

ANNO 4 - N. 5 Maggio 2015

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

La festa della mammaPag. 2

Il Santo RosarioPag. 3

La ginnastica dolcePag. 4

In cucina con i nonni
Progetto intergenerazionalePag. 5

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

Dalla credenza della nonna
*Maccheroni alla chitarra con
 funghi e piselli 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 Aprile

S	O	L	E		B	A	C	I
E		I	M	B	U	T	I	
M	A	N	I		C	O		
I	P	O	G	E	O		A	
N	E		R	L		A	M	M
A		S	A	M	U	R	A	I
R	I	P	R	O	V	A	R	E
E		I	E		A	R		L
	I	N		V		E	R	E
S	G	A	R	B	O		O	

Indovina indovinello

- Più è grande e meno lo vedi, che cos'è? **Il buio**
- Quando è fresco scotta. Cos'è? **Il pane**
- Si può prendere solo ad occhi chiusi. Cos'è? **Il sonno**
- Perde anche se non gioca. Cos'è? **Il rubinetto**



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 Maggio abbiamo
festeggiato il compleanno di



Maria M. il 3,
Giovanni il 12,
Maria D.R. il 13,
Emilio il 16,
Carlo il 20,
Antonia e
Giuseppe il 31



I compleanni si festeggiano tutti l'ultimo sabato del mese



I giorni che hanno cambiato la storia:

13 maggio 1917: Prima apparizione della
Madonna a Fatima
13 maggio 1974: Referendum per l'abrogazione
del divorzio
13 maggio 1981: Attentato a Papa Wojtyla
23 maggio 1992: Strage di Capaci
31 maggio 1911: Varato il Titanic

In questo mese sono nati anche:

Niccolò Machiavelli 3 maggio 1469 *Filosofo e Politico*
Sigmund Freud 6 maggio 1856 *Psicoanalista*
Johannes Brahms 7 maggio 1823 *Compositore*
John Kennedy 22 maggio 1917 *35° Presidente USA*
Eduardo De Filippo 24 maggio 1900 *Attore e Regista*



La Festa della Mamma

In occasione della Festa della Mamma la RSA ha proposto un evento speciale per celebrare la figura più importante nella vita di ognuno di noi. Il pomeriggio di festa ha visto la partecipazione di tanti: operatori, ospiti, amiche del centro anziani e alunni della scuola elementare di Affile che hanno interpretato brani musicali e poesie dedicate alla mamma “la parola più bella sulla bocca dell’umanità”, facendo nostra la bella definizione di Khalil Gibran, poeta e scrittore libanese.

E ora, un po’ di storia...

In Italia la festa della mamma fu festeggiata per la prima volta nel 1957 da Don Otello Migliosi ad Assisi, nel piccolo borgo di Tordibetto di cui era parroco, ma questa ricorrenza ha origini più lontane. Infatti secoli prima venivano compiuti antichissimi riti pagani che duravano diversi giorni per festeggiare la rinascita della primavera ed il rifiorire della natura ed erano chiamati i giorni della “grande madre”, simbolo di fertilità.

Anche nell’antica Grecia gli elleni dedicavano alle loro genitrici un giorno dell’anno, con la festa della dea Rea, madre di tutti gli dei.



Gli antichi romani, invece, usavano festeggiare per una settimana intera la divinità Cibele che simboleggiava madre natura.

La nascita dell’attuale festa della mamma, come la intendiamo noi, risale al XVII secolo e affonda le sue radici in Inghilterra, dove cominciò a diffondersi la tradizione del “Mothering Sunday” che coincideva con la quarta domenica di Quaresima. In questa occasione venivano

regalate rose rosse alle mamme e veniva preparato il “mothering cake”, un dolce tipico a base di frutta.

Negli Stati Uniti nel maggio 1870, Julia Ward Howe, attivista pacifista, propose di fatto l’istituzione del Mother’s Day, come momento di riflessione contro la guerra. La festività fu ufficializzata nel 1914 dal Presidente Woodrow Wilson per esprimere l’amore e la gratitudine per le madri e come speranza di pace.



Il Santo Rosario

e la sua forza straordinaria



Come ha scritto Papa Paolo VI, quello di maggio "è il mese in cui nelle Chiese e nelle pareti domestiche, più fervido e più affettuoso dal cuore dei cristiani sale a Maria l'omaggio della loro preghiera e della loro venerazione. Nei tempi odierni, invece Papa Francesco twittando sul suo account @pontifex si esprime così: "Nei momenti più difficili della vita, il cristiano trova rifugio sotto il manto della Madre di Dio".

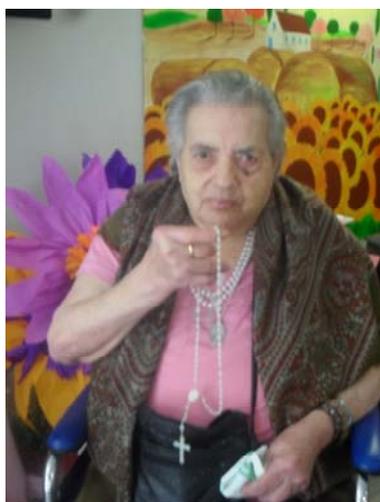
Tipica del mese mariano e ampiamente diffusa è la recita del Rosario, che Papa Pio V - già a metà del '500 - definì "una modalità di orazione e di preghiera a Dio facile, alla portata di tutti e oltremodo pia".

Il Rosario è anche un mezzo spirituale per crescere nell'intimità con Gesù e che ci predispone ad un benessere interiore. Nella recita del Santo Rosario si trova una grande pace perchè si assapora e si intensifica il rapporto con Maria, con Gesù e con tutta la Trinità. Sembra che il mondo spirituale diventi più vicino, quindi pacifica l'anima:



anche quando c'è una preoccupazione, il fatto di poterla mettere nelle mani del Padre attraverso Maria, è una grande esperienza.

Nel mese di maggio, ai nostri ospiti è stato proposto un "momento di Rosario", che si inserisce all'interno del laboratorio di preghiera che si dipana per tutto l'arco dell'anno. Sono vari gli obiettivi che ci si è prefissati di raggiungere con questa attività: generare un senso di benessere, suscitare sentimenti positivi, aiutare a sviluppare funzioni di attenzione, mnesiche e di connessione dei rapporti spazio-temporali in base al periodo liturgico.



La ginnastica dolce



Esiste una stretta correlazione tra mente e corpo e per questo nella RSA sono vari i progetti che mirano a migliorare il benessere degli ospiti stimolandone gli aspetti motori, cognitivi e ludici. Una delle colonne portanti, in questo contesto, è senza dubbio l'attività di "ginnastica dolce", svolta in gruppo. L'esigenza sorge dal presupposto che il movimento è fondamentale per mantenere e riacquistare indipendenza ed autosufficienza quanto più è possibile.

Questa attività, infatti, consente, attraverso il movimento, una stimolazione sensitivo-motoria in grado di rallentare il deterioramento degli apparati muscolo-scheletrico,

polmonare e cardiovascolare, con un miglioramento correlato anche delle capacità attentive e mnemoniche. Ma questo tipo di lavoro possiede in sé un valore aggiunto: attraverso l'azione



motoria si verificano anche, con molta naturalezza, un miglioramento dell'autostima dovuta alla maggiore facilità nel compiere i gesti quotidiani, la sensazione di una ritrovata voglia di stare insieme ed un aumento della fiducia in sé stessi. Quasi tutti i nostri ospiti, come le persone anziane in generale e soprattutto in questo tipo di struttura, tendono ad isolarsi con tutto ciò che ne consegue.

Attraverso l'attività fisica, invece, il corpo libera sostanze, come endorfine e serotonina capaci di contrastare ansia e depressione; quindi l'effetto benefico va ben al di là del mero intento motorio!



In cucina con i nonni

E' giunto alle battute finali "Il piccolo terapeuta occupazionale", innovativo progetto intergenerazionale promosso dalla RSA Mancini. Destinatari del progetto, oltre agli ospiti della residenza, gli alunni della V elementare dell'Istituto comprensivo di Affile e la pluriclasse del plesso degli Altipiani di Arcinazzo. Avviato nel mese di dicembre, il progetto ha previsto l'impegno congiunto di bambini e anziani in uno scambio di esperienze e di storie, attraverso l'arricchimento e la collaborazione tra generazioni. La condivisione di esperienze con gli anziani ha avuto lo scopo di condurre i bambini al riconoscimento della continuità della vita, alla scoperta delle proprie radici e al rispetto delle tradizioni e dei valori di cui i nonni sono portatori.



In particolare, l'incontro del mese di maggio, ha permesso ai bambini di allacciare relazioni significative con un adulto al di fuori della loro famiglia; di manipolare ingredienti entrando in confidenza con il cibo attraverso i cinque sensi in modo pratico, spontaneo e divertente; di sviluppare curiosità, creatività ed autostima mettendo le "mani in pasta" e stimolando l'esecuzione di compiti precisi senza rinunciare ad un approccio ludico. Il risultato è stato la creazione di squisiti gnocchi preparati seguendo i consigli dei "nonni adottivi" e la degustazione finale insieme a loro. Nel contempo l'incontro con gli alunni ha consentito agli anziani di avere di nuovo un



ruolo di adulto responsabile che li vede parte di un progetto di crescita; di mantenere dei legami sociali che contrastano l'isolamento e la solitudine attraverso la presenza dei bimbi che favoriscono una dimensione di casa, domicilio; di valorizzare la loro esperienza di vita, il passato; di contribuire al mantenimento e alla riattivazione delle capacità e delle autonomie funzionali dei singoli; infine "rivivere" una dimensione progettuale sul domani che li renda protagonisti in prima persona della propria vita.



Lo Scrigno della Memoria

Raccolta di storie di vita



A cura di Stefano



Bambino, adolescente, giovane. la scuola. l'università

Sono nato a Roma il 21 settembre 1942: racconterò uno scolaro, poi studente e, in seguito, della Sapienza, a quei tempi la sola Università della Capitale.

Il mio disagio era assai forte; lo riversavo a casa, ma non solo: divenni un diavolo a scuola. Ero in grado di infrangere l'equilibrio di una classe e, in 13 anni, fu impossibile addomesticarmi.

La disciplina va bene... ma lo studio? Non studiai mai: i vuoti rimasti sono paurosi. Una sequela di bocciature? Nemmeno una!.. Mai perso un anno... mai rimandato a settembre: 13 anni di promozioni a giugno.

In realtà ero un furbo matricolato: sapevo condurre io, spodestando il docente, l'interrogazione; intuire ciò che questi voleva ascoltare,

imbastire uno sproloquio sul vuoto. E l'Università?... Il concerto non cambiò.

Non conobbi la bocciatura: in ogni occasione la scuola mi promosse. Ma la vita?.. Non si fece ingannare: rimase indulgente, ma... niente promozione. Di una bocciatura morbida, ma la vita mi ha bocciato.

Ho sempre lavorato e un bel lavoro: l'insegnamento, italiano e storia ai tecnici e professionali, come avevo scelto. Che insegnante mediocre! Tranne i dieci anni centrali, brillantissimi, tra i quaranta e i cinquanta, una storia di fallimenti.

E la carriera universitaria, tentata? Mancata!

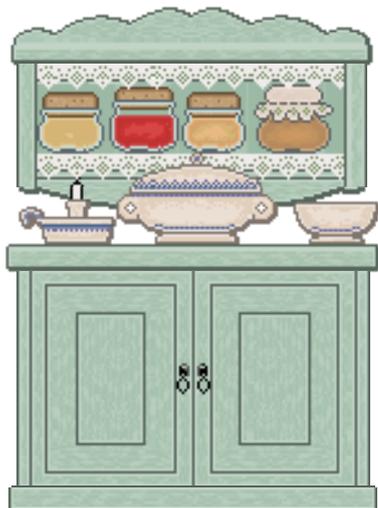
E l'attività di scrittore? Due libri che non mi sono sembrati scadenti, eppure li ha sommersi il silenzio assoluto.

La bocciatura nella scuola avrebbe risparmiato quella nella vita? Non so rispondere.

Può accadere, infatti, che una bocciatura generi successivamente una catena di promozioni ininterrotte. Ma può anche compromettere una vita, e non solo la bocciatura immeritata, anche quella opportuna. Esistono persone che non sanno affrontare la sofferenza delle sconfitte e alla prima precipitano nell'inerzia.

Ciò che conta è la coscienza che talvolta è inevitabile affrontare i rischi impliciti nell'impartire una bocciatura. E che, in ogni caso, a chiunque e in ogni fase ed età della vita occorre accordare una occasione di ripresa (nella consapevolezza che gli attuali corsi di recupero offerti dalle scuole rappresentano una truffa: occorrono ben altri interventi).





DALLA CREDENZA DELLA NONNA

*La ricetta del mese
consigliata da Renata*

Maccheroni alla chitarra

con funghi e piselli



Ingredienti

*Per i maccheroni: 5 uova,
400 gr di farina 00, 100 gr di semola.*

*Per il condimento: 150 gr. di pancetta, 300 gr. di
funghi porcini, 300 gr. di piselli, cipolla, aglio,
100 gr di parmigiano grattugiato, olio e sale q.b.
e vino bianco*

Procedimento:

*Per il condimento: Mettere a cuocere i piselli
con la cipolla, un filo d'olio e un po'
d'acqua. In una padella mettere l'olio,
l'aglio, la pancetta a cubetti e i funghi, far
cuocere per circa 10 minuti quindi sfumare
con vino bianco e aggiungere infine i piselli.*

*Per i maccheroni: Preparare i maccheroni
impastando le uova con la farina, la semola e un pizzico di sale; tirare la pasta
lasciata precedentemente riposare per mezz'ora in sfoglie non troppo sottili (circa 5
mm.) possibilmente dando una forma rettangolare. Adagiare la sfoglia così
ottenuta sulla "chitarra" che, pressata con il matterello, viene tagliata in striscioline
a sezioni quadrate.*

*Cuocere i maccheroni alla chitarra e scolarli direttamente nella padella del
condimento mantecando con parmigiano.*



L'angolo dello spettacolo

L'angolo dello spettacolo



Cinema



Teatro



Televisione

Invito al cinema

Santa Rita da Cascia

film del 2004 Regia Vittorio Capitani. Con Vittoria Belvedere.



La giovane Rita, esempio di cristiane virtù nella pace della propria famiglia, anela di poter entrare in convento e farsi monaca. Un tristo uomo chiede asilo nella sua casa e, affascinato dalla grazia di lei, la domanda in moglie.

Rita comprende che la sua missione di bene si può svolgere anche come sposa e come madre e acconsente alle nozze prodigandosi alla

redenzione del proprio marito. Dopo un doloroso e triste periodo di crisi in cui l'uomo non sa rinunciare alla sua vita perversa, la fiduciosa costanza di Rita ha il sopravvento ed egli si redime. Dopo vari anni cade vittima di un tranello tesogli dai suoi tristi compagni di un tempo. I suoi due figli giurano di vendicarlo e inutilmente Rita li scongiura a perdonare. Mentre essi stanno per realizzare il loro



criminoso piano essa, straziata,

chiede al cielo di farli morire piuttosto che vederli cadere in peccato. I giovani infatti sono uccisi da un colpo di folgore e la sventurata donna; privata dei suoi affetti più cari, aspira di nuovo a vestire l'abito monacale. Un nuovo miracoloso intervento esaudisce il suo voto, e la santa donna chiude la sua esistenza nel raccoglimento e nella preghiera.



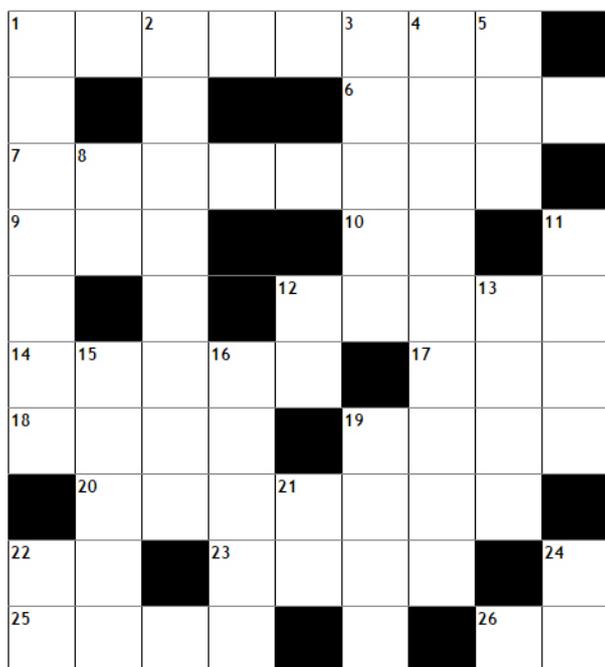
Proverbi e detti popolari del mese

- Maggio asciutto e soleggiato, molto grano a buon mercato;
- Maggio vai adagio, giugno fai quel che vuoi;
- Per Santa Rita ogni rosa è fiorita;
- Maggio fresco e bagnato giova alla vigna e al prato;
- Di maggio ciliegie per assaggio, di giugno ciliegie in pugno.



Divertiamoci insieme

... le soluzioni nel prossimo numero



ORIZZONTALI

1. Ce ne va tanta, quando si aspetta affamati che il forno cuocia...
6. Non se ne può fare a meno per la frittata
7. E' la frutta col guscio delle Langhe
9. Cracker un po' dolci, molto friabili
10. VOLO senza vocali
12. Si formano nell'acqua se ci soffi dentro con una cannuccia
14. Un altro modo per dire LEGGERO
17. Le prime lettere delle parole che compongono la frase E INSIEME RIUSCIREMO
18. Opposto a DOLCE
19. Recipiente in pelle, a forma di sacco, usato per portare vino, olio... Si dice anche "essere pieno come un ..."
20. VOLENTE o ... , se vuoi mangiare, qualcuno deve cucinare
22. La REGINA della casa, al maschile
23. La spezia nera
25. Si raccolgono d'estate da cespugli spinosi per far la marmellata
26. Prime lettere della parte del corpo per mezzo della quale ci nutriamo

VERTICALI

1. Ci si butta dentro ciò che deve cuocere
2. E' ciò che rende dolci i dolci
3. Se non è vecchio è...
4. Nel caffè latte puoi mettere lo zucchero in cucchiaini o in ...
5. Così comincia la preghiera dedicata a Maria
8. ORTICHE e UOVA ...per una frittata estiva
11. Si dice, di chi si riempie un po' troppo "non fai altro che mangiare e ..."
12. Il verso della capra
13. I soldi per fare la spesa, prima dell'euro
15. INFUOCATO
16. La si caccia a cavallo
19. Opera Nazionale per i Pensionati d'Italia (sigla)
21. Anche a cucinare si impara per ESPERIENZA ed ERRORI (iniziali)
22. Sigla di ROMA
24. Sigla di TORINO

Qual è il colmo

- Qual è il colmo per una zanzara?

Andare a Mosca in vespa.

- Qual è il colmo per un tipografo?

Essere una persona di vecchio stampo.

- Qual è il colmo per una sarta?

Perdere il filo... del discorso!



R.S.A. "ICILIO GIORGIO MANCINI"

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