

ANNO 3 - N. 8 Agosto 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

Agosto con noi
Programma degli eventi.Pag. 2

La musica come terapiaPag. 3

La salute vien ... ballando
Il ballo e la terza etàPag. 4

Ferragosto
Nascita, storia e tradizioniPag. 5

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

Dalla credenza della nonna
Il semifreddo agli amaretti..... Pag. 7

L'angolo dello spettacolo
Invito al cinemaPag. 8

Proverbi e detti popolari Pag. 9

Divertiamoci insiemePag. 9

Soluzioni del numero di Giugno

Soluzione



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

Indovina indovinello

Ieri lo è stato, domani lo sarà. Cos'è? **Oggi**
Ce l'hanno tutti, si può vedere, ma
nessuno la può toccare. Cos'è? **L'ombra**
Che differenza c'è tra uno specchio e uno
stupido? **Lo specchio riflette senza parlare,
lo stupido parla senza riflettere**
Quando nasce ha 4 zampe, quando
cresce 2, quando invecchia 3. Chi è?
**L'uomo (da piccolo gattona, crescendo
cammina sulle gambe, invecchiando usa il
bastone**



Convinti che...

...gli anni si contano ma non contano

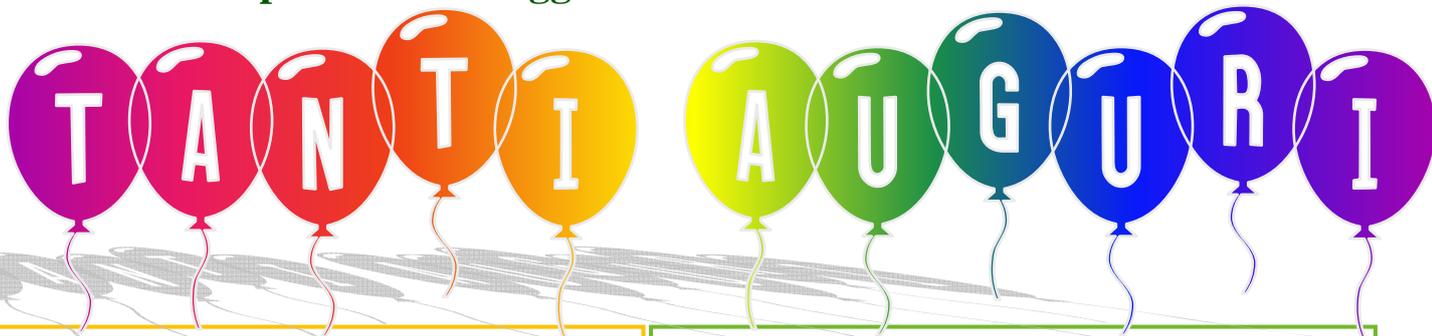
Nel mese di Agosto abbiamo
festeggiato il compleanno di



**Marisa il 1,
Silvia il 3
Rosalba il 4
Colomba il 9,
Emma il 17,
Tommasa il 19,
Silvera il 20, Guerrina il 22,
Angela il 25 e Gabriella il 29**



I compleanni si festeggiano tutti l'ultimo sabato del mese



I giorni che hanno cambiato la storia:

6 agosto 1945: Bombardata Hiroshima
4 agosto 1974: Strage sul treno Italicus
12 agosto 1851: I. Singer brevetta la macchina da cucire
25 agosto 1609: Galileo Galilei realizza il primo telescopio

In questo mese sono nati anche:

Napoleone Bonaparte 15 agosto 1769 *Politico*
Madre Teresa di Calcutta 26 agosto 1910 *Religiosa*
Barack Obama 4 agosto 1961 *44° Presidente USA*
Peppino de Filippo 24 agosto 1903 *Attore, comico*
Alfred Hitchcock 13 agosto 1899 *Regista*

AGOSTO CON NOI



La kermesse estiva promossa dalla RSA Mancini è giunta alla quinta edizione ed è tornata ad animare la nostra struttura con un programma ricco di eventi, iniziative e sorprese. Accanto alle prestazioni di tipo sanitario e riabilitativo hanno trovato spazio anche momenti di divertimento, di animazione, spettacoli folkloristici, concerti e balli miranti alla socializzazione e al mantenimento psicofisico della

persona. Tutte le proposte hanno riscosso grande successo e hanno avuto come filo conduttore la volontà di far sentire protagonisti gli ospiti della struttura, facilitando momenti di incontro tra gli anziani, i familiari e gli amici, i residenti e villeggianti.

Tante le novità tra le attività organizzate per vivere in allegria l'estate 2014: tornei di briscola e di bocce con ricchi premi e diplomi per i vincitori e la classica e amatissima tombola. Grande interesse per lo spettacolo di danza classica "Un carnevale a Venezia" eseguito con grazia ed eleganza dalle allieve della scuola di danza Degas dirette da Francesca Milana.



Balli di gruppo, liscio e ritmi latino-americani del maestro di



ballo Domenico e dei suoi allievi, hanno allietato un caldo pomeriggio nell'accogliente parco.

Come sempre la bella musica è stata la protagonista indiscussa degli eventi dell'agosto 2014 con ben 3 concerti per pianoforte, violoncello e clarinetto, magistralmente eseguiti e scelti nell'ambito del "festival delle città medievali".

Tanto stupore, meraviglia e applausi di approvazione per lo spettacolo degli sbandieratori di Cori che con le loro bandiere hanno colorato il giardino della RSA.

Infine per il quinto anno consecutivo, il giorno di ferragosto abbiamo avuto il piacere di ospitare la banda musicale di Arcinazzo Romano che ci ha deliziato con una fantasia di brani musicali.





La musica come terapia

Gli incontri musicali proposti nel mese di agosto hanno visto protagonisti da un lato i musicisti con le loro perfette esecuzioni e dall'altro non soltanto gli anziani ospiti della RSA, bensì tutto il complesso delle persone che ruotano intorno a loro (parenti ed amici) e che operano nella residenza assistenziale (medici, infermieri, oss e terapisti), favorendo la comunicazione e lo scambio di emozioni, sensazioni, stati d'animo e ricordi per contribuire ad un generale miglioramento del



clima psicologico, emozionale e relazionale. La musica può essere considerata un linguaggio universale, che non ha bisogno di essere tradotto, presente in tutte le culture. La capacità della musica a guarire l'anima è conosciuta in tutte le civiltà e il suo uso terapeutico si perde nella notte dei tempi. Si racconta, infatti, che Davide curasse la depressione di Re Saul con il suono della sua arpa e antichi papiri egizi risalenti al 1500 a.C.,

descrivono appunto l'effetto benefico della musica sul corpo umano. Ancora, in molti popoli primitivi, sciamani e stregoni curavano le malattie con suoni e canti. Viene in mente che la prima melodia ansiolitica sia proprio la ninna nanna cantata ai propri neonati, cullandoli per aiutarli a trovare l'ispirazione del sonno, della tranquillità e, soprattutto di un dialogo intimo e non verbale con la madre, calda e rassicurante.





La salute vien... ballando

A darne dimostrazione sono stati gli allievi di diversa età della scuola di ballo ASD special latin con la direzione del maestro Domenico Crisci che si sono esibiti nella nostra piazza il 9 agosto nel corso della seconda giornata Open Day. L'iniziativa ha visto il coinvolgimento nell'accoglienza e partecipazione degli ospiti, dei famigliari, dei residenti e dei "ballerini" che, mettendosi in gioco, socializzano e fanno attività fisica divertendosi.

Il ballo può essere considerato una attività ideale a

tutte le età, combatte l'invecchiamento precoce, aiuta a coordinare l'azione tra mente e corpo favorendo lo sviluppo mentale, è un esercizio di relax per alleviare le proprie

preoccupazioni, sviluppa la capacità di conversazione con la gente e aiuta ad essere ben accetti in società; fa vincere la timidezza e l'isolamento accentuando la responsabilità di appartenenza ad un gruppo con l'opportunità di dimostrare originalità, abilità e fantasia.

Con l'avanzare dell'età, tra i molti acciacchi, spesso c'è una riduzione della fluidità di movimento e in certi casi una più o meno accentuata difficoltà

proprio a muoversi. Allo stesso tempo, vi è anche una compromissione del senso dell'equilibrio. Ricerche e studi della Sinclair School of Nursing dell'Università del Missouri (USA) hanno dimostrato che la danza favorisce e facilita il movimento aumentando allo stesso tempo l'equilibrio e la sicurezza.

Nel nostro pomeriggio danzante le musiche e i balli hanno trasportato tutti in un viaggio di emozioni e di ricordi.

Guardando i ballerini volteggiare, inspiegabilmente i piedi di tutti hanno incominciato a tenere il ritmo, poi le mani che battevano con foga e poi ancora la testa che si muoveva a tempo... ogni movimento del corpo mostrava la voglia di scatenarsi e ballare!



Ferragosto



Nascita, storia e tradizioni

Ogni anno il 15 agosto si festeggia la festa di Ferragosto, ricorrenza religiosa istituita nel V secolo d.C. per celebrare l'Assunzione della Vergine Maria in cielo. Ma questa tradizione ha una storia ben più lunga alle sue spalle.

Nascita - Per trovare una risposta bisogna tornare indietro di almeno 2000 anni, più o meno al periodo di massimo splendore dell'impero romano. Il termine ferragosto deriva infatti dall'espressione latina "feriae Augusti" (riposo di Augusto) e serviva ad indicare una festività istituita dall'Imperatore nell'8



a.C. per celebrare la fine dei principali lavori agricoli e per riuscire così a garantire un adeguato periodo di riposo in seguito ai grandi sforzi fatti. Gli antichi romani avevano allora l'abitudine di festeggiare con le corse dei cavalli e l'agghindamento degli animali da tiro, tradizione ripresa ancora oggi durante il palio dell'Assunta che si svolge a Siena.



Storia - Una svolta importante nella storia di ferragosto si ebbe durante il ventennio fascista, quando venne introdotta nella tradizione popolare l'istituzionale gita fuori porta. Il regime iniziò ad incentivare con fervore, a partire dalla seconda metà degli anni 20, centinaia di gite popolari organizzate dalle associazioni dopolavoristiche delle varie corporazioni. Vennero così istituiti i "treni popolari di ferragosto" con la possibilità di fare a prezzi modici la gita di un solo giorno o di tre giorni. A godere maggiormente di queste iniziative

furono le classi sociali meno abbienti che si trovarono in pochi anni a vedere per la prima volta il mare, a visitare le principali città italiane fino ad allora viste solo in cartolina e a scoprire le gioie della montagna.

Tradizioni - La tradizione è continuata fino ai giorni nostri e, tra giochi in spiaggia, gavettoni, falò e serate da ballo, il giorno di ferragosto è diventato più che una ricorrenza religiosa una vera e propria festa dell'estate. Momento fondamentale rimane il pranzo di ferragosto e l'immane cocomero fresco. Anche in RSA la giornata è trascorsa all'insegna dell'allegria, della bella musica e del gusto con il coloratissimo menù preparato con cura dallo chef Marco e da tutto il "gruppo cucina".



Lo Scrigno della Memoria

Raccolta di storie di vita



A cura di Pietro



Mi chiamo Pietro Conti e sono nato a Milano l'8 Luglio del 1937. Mio padre era un funzionario dello stato italiano mentre mia madre si occupava della casa a tempo pieno.

Per via dei numerosi trasferimenti lavorativi di mio padre, ho conseguito i vari titoli di studio in diverse città italiane. Ho frequentato la scuola materna e le scuole elementari nella città di Vasto, un comune della provincia di Chieti per poi trasferirmi nel capoluogo di provincia abruzzese e frequentare lì le scuole medie e parte delle scuole superiori; ho conseguito il diploma di liceo classico con voto 60/60 a Trento, dove sono rimasto fino al termine del liceo.

Di nuovo, mio padre venne trasferito, questa volta a Roma, ed è qui che mi sono iscritto all'università La Sapienza, frequentando il corso di studi

di Medicina e Chirurgia e raggiungendo il traguardo più importante della mia vita: il diploma di laurea con il massimo dei voti.

La mia passione per la medicina ha origini nell'infanzia, già allora avevo le idee chiare su cosa volevo fare da grande. Dopo il conseguimento della laurea mi sono specializzato in ginecologia, l'ambito che allora mi permetteva di lavorare maggiormente nel posto dei miei sogni: la sala operatoria.

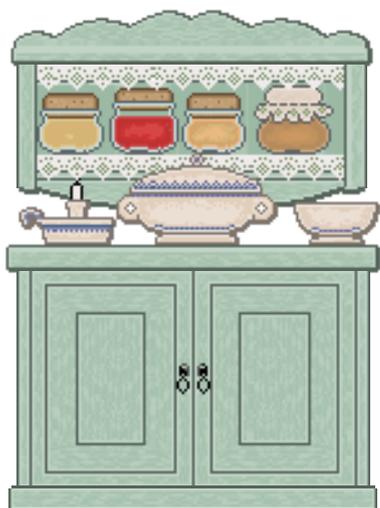
La mia carriera di medico ha avuto inizio all'età di 26 anni, quando ho cominciato a svolgere la mia professione di ginecologo presso

l'ospedale San Giovanni in Roma. Ho avuto l'onore di conoscere e lavorare con il Professor Pietro Valdoni, un chirurgo italiano considerato il caposcuola della chirurgia italiana. Una conoscenza che mi ha arricchito umanamente e che ha dato prestigio alla mia carriera!

Vi racconto ora un po' di me, al di là del lavoro.

Le mie passioni nel tempo libero erano due: leggere e ascoltare musica; ero appassionato di saggi di argomento politico ma ero anche un amante della letteratura tedesca, in particolare di Friedrich Nietzsche. Per quanto riguarda la musica invece, amavo ascoltare la musica classica, il mio autore prediletto, anche lui tedesco, era Bach. Per mia scelta non mi sono sposato; avendo un legame molto forte con i miei genitori, in particolar modo con mia madre.





DALLA CREDENZA DELLA NONNA

*La ricetta del mese
consigliata da Anna*

Il semifreddo agli amaretti

Ingredienti

*4 uova
3 cucchiaini di zucchero
1 scatola di amaretti
500 ml di panna vegetale*

Procedimento:



Sbriciolare gli amaretti e montare a neve gli albumi. Sbattere i tuorli con lo zucchero fino a che diventano bianchi, quindi montare la panna. Unire tutti i composti mescolando delicatamente, versare l'impasto in un contenitore rettangolare e porlo in frigorifero per almeno 3 ore prima di servirlo

L'angolo dello spettacolo

L'angolo dello spettacolo



Cinema



Teatro



Televisione

Invito al cinema

La Tosca

film del 1973 prodotto da Ugo Tucci. **Regia** Luigi Magni. **Soggetto** Victorien Sardou, **Sceneggiatura** Luigi Magni, **Fotografia** Franco Di Giacomo, **Musica** Armando Trovajoli.



Mario Cavaradossi è un pittore. Ma sopra ogni altra cosa, un uomo d'onore. Nel clima di violenza e di terrore che si respira a Roma, nasconde un patriota braccato dai gendarmi. E per questo viene rinchiuso in carcere.

La bella Floria Tosca è disposta a fare qualsiasi cosa per salvarlo. Lo ama e la vita non conta, senza di lui... Arriva a concedere le proprie virtù al truce capo della polizia pontificia, il barone Scarpia. Estremo gesto d'amore e disperazione, per salvare il suo Mario. Ma quell'uomo freddo, senza cuore né etica, resta impassibile di fronte a tale strazio.

La sorte per i due amanti si dimostra tutt'altro che benevola...

La celeberrima commedia di

Victorien Sardou viene riletta in chiave ironica e musical-romanesca. Il film passa dagli iniziali toni morbidi della commedia di costume, per accendere il dramma nel finale. La disperata e intensa Monica Vitti, al suo ventinovesimo ciak, è da non perdere. Così come il crudele e impassibile Vittorio Gassman, alla settantacinquesima interpretazione. Il suo esordio risale al 1946 in *Preludio d'amore*.

Tra gli altri protagonisti Umberto Orsini. L'attore novarese, alla sua ventinovesima pellicola, debutta nel 1957 in *Marisa la civetta*.



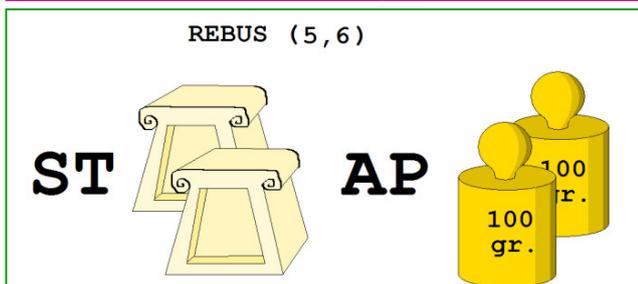
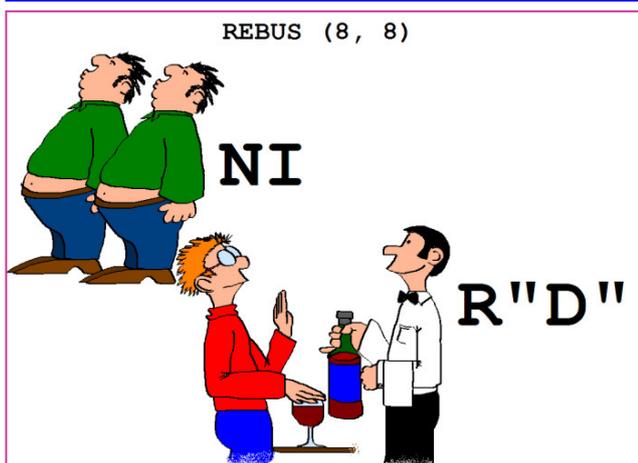
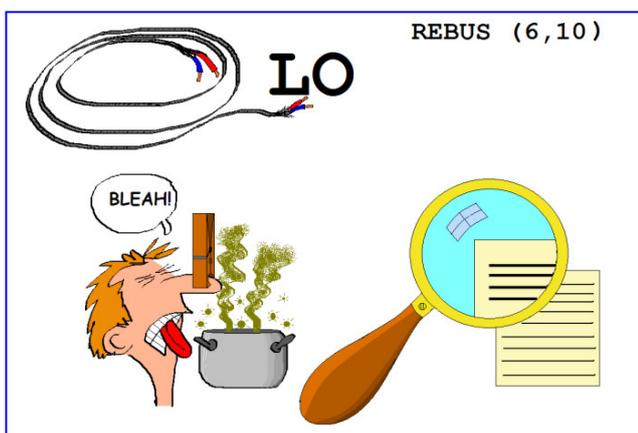
Proverbi e detti popolari del mese

- Se non brucia in luglio e agosto agrettino sarà il mosto;
- Agosto moglie mia non ti conosco;
- Fango di maggio, spighe d'agosto;
- La prima acqua d'agosto, il caldo s'è riposto;
- Chi vuol avere del mosto zappi ad agosto.



Divertiamoci insieme

... le soluzioni nel prossimo numero



Qual è il colmo

Il colmo per una donna grassa?

Fare una magra figura

Il colmo per un professore di

matematica? Abitare in una frazione di Potenza, nutrirsi di radici e morire di calcoli

Il colmo per un gatto? Finire in gattabuia

Il colmo per una lumaca? Correre all'impazzata

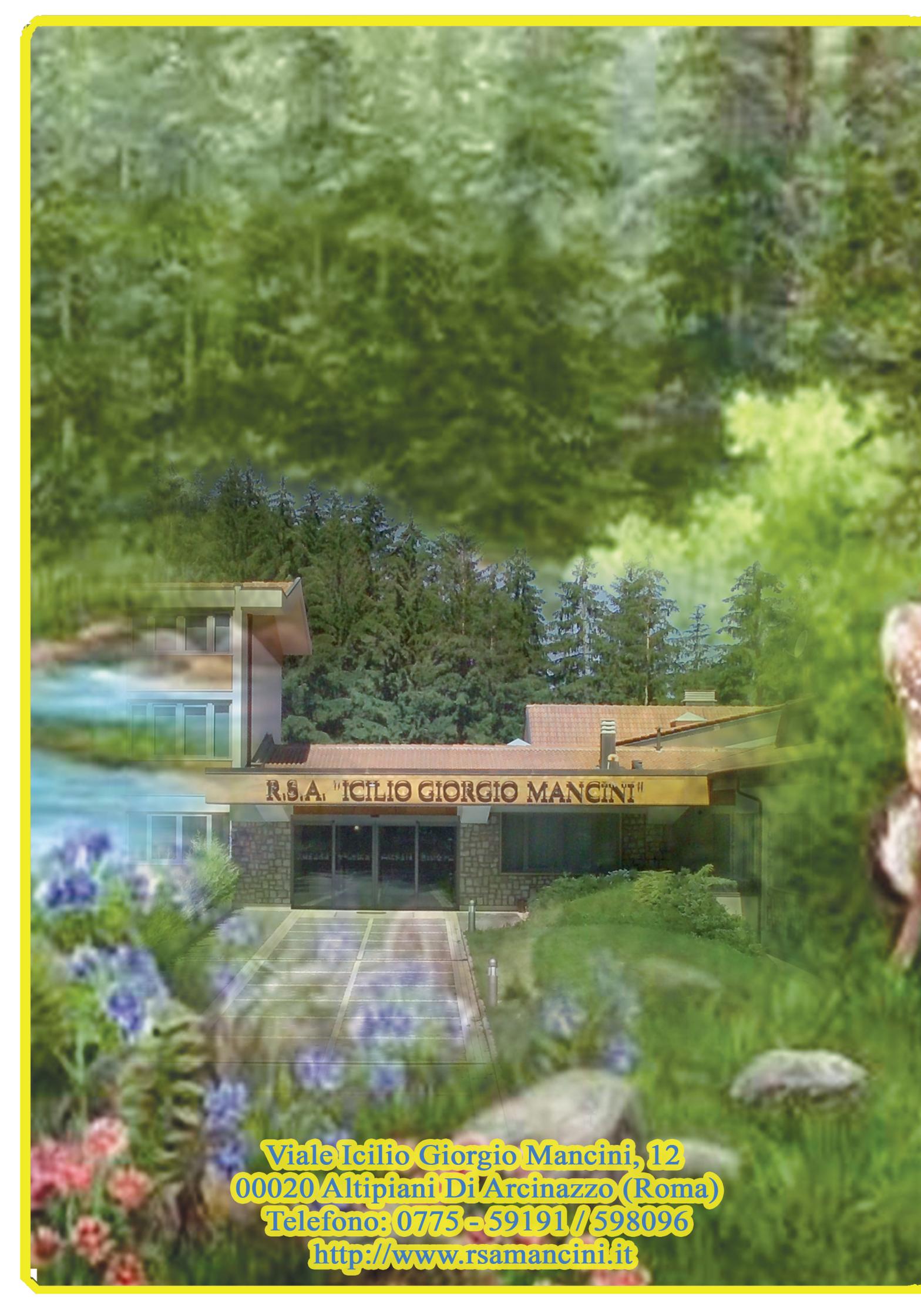
Il colmo per un dentista? Portare a spasso un canino

Una risata è la cura migliore

Un tipo racconta ad un amico:

“Avevo un cane ferocissimo, così l'ho mandato in un istituto di rieducazione” - “E gli è servito?” -

“Sì, adesso prima di mordere qualcuno si mette il tovagliolo!”



R.S.A. "ICILIO GIORGIO MANCINI"

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