

ANNO 4 - N. 10 Ottobre 2014

# Il Gazzettino dei Nanni



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 nonni .....Pag. 1*

**La settimana dell'anziano**  
*Prima edizione .....Pag. 2*

**La giornata dell'amicizia .....Pag. 3**

**La festa dei nonni .....Pag. 4**

**Con le mani e con il cuore**  
*Laboratorio di ceramica .....Pag. 5*

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

**Dalla credenza della nonna**  
*Rotolo alla marmellata di pesche Pag. 7*

**L'angolo dello spettacolo**  
*Invito al cinema ..... Pag. 8*

**Proverbi e detti popolari ..... Pag. 9**

**Divertiamoci insieme ..... Pag. 9**

## Soluzioni del numero di Settembre



### Indovina indovinello

- Più è grande e meno lo vedi. Cos'è? **Il buio**
- Li puoi fare belli e brutti, li puoi raccontare, ma nessuno li può vedere. Cosa sono? **I sogni**
- Pur essendo buona, viene sempre scartata. Cos'è?  
**La caramella**
- Grazie al cielo, ha lavoro. Chi è? **L'astronomo**

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

Convinti che...

# ...gli anni si contano ma non contano

Nel mese di Ottobre abbiamo  
festeggiato il compleanno di



Adele il 2,  
Francesca il 4,  
Giuseppe  
e Maria il 5,  
Fraolina il 6,  
Adriana il 10,  
Maria Teresa il 16 e Ida il 24



I compleanni si festeggiano tutti l'ultimo sabato del mese



### I giorni che hanno cambiato la storia:

12 ottobre 1492: Cristoforo Colombo scopre l'America  
26 ottobre 1863: Fondata a Ginevra la Croce Rossa  
24 ottobre 1836: Brevettato il fiammifero  
5 ottobre 1852: In Italia viene introdotto il calendario Gregoriano

### In questo mese sono nati anche:

Giuseppe Verdi 10 ottobre 1813 *Compositore*  
Carlo A. Salustri (Trilussa) 26 ottobre 1871 *Poeta*  
Eleonora Duse 3 ottobre 1858 *Attrice*  
Albino Luciani 17 ottobre 1912 *Papa Giovanni Paolo I*  
Pablo Picasso 25 ottobre 1881 *Pittore*

# Settimana dell'Anziano



## PROGRAMMA

### Sabato 27 settembre

Ore 11,00  
Presentazione del programma della settimana e del tavolo permanente per la terza età

### Domenica 28 settembre

Ore 16,00  
Santa Messa dell'Anziano

### Lunedì 29 settembre

Ore 10,00  
Laboratorio di pasticceria: "I dolci di una volta"

Ore 15,30  
Proiezione del film: "Il pranzo di ferragosto"

### Martedì 30 settembre

Ore 10,00/17,00  
Giornata della salute: check-up agli anziani del territorio

### Mercoledì 1 ottobre

Ore 10,00  
Giochi di società a premi

Ore 15,30  
Ginnastica dolce

### Giovedì 2 ottobre

Ore 10,30  
La festa dei nonni

Ore 15,30  
Gruppo folkloristico di Fumone

### Venerdì 3 ottobre

Ore 10,00  
Giornata dell'arrivederci "Cantiamoci su": Karaoke con premiazione del vincitore  
Conclusione della settimana

La RSA Mancini ha organizzato la prima edizione della settimana dell'anziano dal 27 settembre al 4 ottobre nel corso della quale sono stati promossi una serie di eventi allo scopo di porre l'attenzione sull'esigenza di rivalutare la figura dell'anziano come soggetto globale e non più come paziente o come figura residua della società.

L'allungamento dell'attesa di vita di ognuno è anche un successo delle cure dell'uomo e la conseguente longevità rappresenta un beneficio se può essere vissuta senza isolamento

e sofferenza. Per questo sono ancora necessari oltre ai progressi medici e chirurgici anche quei progressi culturali e sociali che possono dare il giusto valore a una nuova dignità della persona anziana.

Nel corso della settimana è stato programmato un ampio e diversificato ventaglio di iniziative con momenti di intrattenimento, di informazione e di cultura in un clima di condivisione, di solidarietà e scambio intergenerazionale.

La realizzazione del progetto ha visto la collaborazione tra gli assessorati ai servizi sociali dei comuni di Arcinazzo Romano, Piglio, Trevi ed Affile, la Croce Rossa Italiana Piglio, gli alunni della scuola elementare degli Altipiani di Arcinazzo e l'equipe medico-psico-socio-pedagogica della RSA Mancini. L'ottica progettuale è di istituire un tavolo permanente per il coordinamento delle azioni realizzate nel territorio a sostegno dell'anziano per favorire la collaborazione e l'apertura ad un percorso orientato alla cultura dell'invecchiamento.





# Giornata dell'amicizia



Non solo amicizia ma anche solidarietà nella giornata che ha visto la presenza nella RSA del gruppo di bambini bielorussi che ogni anno trascorre un soggiorno in Italia grazie al sostegno dell'Associazione "Nelle nostre mani un sorriso" onlus. Il merito va all'impegno di Padre Mario Fucà e alla disponibilità di tante persone che si prestano per garantire la buona riuscita del progetto di accoglienza che consente a bambini meno fortunati dei nostri di godere di un periodo di permanenza in un ambiente non contaminato.

L'incidente nucleare di Chernobyl nel 1986 ha causato in

alcune zone della Bielorussia un livello di radioattività che perdura ancora (e durerà ancora per centinaia di anni), ed è causa dell'insorgere di malattie tumorali soprattutto in età infantile. I dati scientifici a disposizione dimostrano che dopo un soggiorno di almeno 30 giorni in Italia i bambini perdono dal 30% al 50% del cesio 137 assorbito (il radionuclide più presente negli individui contaminati) riducendo così la possibilità di ammalarsi di tumori, leucemie ed altre patologie collegabili alle conseguenze della radioattività.

Dal 1998 l'Associazione di volontariato di Fiuggi, avendo saputo che c'erano in Bielorussia bambini che avevano bisogno di trascorrere qualche mese l'anno fuori dal loro paese, ha intrapreso il progetto che ha l'obiettivo di accogliere e sostenere quindici bambini nel recupero della loro salute e della loro crescita.

Padre Mario ci ha raccontato le sue esperienze e le tante difficoltà che ogni giorno deve affrontare ma che comunque il soggiorno di questi bambini nel nostro territorio porta in dono a tutti noi il rinnovarsi dello spirito di corresponsabilità, di collaborazione, attraverso un vero e proprio scambio fonte di



arricchimento reciproco e di maturazione umana. Gli anziani sono stati felici di incontrare questa "grande famiglia", condividendo momenti di gioco e spensieratezza; i bambini, dopo il pranzo si sono cimentati in un torneo di birilli, scatenandosi poi con il gioco del ruba bandiera. Nel pomeriggio ci hanno raggiunto anche gli alunni della scuola elementare degli Altipiani di Arcinazzo e tutti insieme abbiamo giocato a tombola con ricchi premi per i nostri piccoli ospiti. Tanti sorrisi di approvazione, grandi abbracci, ringraziamenti a non finire e un arrivederci all'anno prossimo!



Gli ospiti della RSA sono stati coinvolti nella sperimentazione di una attività manuale nuova: la modellazione della ceramica e delle creta attraverso uno specifico laboratorio di manipolazione. Lo scopo del progetto “*Con le mani e con il cuore*”, è quello di far “creare qualcosa”, rafforzando così l’autostima dell’anziano e al contempo migliorare la sua comunicazione e di conseguenza la sua capacità di integrazione.



L’iniziativa promossa grazie al contributo professionale e umano dell’esperto in arti espressive sig. Ernesto Gentilini, ha anche la finalità di incrementare la rete sociale in cui è inserita la RSA, affiancando alla cura fisica della persona una sua soddisfazione e gratificazione umana.



Nel laboratorio le persone anziane hanno la possibilità di sperimentare il gusto di modellare l’argilla, esprimere la loro personalità, stimolare la creatività, la fantasia e le capacità manuali. Visto che ci troviamo nel periodo che precede il Natale vengono realizzati piccole decorazioni, porta candele e statuine per il presepe che sarà costruito interamente dagli ospiti. Poter creare oggetti con le proprie mani significa per gli ospiti poter elaborare il proprio vissuto, l’infanzia, le esperienze di vita e dare loro nuova forma nell’argilla.

Si tratta dunque di una arte-terapia che stimola la capacità intellettuale e sociale, aiuta a stare bene con sé stessi e con gli altri offrendo la possibilità di sentirsi ancora utili e capaci. Grazie all’attività di manipolazione della creta la parte ludica della materia diventa segno di un ricordo e, essendo un elemento che appartiene alla terra, riporta alle origini. All’inizio alcuni ospiti si rifiutavano di modellare perché si sentivano messi alla prova, poi hanno cominciato ad impastare ed il ricordo è andato ai tempi in cui maneggiavano la pasta per il pane. Attraverso il laboratorio di ceramica gli ospiti lasciano un’impronta, si esprimono, si relazionano e soprattutto sperimentano che le mani funzionano ancora... stimolandole!



# La festa dei Nonni



In occasione della festa dei nonni che ricorre il 2 ottobre la RSA ha organizzato una manifestazione che ha visto coinvolti gli ospiti della struttura, gli alunni della scuola elementare degli Altipiani di Arcinazzo e un gruppo di anziani dei comuni di Piglio, Trevi, Arcinazzo Romano, Affile e Fumone.

La festa dei nonni è ormai diventata un appuntamento fisso nel calendario delle nostre attività, ma quest'anno ha avuto una rilevanza maggiore perchè è stata inserita nell'ambito delle iniziative della



“Settimana dell’anziano”, promossa allo scopo di rivalutare il ruolo fondamentale degli anziani nella nostra società dove rappresentano un importante punto di riferimento, una risorsa di grande valore, un patrimonio di esperienza e saggezza cui attingere.

La ricorrenza, istituita in Italia nel 2005, cade nel giorno in cui la Chiesa celebra gli Angeli ed è concepita proprio come momento di incontro e riconoscenza nei confronti dei nonni-angeli custodi dell’infanzia.



Gli ospiti della RSA hanno accolto gli alunni della scuola elementare accompagnati dalla maestra Anna Maria con grande gioia, affetto e commozione; tale incontro ha permesso ai bambini di allacciare relazioni significative con anziani al di fuori della famiglia e di sperimentare l’esperienza diretta della vecchiaia e della diversità.

La mattinata è trascorsa all’insegna dell’allegria con la partecipazione dei

bambini ai “giochi di una volta” tra i quali “la campana” che ha riportato alla memoria dei nonni scene di vita spensierate della loro infanzia.

Nel pomeriggio abbiamo ricevuto la visita del gruppo folkloristico del centro anziani di Fumone che nei loro caratteristici e colorati costumi ciocciari ci hanno deliziato con musiche, stornelli e saltarelli, regalandoci momenti di gioia di vivere indimenticabili.



# Lo Scricigno della Memoria

Raccolta di storie di vita



A cura di Giovanni



## IN GITA CON LA BANDA!

Mi chiamo Giovanni e voglio raccontarvi della mia esperienza nella banda musicale della città di Fiuggi in particolare, di una gita che abbiamo fatto nella città di Helmstedt in Germania. Helmstedt è una cittadina della bassa Sassonia, in Germania appunto, gemellata con la città di Fiuggi, motivo per il quale è stata scelta come meta del nostro viaggio.

Allora, ma credo ancora oggi, la banda di Fiuggi era composta da circa 40 elementi e io ero nella sezione delle percussioni, suonavo i piatti: uno strumento di grande importanza che, insieme alla cassa, definiva il tempo per tutti i bandisti insomma, un nostro errore portava fuori tempo tutta la banda. Pensate che responsabilità!

Abbiamo fatto la gita nel mese di maggio, non ricordo con esattezza l'anno ma ricordo

che siamo rimasti lì una settimana. Alcuni giorni prima della nostra partenza, il comitato comunale di Fiuggi, composto da alcune persone scelte dall'amministrazione, è partito per organizzare la nostra permanenza: non pernottavamo in albergo bensì ci ospitavano alcune famiglie che si offrivano di mettere a disposizione le loro case per noi. Il viaggio in pullman per arrivare a destinazione è stato molto lungo, è durato circa due giorni ma, per renderlo meno pesante, sono state fatte due tappe: la prima a Verona, dove ci siamo fermati per pranzare e la seconda a Innsbruck (Austria) dove abbiamo trascorso la notte per poi ripartire la mattina successiva all'alba.

Non appena arrivati, ci ha accolto l'amministrazione comunale locale e ci ha dislocati nelle diverse case. La nostra settimana è trascorsa tra impegni di lavoro e momenti di svago.

Quando avevamo il concerto ci svegliavamo presto e provavamo i brani musicali per ore e ore: abbiamo tenuto due o tre concerti nel teatro di Helmstedt.

Nei giorni di tempo libero invece, facevamo i turisti, oltre a visitare la città che ci ospitava, abbiamo visitato Amburgo, una città molto bella. Quasi ogni sera, terminata la cena, preferivamo starcene fra

noi piuttosto che uscire: cantavamo e suonavamo stornelli paesani e musica popolare.

Ormai lo sapete anche voi: io amo cantare! È sempre stata una delle mie più grandi passioni! Che dire, ricordi stupendi ma che fanno sentire anche una grande nostalgia!

Per concludere: la banda è una realtà meravigliosa e oltre ad avere un valore storico e culturale per il paese rappresenta un importante momento di aggregazione e di socializzazione.







# DALLA CREDENZA DELLA NONNA

*La ricetta del mese  
consigliata da Adele*

## *Rotolo alla marmellata di pesche*



### *Ingredienti*

*5 uova, 140 grammi di zucchero  
100 grammi di farina 00,  
10 grammi di miele,  
Una bustina di vanillina,  
300 grammi di marmellata di pesche*

### *Procedimento:*

*Iniziare separando i tuorli dagli albumi. Con le fruste elettriche montare i tuorli, la vanillina, il miele e 90 grammi di zucchero fino ad ottenere un composto gonfio e spumoso.*

*Montare gli albumi con lo zucchero rimanente e incorporarli all'altro impasto, con movimenti delicati dal basso verso l'alto, prestando molta attenzione a non smontarli. Unire la farina setacciata e mescolare per amalgamarla al resto dell'impasto.*

*Stendere l'impasto sulla teglia ricoperta di carta da forno e livellarlo con il dorso di un cucchiaio. Infornare a 180 gradi per 15 minuti. Estrarre la pasta biscotto dalla teglia e appoggiarla con la carta forno sul tavolo: cospargere la superficie con zucchero semolato e avvolgere la pasta biscotto con la pellicola alimentare. Far raffreddare; poi tagliare la pellicola e farcire con la marmellata di pesche. Arrotolare la pasta biscotto su se stessa in modo da formare un rotolo.*

*Far riposare per circa 2 ore, tagliare a fette spesse circa 1 centimetro e servire.*



# L'angolo dello spettacolo

## L'angolo dello spettacolo



Cinema



Teatro



Televisione

## Invito al cinema

### Il pranzo di ferragosto

film del 2008 Prodotto da Matteo Garrone.  
Diretto e interpretato da Gianni Di Gregorio.



Gianni ha un lavoro: occuparsi dell'anziana madre, una nobildonna decaduta, capricciosa e un tantino opprimente. Madre e figlio vivono soli in un fatiscente appartamento nel centro di Roma e faticano a tirare avanti, ricoperti di debiti come sono. Nel bel mezzo dell'afa estiva Alfonso, l'amministratore, si presenta alla loro porta per riscuotere quanto gli è dovuto, ma propone a Gianni l'estinzione di tutte le spese condominiali in cambio di un favore: ospitare la madre per la notte e il successivo pranzo di ferragosto in modo che lui possa partire per le terme. L'accordo non prevede però l'arrivo di una seconda signora, la zia di Alfonso, una simpatica anziana con qualche problema di memoria, ma l'amministratore lo convince a tenerla offrendogli del denaro. Gianni è costretto, suo



malgrado, a dare asilo anche a una terza "mamma abbandonata" quando l'amico dottore, giunto per fargli una visita di controllo in seguito a un malore, gli chiede di potergliela affidare per non lasciarla sola durante il turno di notte. Lo sceneggiatore e aiuto regista affronta la sua prima volta da solista pescando a piene mani dalla propria esperienza di figlio e regalando una svolta a un fatto realmente accaduto. Incuriosito da quello che sarebbe potuto accadere se avesse davvero accettato di tenere la madre dell'amministratore per le ferie di ferragosto, confeziona una piccola e tenera storia dai tratti scanzonati in cui l'improvvisato ospizio diventa il teatro di una serie di gag offrendo allo stesso tempo diversi spunti di riflessione. La scelta di sviluppare la trama nel giorno notoriamente più rallentato dell'anno e in una Trastevere arsa e deserta, appare la più idonea alla narrazione in quanto si contrappone ai ritmi frenetici della vita odierna e va incontro ai tempi delle anziane protagoniste che a loro modo s'investono del ritmo del film riempiendo la scena con la loro esuberanza. Deciso a catturare la parte più verace di ognuno, Di Gregorio si incarica del ruolo del figlio di mezz'età, celibe e con il vizio del bere, che tiene d'occhio la madre come se fosse una bimba e ne sopporta i capricci abbozzando alla precarietà in cui si trova per comodità. Le signore che lo circondano in attesa del *pranzo di ferragosto* sono tutte attrici non professioniste e la loro naturalezza permette al film di avvolgersi in un'aura genuina e neorealista.



# Proverbi e detti popolari del mese

- Quando a ottobre piove e tuona l'invernata sarà buona;
- Ottobre è bello ma stia pronto l'ombrello;
- Chi semina a ottobre miete a giugno;
- A ottobre si domanda fungo, castagna e ghianda;
- Per San Francesco la nespola al cesto.



## Divertiamoci insieme

... le soluzioni nel prossimo numero

### Qual è il colmo

Qual è il colmo per un re?

Dormire in un letto a castello!

Qual è il colmo per un caramellaio?

Aver una moglie...appiccicosa!

Qual è il colmo per un apicoltore?

Essere...pungente!

Qual è il colmo per un giardiniere?

Piantare la fidanzata!

### Indovina indovinello

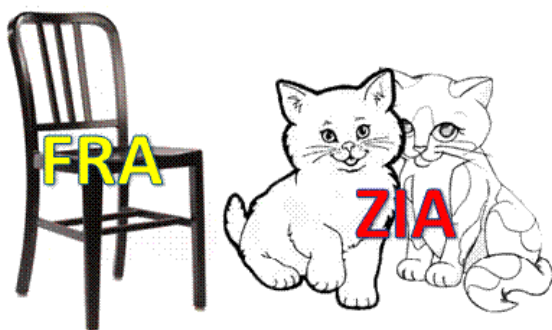
- Gira per tutto il mondo ma sta fermo in un angolo. Cos'è?

- Non fa domande ma riceve molte risposte. Cos'è?

- Ho 3 occhi e una sola gamba, se non mi obbedisci te ne pentirai... Chi sono?

- Se mi hai vuoi dividermi, ma se lo fai mi perdi. Che cosa sono?

Rebus: 3, 5, 4, 3 = 5 2 8



FRA \_ \_ \_ \_ \_ ZIA

REBUS: 2, 3, 2, 2 = 9



### Una risata è la cura migliore

Il medico al convalescente: "Lei deve la sua guarigione alla robustezza della sua costituzione..."  
"Davvero? Allora a lei non devo niente!"



**R.S.A. "ICILIO GIORGIO MANCINI"**

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