

ANNO 2 - N. 11 Dicembre 2013

Il Gazzettino dei Nonni



Rivista mensile

A cura degli ospiti
e del servizio di
terapia occupazionale



RSA "ICILIO GIORGIO"
MANCINI

In questo numero:

L'editoriale:
il senso del NatalePag. 1

Gli anni si contano ma non contano
Il compleanno dei nonni.....Pag. 2

Pregiera di una vitaPag. 3

Caro Babbo NatalePag. 4

Anziani? Sì graziePag. 5

Lo scrigno della memoria
Ricordi di Natale Pag. 6

Ricetta per una buona giornata
Da preparare ogni mattina Pag. 7

L'angolo dello spettacolo
Invito al cinema Pag. 8

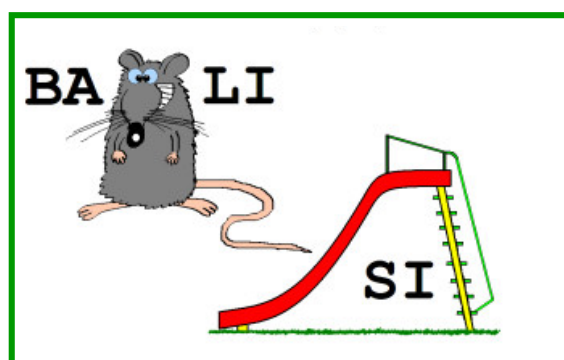
Proverbi e detti popolari Pag. 9

Divertiamoci insieme Pag. 9

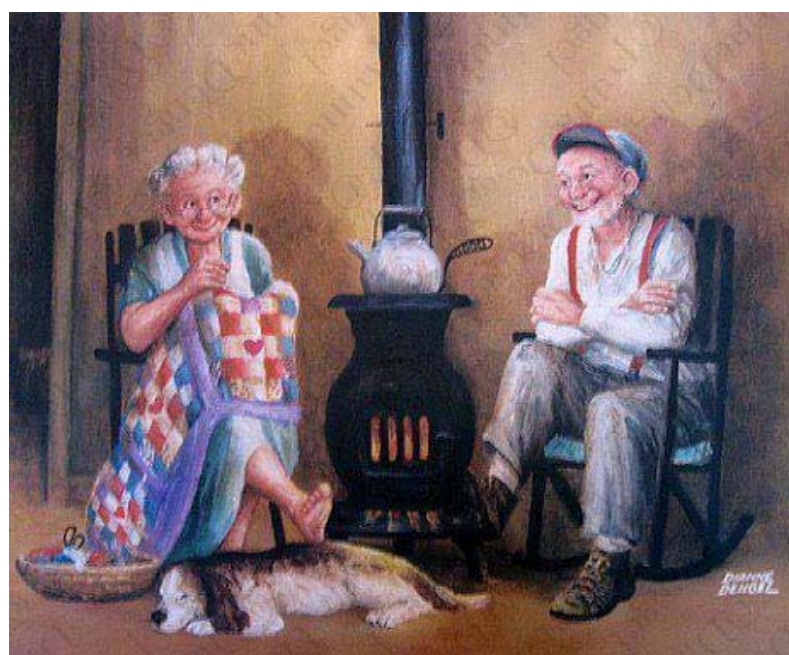
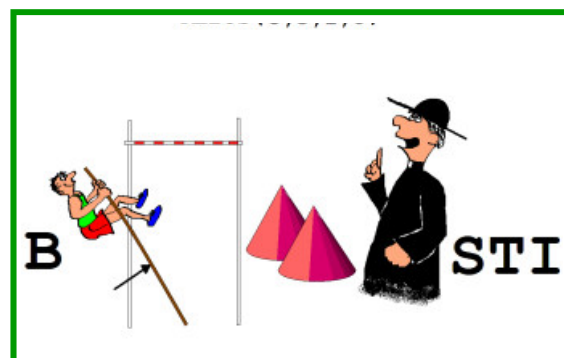
La rivista, stampata in proprio, è a cura e ad uso degli ospiti
della RSA Mancini

Soluzioni del numero di Novembre

Rebus



9, 9 Barattoli scivolosi



5, 3, 1, 8 Basta con i pretesti

Il senso del Natale

Siamo ormai nel clima natalizio e, intorno, tutto ci racconta della magia di questa festa. Ma come si fa a pensare al Natale senza riflettere su quello che sono, nella vita di ognuno di noi gli altri 364 giorni? Giorni normali, in cui ripetiamo gli stessi gesti, pronunciamo le stesse parole, realizziamo gli stessi pensieri, guardiamo la stessa gente, ci preoccupiamo per gli stessi problemi. Una vita sempre uguale a se stessa,



che difendiamo con l'egoismo che caratterizza il genere umano, a volte monotona, forse noiosa, quasi immobile ma che ci dà sicurezza. *Poi però succede qualcosa di inaspettato, di non voluto, di temuto, di non pensato.* Una malattia, un problema in famiglia, una preoccupazione economica grave, un incidente, la perdita di una persona cara... di colpo veniamo catapultati sulla ruvida terra e guardiamo il mondo circostante da questa prospettiva, da quella di chi si trova in difficoltà, con la paura che ci oscura la ragione e non ci fa vedere via di scampo. Allora pensiamo ai giorni trascorsi: quanto erano belle le piccole cose? Le piccole gioie quotidiane che ci hanno riempito la vita di tanti attimi di serenità. Semplici gesti, giuste parole, dolci carezze, sani pensieri, sincere compagnie. Pensiamo di averle perse per sempre e finalmente le apprezziamo! Nelle avversità si percepisce il valore giusto della vita. Se siamo capaci di superare questi periodi di difficoltà, spesso con l'aiuto di qualcuno che ci sostiene, ma soprattutto grazie alla forza che è dentro ognuno di noi, ecco che avviene una rinascita, un nuovo aprirsi al mondo e alle persone. Diveniamo più forti perchè temprati dalla sofferenza che ci ha collocati nella giusta dimensione. Rinasciamo a vita nuova, autentica, essenziale. Ugualmente semplice ed essenziale dovrebbe essere la celebrazione del Natale che rievoca, dopo oltre 2000 anni, la nascita, in una povera grotta di



Gesù Cristo nato bambino. Come tutte le nascite viene preparata con doni, feste, allegria, ma, se osserviamo il presepe di Betlemme vediamo che non ci sono né palline e né luci colorate, non ci sono regali costosi, né pranzi luculliani. Se guardiamo bene i volti della Sacra Famiglia riconosciamo i nostri cari riuniti e i nostri amici che vengono a trovarci per scambiarsi gli auguri e gioire nello stare insieme. Fermiamoci qui; tutto il resto lo abbiamo inventato noi. Buoni 365 giorni a tutti.

Convinti che...

...gli anni si contano ma non contano

Nel mese di Dicembre
festeggiamo il compleanno di



**Anatolia Maria
e Tommaso l'1,
Lidia il 3,
Rosita il 7,**



Gioacchino il 5, Laura il 26

I compleanni si festeggiano tutti l'ultimo sabato del mese



I giorni che hanno cambiato la storia:

17 dicembre 1903: Primo volo in aeroplano
16 dicembre 1631: Eruzione del Vesuvio che distrugge sei paesi
12 dicembre 1969: Strage di Piazza Fontana a Milano
15 dicembre 1964: Primo satellite italiano

In questo mese sono nati anche:

Nerone 15 dicembre 37 Imperatore romano
Ludwig Van Beethoven 16 dicembre 1770 Compositore
Dino Risi 23 dicembre 1916 Regista
Frank Sinatra 12 dicembre 1915 Attore e cantante
Jorge Mario Bergoglio 17 dicembre 1936
Papa Francesco I

Preghiera di una Vita

*Questa è la preghiera che abbiamo recitato con gli ospiti e racconta una vita fatta di ricordi.
Ve la offriamo per condividere le emozioni che ha suscitato in noi*

*Signore,
ora che gli acciacchi si fanno sentire,
insegnami ad invecchiare serenamente,
ad accettare le mie limitazioni e i contrasti
senza amareggiarmi.
Aiutami a trovare conforto nei miei ricordi
perchè essi sono il dono di tutti i miei
giorni passati.
Aiutami a ricordare le preghiere di quando ero
bambino,
i giochi di tanto tempo fa,
le tradizioni della mia famiglia e dei miei
paesi.
Aiutami a ricordare la casa dove sono vissuto,
gli amici della gioventù,
gli insegnamenti che mi hanno istruito.*



*Aiutami a ricordare le mie prime avventure,
la gioia del primo ballo,
i momenti di confusione e sofferenza,
le campane del matrimonio.
Aiutami a ricordare il mistero di una nuova vita,
le perplessità per i figli,
le ansie nei vari momenti di incertezza,
i momenti di gioia, il dolore di una morte.
Aiutami a ricordare le voci,
gli addii della vita,
le mie lacrime e i miei sorrisi.
Signore,
fa' io ricordi l'amore che ha sostenuto la mia vita,
fa' che doni ancora amore.*



Caro Babbo Natale



È così che ogni volta si inizia a scrivere la lettera del periodo magico del Natale, quando l'atmosfera è un misto tra realtà e fantasia.

Tanti anni fa, da piccoli, chiedevamo quel poco, (non abbastanza per chi vive in questo tempo) ma tanto per noi, per la gioia che si aveva nel trovare sotto il povero albero di Natale giocattolini, matite colorate, un paio di scarpe o un semplice dolcetto.

Caro Babbo Natale, da bambini ci hai

accompagnati in sogni fantastici attraverso i nostri nonni e i genitori che ci raccontavano le tue storie, ed eravamo ansiosi di poterti vedere sulla tua bella slitta. Da adulti sono cambiate le nostre abitudini ma abbiamo fatto sì che i nostri figli e poi i nostri nipoti ti aspettassero con entusiasmo e con gioia e credessero in questa simpatica figura vestita di rosso e con la barba bianca.

Ora, da anziani, cosa chiedere per noi? Che tristezza nel vedere ancora tanta miseria in questo mondo detto del benessere: eppure siamo nel 2013. Quanti ancora muoiono di fame! Quanta miseria nei nostri animi colmi di solitudine, d'orgoglio, d'angoscia... e i nostri figli? Quanta fretta di vivere alla giornata... quanto subbuglio!

Babbo Natale, ti chiediamo una stella, la Stella di Natale, perché la sua luce illumini le menti e i cuori di chi deve guidare le nazioni; per chi ha bisogno di amore, di comprensione, d'ascolto. Una stella che illumini tutti affinché non si distrugga questo mondo ancora tanto meraviglioso. Per noi, ti chiediamo di poter continuare a vivere sempre d'amore e di pace e te lo chiediamo ancora di più per tutte le nostre famiglie.





Anziani? Sì grazie

Una risorsa per la società'

La parola “anziano” non ha una connotazione negativa, indica semplicemente una persona “nata prima”. Eppure, nel sentimento comune, diventare anziano significa, il più delle volte, andare incontro ad una fase della vita caratterizzata dall’insorgere di eventi negativi: manifestazione di una malattia, perdita dell’autonomia, solitudine e discriminazione da parte di una



società fortemente investita da processi di individualizzazione improntati alla realizzazione del sé, piuttosto che dall’impegno nei confronti della classe apparentemente più fragile.

In realtà dei circa 10 milioni di italiani oltre i 65 anni, coloro che hanno bisogno di aiuto sono meno di 2 milioni, mentre più di un terzo degli ultra ottantenni ha gravi difficoltà a livello individuale e sociale.

Dall’analisi dei dati emerge che, per salvaguardare il benessere di quest’ultima categoria svantaggiata occorrono riflessioni consapevoli in merito a due esigenze distinte: si auspica che gli organismi competenti in materia previdenziale approfondiscano sia misure assistenziali al fine di garantire una vita dignitosa agli anziani in difficoltà, sia interventi verso gli anziani attivi per favorire l’espressione delle loro potenzialità a vantaggio della comunità intera.

L’anziano è prima di tutto una persona e come tale ha diritti inalienabili: all’assistenza fisica



intesa come mantenimento della salute mediante le misure più appropriate; all’assistenza sociale come possibilità di vivere conservando la propria personalità e frequentando i propri simili; all’assistenza culturale, intesa come possibilità di accedere ai mezzi di informazione e di trasmettere alle generazioni future la propria esperienza e saggezza.

Questi concetti sono tratti dalla Carta dei Diritti dell’Anziano che deve essere un punto di riferimento costante per chiunque si relazioni con questo mondo.

Lo Scrigno della Memoria

Ricordi di Natale



Il Natale è la festa più bella e sentita dell'anno, ma la vita caotica e lo stress di oggi ci impediscono di vivere al meglio la magica atmosfera di questa festività. Molte cose sono cambiate rispetto ai tempi dei nostri nonni. Una volta il Natale si festeggiava in modo semplice; le donne, la vigilia, preparavano il pranzo di Natale con prodotti della terra, mentre gli uomini accatastavano la legna per il fuoco, il ceppo più grande veniva messo a bruciare nel camino e doveva durare per tutto il giorno.

Era una festa di famiglia nella quale si riunivano nonni, genitori, bambini e parenti. Sempre alla Vigilia tutti attendevano l'ora per assistere, nella chiesa vicina, alla Santa Messa di mezzanotte. Il giorno di Natale invece si alzavano molto presto, si scambiavano gli auguri e i bambini correvano a vedere se c'era qualche regalo. Certo erano altri tempi, il Natale era più povero, ma nonostante questo i bimbi si accontentavano anche di un semplice dono.

Il pranzo di Natale era un momento che i nostri nonni attendevano con trepidazione perchè potevano mangiare qualche specialità che non avevano durante l'anno. Lasciamo ora spazio ai nostri ospiti e ai loro racconti:

Guerrina: Ho trascorso molti miei Natali presso le Suore dell'Immacolata a Palestrina dove lavoravo ed accudivo cento bambini trovatelli; durante le feste venivano i parenti dei piccoli che erano molto felici.

Anna: nei giorni precedenti il Natale io e i miei fratelli tagliavamo le bucce degli agrumi per farne i canditi che poi la nostra mamma metteva nelle frittelle: che bontà!

Cesare: Ricordo il Natale come una festa magnifica in cui ci riunivamo tutta la famiglia intorno all'albero decorato.

Luigia: I miei ricordi di Natale sono legati alla figura di mia nonna che è stata per me una mamma; lei preparava tante pietanze squisite e la notte della Vigilia mi portava a Messa.





*Da preparare
ogni mattina*

*Prendere due dita di pazienza,
una tazza di bontà,
quattro cucchiaini di buona volontà
un pizzico di speranza
e una dose di buona fede.*

*Aggiungere due manciate di tolleranza,
un po' di prudenza,
qualche filo di simpatia
una manciata di quella piccola
pianta rara che si chiama umiltà
e una grande quantità di buon umore.
Condite il tutto con molto buon senso.
Lasciate cuocere a fuoco lento.
E avrete una buona giornata!*

L'angolo dello spettacolo

L'angolo dello spettacolo



Cinema



Teatro



Televisione

Invito al cinema

A Christmas Carol

Film fantastico del 2009 diretto da Robert Zemeckis, adattamento del racconto Canto di Natale di Charles Dickens.



È la vigilia di Natale in una Londra di metà '800, il vecchio Ebenezer Scrooge, avaro e scorbutico proprietario di un negozio di cambio che mal sopporta il clima di festa e allegria che coinvolge la città, respinge a malo modo l'invito a cena da parte di suo nipote Fred, ed è restio a concedere al suo mal pagato collaboratore Bob Cratchit l'intera giornata di ferie in vista della festività del 25 dicembre.

Giunto l'orario di chiusura del negozio, dopo aver cacciato due uomini intenti a raccogliere donazioni per i poveri,

Scrooge si reca solitario alla sua dimora, mentre consuma un frugale pasto prima di andare a dormire, riceve la visita di uno spirito, lo spirito di Jacob Marley, suo vecchio socio al negozio di cambio, morto esattamente sette anni prima, proprio la notte della vigilia di Natale.

Lo spirito di Marley appare a Scrooge contorniato da pesanti catene, forgiate in vita, come dice Marley stesso, conseguenza della sua avarizia e del suo egoismo; Scrooge spaventato, chiede al vecchio socio come poter evitare che gli accada la stessa sorte, così Marley rivela a Scrooge di essere ancora in tempo per mutare il suo destino e, prima di congedarsi, gli annuncia la prossima visita di altri tre spiriti, quello del Natale passato, del Natale presente e del Natale avvenire.

I tre spettri con flashback, realtà e premonizioni, riusciranno a mutare l'indole meschina di Scrooge, facendolo risvegliare la mattina di Natale con la consapevolezza che la ricerca del denaro e l'attaccamento alle sole cose materiali sono idoli sbagliati, mentre la carità e la fratellanza si faranno largo nel cuore del vecchio usuraio.



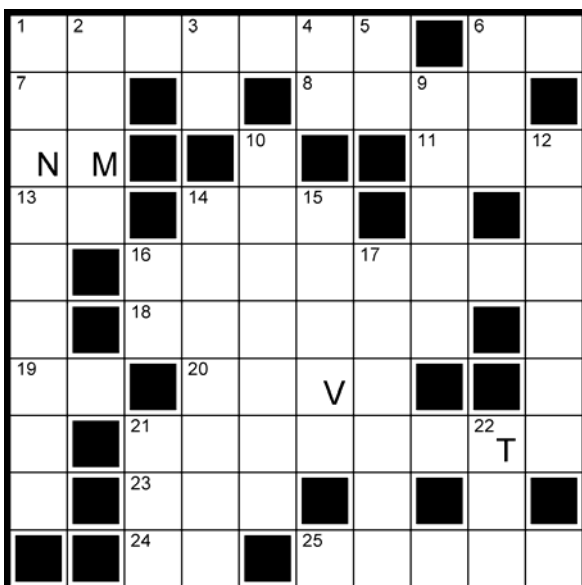
Proverbi e detti popolari del mese

- Dicembre imbacuccato raccolto assicurato;
- Per Santa Lucia la neve è per la via;
- L'anno vecchio se ne va e mai più ritornerà;
- Natale con i tuoi, Pasqua con chi vuoi;
- Natale viene una volta l'anno.



Divertiamoci insieme

... le soluzioni nel prossimo numero



ORIZZONTALI

1. Si fa mettendoci le statuine – 6. Le trovi nell'albero e nel cibo –
7. Gli auguri... all'inizio e alla fine – 8. C'è nel vischio e nella ghirlanda –
11. Un mezzo imbuto – 13. Due vocali nei regali – 14. A... ovest del polare –
16. In genere con quella si trascorre il Natale – 18. Quello di Natale si addobba – 19. Le... trovi due volte nel pandoro – 20. Amore in inglese –
21. Un libro ben cucito – 23. Dopo la mezzanotte –
24. In... mezzo all'albero – 25. Trainano la slitta.

VERTICALI

1. Un tipico dolce natalizie – 2. Natale la fa con puntale –
3. L'inizio... e la fine della slitta – 4. Un... po' di pandoro – 5. La seconda e la terza della decorazione – 6. Il rumore di qualcosa di pesante che cade a terra – 9. Li sfreccia la cometa – 10. Ci giochi a Natale usando le lenticchie – 12. Nessuna definizione – 14. Si mettono sull'albero di Natale –
15. Nella canzone Bianco Natale è tra *Quel e tuo candore* –
16. La nota musicale dopo il MI – 17. L'insieme delle pecorelle –
21. Il cherubino in mezzo – 22. La prima parte del tintinnio.

Qual è il colmo

- Qual è il colmo per Babbo Natale?
Essere preso con le mani nel sacco
- Qual è il colmo per la Befana?
Non saper giocare a scopa
- Qual è il colmo per l'albero di Natale?
Essere conciato per le feste

Indovina indovinello

- Arrivano di notte senza essere chiamate, spariscono di giorno senza essere mandate...
- Sono bella e immacolata come il velo di una fata, scendo bianca, lieve e molle sulle vette e sulle zolle, scendo lenta giù dal cielo: tutto avvolgo nel mio velo...

Una risata è la cura migliore

Un bambino chiede a Babbo Natale: "Perchè dopo tanti anni passi ancora per il camino?" E Babbo Natale: "Perchè nessuno mi lascia la chiave sotto lo zerbino!"



R.S.A. "ICILIO GIORGIO MANCINI"

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