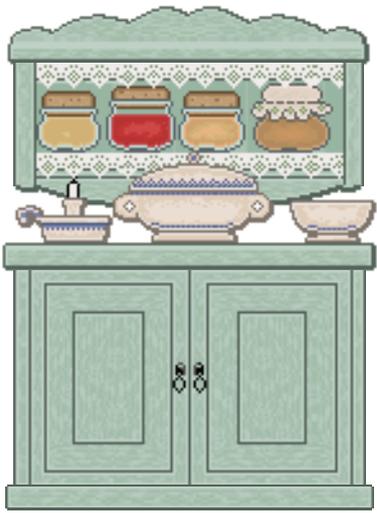
Nel 1955 mi sono sposata con Luigi, un tipografo anche lui romano. Ho scelto e realizzato il mio abito da sposa con l'aiuto di una mia amica, anche lei sarta. L'abito che ho indossato nel mio giorno più bello era lungo e di pizzo bianco.

Per il nostro viaggio di nozze abbiamo deciso di andare nel nord Italia a far visita ai nostri parenti. A me e a mio marito piaceva molto viaggiare, in modo particolare visitare i santuari. Ogni anno andavamo in pellegrinaggio ad Oropa, un santuario dedicato alla Madonna Nera, situato a pochi chilometri da Biella: ogni volta che ripenso a quegli anni non riesco a trattenere la commozione, ho dei ricordi meravigliosi che sono vivi nella mia memoria.



Dopo quattro anni di matrimonio è nata la nostra unica figlia, Simona, la quale si è sposata con Riccardo e ci ha regalato una bellissima nipotina di nome Alessandra. La mia Alessandra è una ragazza espansiva, simpatica e molto disponibile; nonostante i suoi impegni è sempre stata pronta ad aiutarmi nei momenti di bisogno, anche se, devo ammetterlo, nel limite del possibile, ho sempre cercato di cavarmela da sola per non dare disturbo.





DALLA CREDENZA DELLA NONNA

*La ricetta del mese
consigliata da Francesca*

Il tiramisù alle pesche

Ingredienti

4 tuorli
8 cucchiaini di zucchero
250 gr di mascarpone
250 ml di panna fresca
1 confezione di savoiardi
1 kg di pesche
Sciroppo di zucchero q.b.
Zucchero a velo



Procedimento:

Mescolare i tuorli con lo zucchero e aggiungere il mascarpone. Montare la panna a parte, poi incorporarla delicatamente al composto.

Stucciare le pesche, farle cuocere in un tegame con acqua e zucchero a velo e lasciarle raffreddare. Creare un primo strato di crema sul fondo di una vassoio, poi un secondo di savoiardi imbevuti di sciroppo di zucchero. Continuare con un altro strato di crema e pesche tagliate a dadini.

Terminare con un ultimo giro di savoiardi, crema e pesche.

L'angolo dello spettacolo

L'angolo dello spettacolo



Cinema



Teatro



Televisione

Invito al cinema

Ladri di biciclette

film del 1948 diretto e prodotto da Vittorio De Sica.

È stato classificato nella quarta posizione ne "I 100 migliori film del cinema mondiale - I più grandi film non in lingua inglese" dalla rivista *Empire*.



Siamo a Val Melaina, estrema periferia di Roma, dove i nuovi fabbricati ospitano famiglie povere, sulle quali la ferita sociale della guerra si ripercuote in modo più forte. Antonio Ricci, operaio, padre di famiglia, dopo un lungo periodo di disoccupazione, ottiene finalmente un lavoro come attacchino municipale. Il lavoro richiede però l'uso della bicicletta che Antonio ha impegnato al Monte di pietà. Riscattata la bicicletta a prezzo delle lenzuola di casa, dalle quali la moglie Maria si separa sperando nello stipendio futuro del marito, Antonio fa appena in tempo ad attaccare il manifesto cinematografico di Rita Hayworth allorché due balordi gli rubano la bicicletta. Inizia così un mesto

pellegrinaggio per Roma, in compagnia del figlioletto Bruno. Antonio s'imbatte nell'indifferenza generale, dapprima al commissariato dove gli agenti hanno tutt' altri problemi che ritrovare la bicicletta di un poveraccio, poi a Piazza Vittorio e a Porta Portese, mercati della povera gente, dove ognuno fa quel che può per arrangiarsi.

La ricerca prosegue per le vie di una città affollata e noncurante, Antonio insegue in chiesa un povero vecchio nella speranza di avere informazioni sulla sua bicicletta, durante la messa una signora con cappellino bianco e veletta distribuisce con aria di sufficienza dei buoni per mangiare. Il girovagare somnesso diventa disperato; Antonio, davanti allo stadio, decide di rubare una bicicletta, ma viene inseguito e catturato dalla folla. Solo le lacrime di Bruno gli evitano il carcere. Antonio e Bruno si avviano verso la strada della disperazione, la città si fa buia e ostile.



Proverbi e detti popolari del mese

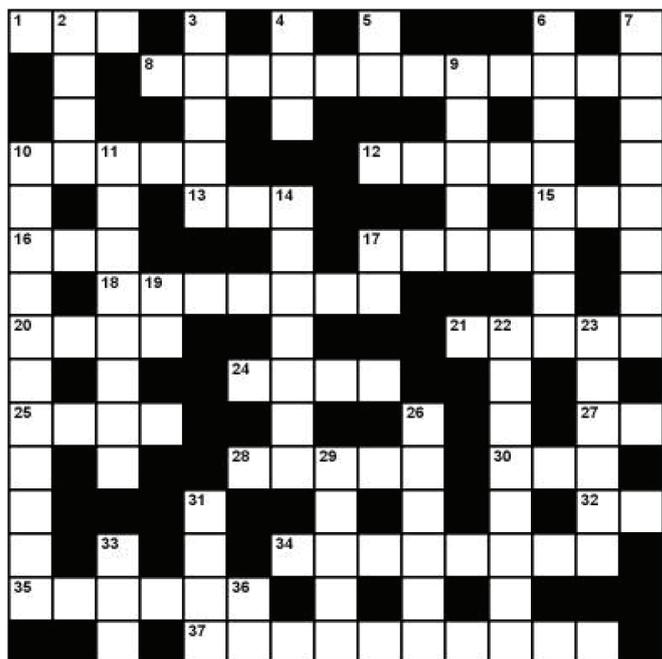
- Se piove a luglio e agosto, piove miele, olio e mosto;
- Quando luglio è molto caldo, bevi molto e tieniti saldo;
- La pioggia di Sant'Anna è una manna;
- A luglio gran calura, a gennaio gran freddura;
- A San Bonaventura (15 luglio) si è finito di mietere in pianura.



Divertiamoci insieme

... le soluzioni nel prossimo numero

Il mare - Cruciverba



ORIZZONTALI

- 1^ persona plurale
- 8 E' causato dagli scarichi urbani, industriali e agricoli e dalle petroliere
- 10 Una delle principali attività svolte sul mare
- 12 E' il luogo dove si caricano e scaricano dalle navi le merci e le persone
- 13 Abbreviazione di interno
- 15 Ghiaccio in inglese
- 16 Olio al plurale
- 17 Non zuccherata
- 18 Sulle cartine è il colore del mare poco profondo
- 20 Il giorno presente
- 21 Sono completamente circondate dal mare
- 24 Lago dell'Italia settentrionale
- 25 Terzetto
- 27 Sigla di Genova
- 28 Dove la terra e il mare si toccano
- 30 Sulle cartine è il colore del mare profondo
- 32 Sigla di Napoli
- 34 Prolungamento della terra nel mare
- 35 Contrario di amato
- 37 Insieme di isole

VERTICALI

- 2 Sono un movimento della superficie del mare causato dal vento
- 3 Verbo andare, modo indicativo, passato remoto, 1^ pers. sing.
- 4 Maschile di lei
- 5 Preposizione semplice
- 6 Sinonimo di stufo
- 7 Fiume d'acqua calda o fredda che scorre nella profondità del mare
- 9 Si alza e si abbassa ogni 6 ore per la forza di attrazione della luna
- 10 Sporgenza rocciosa lungo la costa
- 11 Insieme di materiali portati dalle onde sulla terraferma
- 14 Lungo la costa è diffuso quello balneare
- 17 Sigla di Aosta
- 19 Le prime due lettere dello zio
- 22 Così è la costa bassa
- 23 In Italia c'è quella di Grado e Marano e quella di Venezia
- 26 Impianti per l'estrazione del sale dalle acque del mare
- 29 Messi ad asciugare
- 31 Così è la costa rocciosa
- 33 Il cortile dell'azienda agricola
- 36 Le prime due lettere dell'oro

Indovina indovinello

Ieri lo è stato, domani lo sarà. Cos'è?
 Ce l'hanno tutti, si può vedere, ma nessuno la può toccare. Cos'è?
 Che differenza c'è tra uno specchio e uno stupido?
 Quando nasce ha 4 zampe, quando cresce 2, quando invecchia 3. Chi è?



R.S.A. "ICILIO GIORGIO MANCINI"

Viale Icilio Giorgio Mancini, 12
00020 Altipiani Di Arcinazzo (Roma)
Telefono: 0775 - 59191 / 598096
<http://www.rsamancini.it>