

ANNO 4 - N. 2 Febbraio 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

Giornata del malatoPag. 2

Viva il Buon UmorePag. 3

Il caffè della Peppina.....Pag. 4

CarnevalePag. 5

Lo scrigno della memoria

Raccolta di storie di vita Pag. 6

Dalla credenza della nonna

Gli Strozzapreti ai broccoli Pag. 7

L'angolo dello spettacolo

Appunti di viaggio Pag. 8

Proverbi e detti popolari Pag. 9

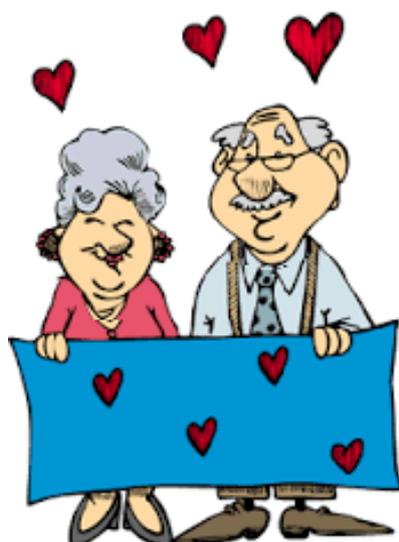
Divertiamoci insieme Pag. 9

Soluzioni del numero di Gennaio



Indovina indovinello

- Che cosa si mette in tavola, si taglia e non si mangia? **Il mazzo di carte**
- Aumenta e diminuisce, nessuno la può vedere. Non è fuoco, eppur si può spegnere. Cos'è? **La sete**
- Perde sempre e non vince mai. Cos'è?
Il rubinetto
- Senza parlare fa tremare tutti. Cos'è? **Il freddo**
- Ha la vita appesa a un filo. Chi? **Il ragno**



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 Febbraio abbiamo
festeggiato il compleanno di



6 Pia,
18 Silvana,
19 Maria,
23 Mario,
26 Chiara,
28 Palmiro,
28 Iole



I compleanni si festeggiano tutti l'ultimo sabato del mese

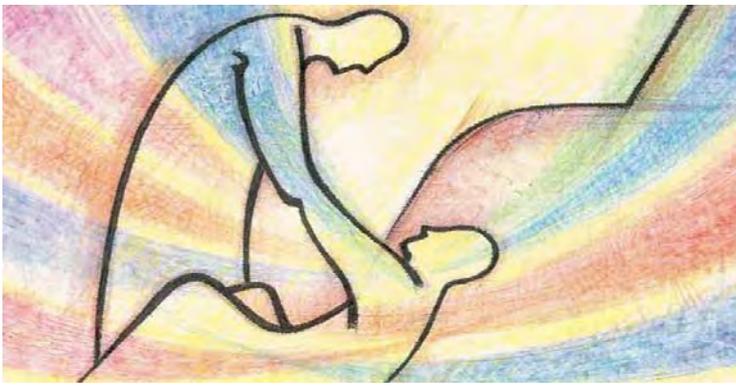


I giorni che hanno cambiato la storia:

18 febbraio 1975: Approvata la legge "194" che permette l'aborto
23 febbraio 1919: Mussolini fonda il Partito Fascista
23 febbraio 1886: Viene venduta per la prima volta la Coca Cola

In questo mese sono nati anche:

Galileo Galilei 15 febbraio 1565 *Scienziato*
Charles Dickens 7 febbraio 1812 *Scrittore*
Clark Gable 1 febbraio 1901 *Attore*
Little Tony 7 febbraio 1941 *Cantante*
Giuseppe Ungaretti 10 febbraio 1888 *Poeta*



Giornata del Malato

L'11 febbraio la Chiesa cattolica celebra la Giornata Mondiale del Malato proclamata il 13 maggio 1992 durante il pontificato di San Giovanni Paolo II.

La celebrazione ha lo scopo di sensibilizzare ogni anno le istituzioni sanitarie cattoliche e la stessa società civile alla necessità di assicurare la migliore assistenza agli infermi e l'aiuto a chi è ammalato, nonché di valorizzare la sofferenza sul piano umano e soprannaturale.

Il tema conduttore di quest'anno è tratto da un passaggio del libro di Giobbe: "io ero gli occhi



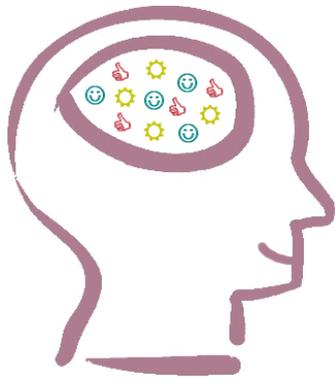
per il cieco, ero i piedi per lo zoppo" ed invita la comunità Cristiana a chiedere al Signore il dono della Sapienza cordis. Secondo Papa Francesco la "Sapienza del cuore" non è una conoscenza teorica, astratta e frutto di ragionamenti; è piuttosto come la descrive San Giacomo nella sua lettera, "pura, pacifica, mite, arrendevole, piena di misericordia e di buoni frutti, imparziale e sincera" (3,17).

E' dunque un atteggiamento infuso dallo Spirito Santo nella mente e nel cuore di chi sa aprirsi alla sofferenza dei fratelli e riconosce in essi l'immagine di Dio.

Il pensiero è rivolto a tutte quelle persone che hanno la forza di stare vicino ai malati bisognosi di assistenza continua e di aiuto per lavarsi, per vestirsi e per nutrirsi.

Questo esercizio di assistenza, specialmente quando si prolunga nel tempo, può diventare faticoso e molto pesante: è, infatti, relativamente facile servire per qualche giorno, ma è difficile accudire una persona per mesi o addirittura per anni, sovente quando non è più in grado di ringraziare. Chi da credente rende questa assistenza lo fa grazie al dono della "Sapienza del cuore" che per un cattolico significa essere capaci di solidarietà con il fratello in difficoltà senza giudicarlo.





Viva il Buon Umore



Si è sempre detto che “il riso fa buon sangue” e oggi la scienza sta dimostrando che il sorriso e il buon umore stimolano la produzione di endorfine, il cosiddetto “ormone del benessere” capace di rinforzare il sistema immunitario.

Il riso e il sorriso apportano infatti molti benefici; un cuore capace di ridere è un cuore allenato a vedere le cose più profonde della vita. Le ultime scoperte nelle neuro-scienze rivelano quanto sia importante l’apertura del cuore per un cambiamento di energia che favorisca un’evoluzione umana più armoniosa e felice.

Il saper ridere e l’umorismo migliorano la vita sociale e rendono qualsiasi incontro molto più gradevole, inoltre a livello fisico e cerebrale con il sorriso tutto il corpo si risveglia e la mente si rischiar.

Queste brevi riflessioni servono a sottolineare quanto importante e prezioso sia per gli operatori della RSA, tra gli innumerevoli obiettivi che sottendono alla loro quotidiana attività, vedere apparire un sorriso sul volto degli anziani. Le loro espressioni di gioia sostengono e illuminano il nostro operare, la loro serenità dà un senso all’impegno volto al benessere degli ospiti.

E allora... via anche quest’anno ad un Carnevale tutto risate e colori, tra autoironia e scherzi che ci hanno fatto trascorrere i giorni di festa all’insegna della spensieratezza e del gioco.



Il Carnevale ha visto la partecipazione viva ed attiva degli ospiti, dei familiari, degli operatori e degli amici della comunità. Tra musica, balli e grandi scorpacciate di dolci fritti abbiamo ricevuto la visita degli alunni della scuola elementare e del centro anziani di Affile che ci hanno riempito di tenerezza e affetto; la domenica di Carnevale abbiamo assistito alla sfilata dei carri allegorici che hanno fatto sosta nel piazzale della RSA per far divertire gli anziani.



Il caffè della Peppina



Abbiamo ideato e implementato un nuovo progetto denominato “Il caffè della Peppina” che si colloca nel quadro delle attività di riattivazione cognitiva come risposta alle patologie dementigene. L’idea parte dal presupposto teorico che gli interventi riabilitativi rivolti ai pazienti anziani, debbano tener conto delle attività di base della vita quotidiana, ma anche dei contenuti relazionali ed affettivi. Le attività devono costituire opportunità di recupero di un significato e di un’identità individuale che

l’anziano spesso non è in grado di recuperare spontaneamente.

Si è così stabilito di concentrarsi sul rito del caffè, un gesto quotidiano che evoca ricordi, profumi e sapori legati alla dimensione della casa, di un tempo lontano intriso di significati, al fine di promuovere la capacità di socializzare tra gli ospiti. Attraverso questo momento è inoltre possibile mantenere le capacità residue prassiche e cognitive dell’anziano poiché lo stesso viene coinvolto nelle diverse fasi di preparazione in un dichiarato intento riabilitativo.

Il progetto prevede quindi l’allestimento di un ambiente quanto più possibile informale e accogliente quale il soggiorno e l’attigua cucina del centro diurno con appuntamenti settimanali, il venerdì dalle ore 10,30 alle ore 12,00. Si è ricreata una



vera e propria “sala-soggiorno” e gli ospiti coinvolti, di volta in volta, sono invitati a preparare la tavola con la tovaglia, i tovaglioli e le tazzine. Si predispongono poi la moka e insieme alla fumante bevanda si gustano dei dolcetti e biscottini discutendo del più e del meno, ricordando bei momenti di vita vissuta con i propri familiari e gli amici più cari. Prima di salutarci viene chiesto di riordinare lavando le stoviglie e risistemando la cucina. Insomma, un’attività semplice, decisamente “casalinga” ma importante per raggiungere obiettivi quali la promozione della sfera sociale ed affettiva, delle risorse residue e la stimolazione della memoria.

CARNEVALE



Il Carnevale è il periodo dell'anno più allegro e divertente e in cui si fanno scherzi e burle; ma qual è il vero significato di questa festa?

Le origini del Carnevale si perdono in tempi antichi e ai nostri giorni è l'allegria festa che si celebra, nella tradizione cattolica, prima dell'inizio della Quaresima. Etimologicamente la parola Carnevale deriva dal latino "carnem levare", popolarmente tradotto "carne-vale" o "carnasciale", perchè anticamente indicava il banchetto con la carne che si teneva subito prima del periodo di

astinenza e digiuno quaresimali. Il Carnevale rappresenta da sempre una festa del popolo che si contrappone, per alcune modalità lascive di comportamento, alle festività religiose ufficiali.

E' infatti un momento in cui vige la più assoluta libertà e tutto diviene lecito, qualsiasi scherzo diventa possibile. Il mascherarsi rappresenta un modo attraverso il quale si può uscire dal quotidiano, disfarsi del proprio ruolo sociale,



negare sé stessi per divenire altro.

Le prime manifestazioni che ci ricordano il Carnevale nel mondo risalgono a 4000 anni fa. Gli egizi furono i primi ad ufficializzare la tradizione carnevalesca con feste, riti e pubbliche manifestazioni in onore della Dea Iside che presiedeva alla fertilità dei campi e simboleggiava il perpetuo rinnovarsi della vita.

I greci celebravano

questa ricorrenza, invece, in varie riprese, tra l'inverno e la primavera con sagre in onore di Bacco, dio del vino e della vita.

Per i romani il Carnevale costituiva un momento di vera baldoria in cui era prevista addirittura la sospensione delle leggi e delle norme che regolavano allora i rapporti umani e sociali. Da ciò l'erompere della gioia quasi vendicativa della plebe e degli schiavi e la condiscendenza del patriziato.



Lo Scrigno della Memoria

Raccolta di storie di vita



A cura di Domenico



E' con vero piacere che oggi vi racconto la mia vita per farmi conoscere a tutti voi, dal momento che sono entrato da poco in questa bellissima residenza.

Mi chiamo Domenico e sono un giovanotto di 68 anni, nato il 31 ottobre del 1946 a Subiaco, suggestivo borgo montano in provincia di Roma, ricco di cultura e di storia.

Qui ho trascorso la mia infanzia e la mia adolescenza: mi sono diplomato in ragioneria ed in seguito mi sono specializzato nell'elaborazione delle buste paga. Questa qualifica mi ha permesso di entrare nel gruppo ENI in cui ho lavorato fino

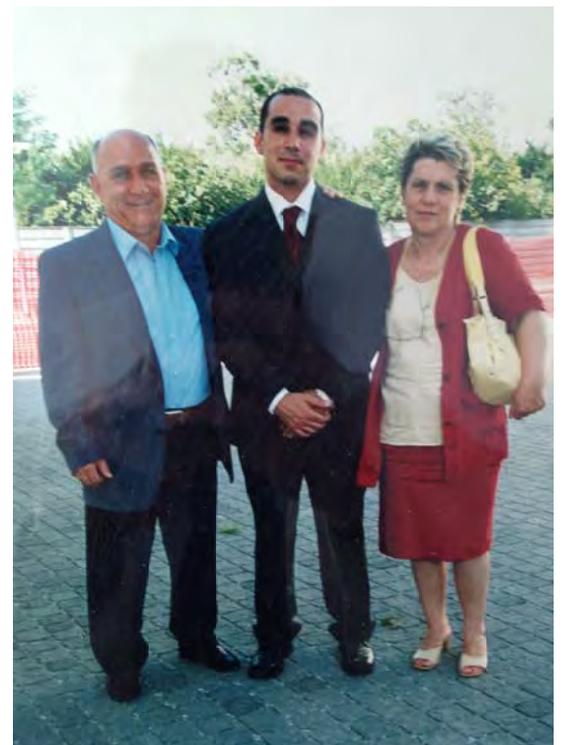
a quando sono andato in pensione, circa una decina di anni fa.

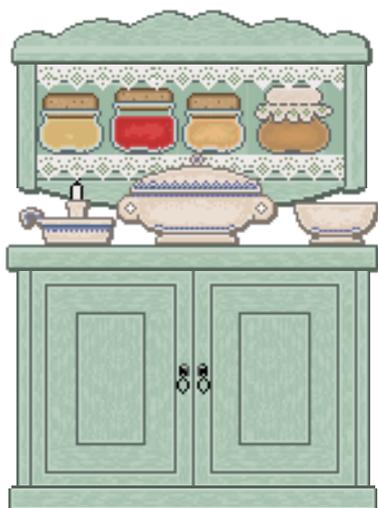
Ovviamente lo studio occupava una parte importante della mia vita, ma lo sport rappresentava un momento fondamentale del mio tempo libero: infatti ero un calciatore della Prima Società Calcistica *Vis Subiaco*.

Nonostante i tanti impegni, riesco a ricavare dei momenti per impartire lezioni di matematica. Proprio questo mio lavoretto mi ha permesso di conoscere Anna, una giovane ragazza rimandata in matematica: tra una ripetizione e l'altra è scoppiato l'amore tra noi. Dopo un paio di anni di fidanzamento, l'8 marzo 1975 ci siamo sposati. Successivamente, da Subiaco, ci siamo trasferiti ad Ostia per lavoro.

Mia moglie ed io avevamo un grande hobby, che era quello di andare in giro e visitare posti nuovi: infatti abbiamo viaggiato in tutta Italia.

Dal matrimonio è nato Paolo, il nostro unico figlio che ci ha dato due nipoti: Achille di tre anni e Iacopo di un anno.





DALLA CREDENZA DELLA NONNA

*La ricetta del mese
consigliata da Severina*

Gli strozzapreti ai broccoli



Ingredienti

*400 gr di farina 00
200 ml di acqua tiepida
sale q.b.
1 kg di broccoli siciliani
100gr di pancetta
100 gr di pecorino romano
1 spicchio d'aglio
olio q.b.
peperoncino*



Procedimento:

Per preparare gli strozzapreti: Impastare in una ciotola la farina, l'acqua tiepida e il sale; trasferire l'impasto su una spianatoia lavorando finché non risulta liscio ed elastico. Lasciare riposare per circa 20 minuti, poi stendere la pasta con il mattarello a uno spessore di 2-3 mm e ritagliare delle strisce della lunghezza di circa 2 cm. Prendere le strisce e arrotolarle su sé stesse nel senso della lunghezza strofinandole tra le mani e staccando dei pezzi lunghi circa 5 cm.

Ridurre il broccolo in cimette e lessarlo in acqua leggermente salata, quando sarà cotto prelevarlo dall'acqua (in essa verrà successivamente cotta la pasta). In un tegame versare l'olio, l'aglio, il peperoncino e la pancetta, far soffriggere a fuoco dolce quindi aggiungere i broccoli e lasciar insaporire per qualche minuto.

Intanto cuocere gli strozzapreti in acqua bollente, scolarli e farli saltare in padella. Infine spolverizzare con pecorino romano grattugiato e servirli ben caldi

L'angolo dello spettacolo

L'angolo dello spettacolo



Cinema



Teatro



Televisione

Appunti di viaggio

Venezia e il carnevale



Dal mese di febbraio lo spazio dedicato al cineforum si è arricchito e diversificato con una nuova rubrica: "Appunti di viaggio", una proposta di viaggio multimediale che porta i nostri ospiti a conoscere e scoprire luoghi e paesaggi capaci di suscitare emozioni e rievocare sensazioni scaldando il cuore, allo scopo di attivare l'attenzione e la voglia di vedere anche in chi ha perso le proprie facoltà intellettive e percettive.

Il viaggio di questo mese ci ha portati a Venezia, città celebrata in tutto il mondo per la sua bellezza e dichiarata Patrimonio dell'Umanità dall'Unesco nel 1987. Venezia è una vera meraviglia, un miracolo sull'acqua, un museo all'aria

aperta. Dal fascino indescrivibile, Venezia è uno di quei posti da visitare almeno una volta nella vita, perché si vive una emozione unica e irripetibile. Fondata dai Veneti nel '500 per fuggire alle invasioni barbariche, intorno all'anno 1000 era già diventata una delle potenze maggiori d'Europa. Sorta su 118 isole della sua laguna, divenne un importante centro culturale e commerciale e, a testimonianza del potere della repubblica marinara, ancora oggi è possibile ammirarne le splendide piazze, i ponti e i palazzi al cui interno sono custodite opere senza tempo di Giorgione, Tiziano, Tintoretto. Il luogo più celebre è senza dubbio Piazza San Marco al cui centro sorge l'omonima Basilica con le sue 5 cupole. Di grande impatto sono i ponti della "Serenissima", in particolare il Ponte di Rialto e il Ponte dei Sospiri che si ergono lungo il Canal Grande. Che dire, infine, dello spettacolo rappresentato dal Carnevale, tra i più pittoreschi e famosi del mondo che vede la partecipazione di migliaia di persone che invadono calli e campielli in una dimensione fantastica che solo questa città può offrire.



Proverbi e detti popolari del mese

- Gennaio ingenera, febbraio intenera (marzo imboccia).
- Se febbraio non febbreggia, marzo campeggia;
- Febbraio febbraietto, mese corto e maledetto;
- Gennaio e Febbraio empie o vuota il granaio;
- Per San Valentino primavera sta vicino.



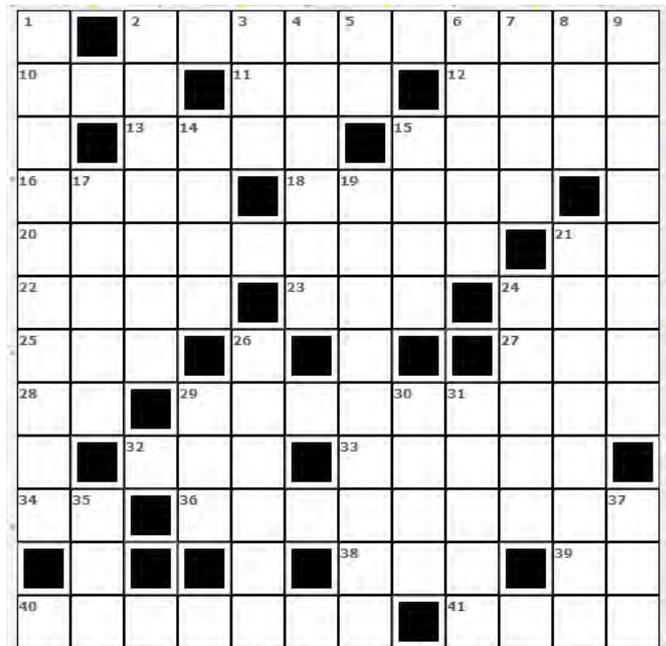
Divertiamoci insieme

... le soluzioni nel prossimo numero

Indovina indovinello

La capra, il cavolo e il lupo

Un contadino deve attraversare un fiume e deve portare con sé una capra, un cavolo e un lupo. La barca è troppo piccola per portarli tutti insieme, decide quindi di fare più viaggi. Deve anche stare attento a non lasciare da soli la capra e il cavolo (la capra mangerebbe il cavolo) o la capra e il lupo (il lupo mangerebbe la capra). Come fa a portarli tutti dall'altro lato del fiume?



ORIZZONTALI

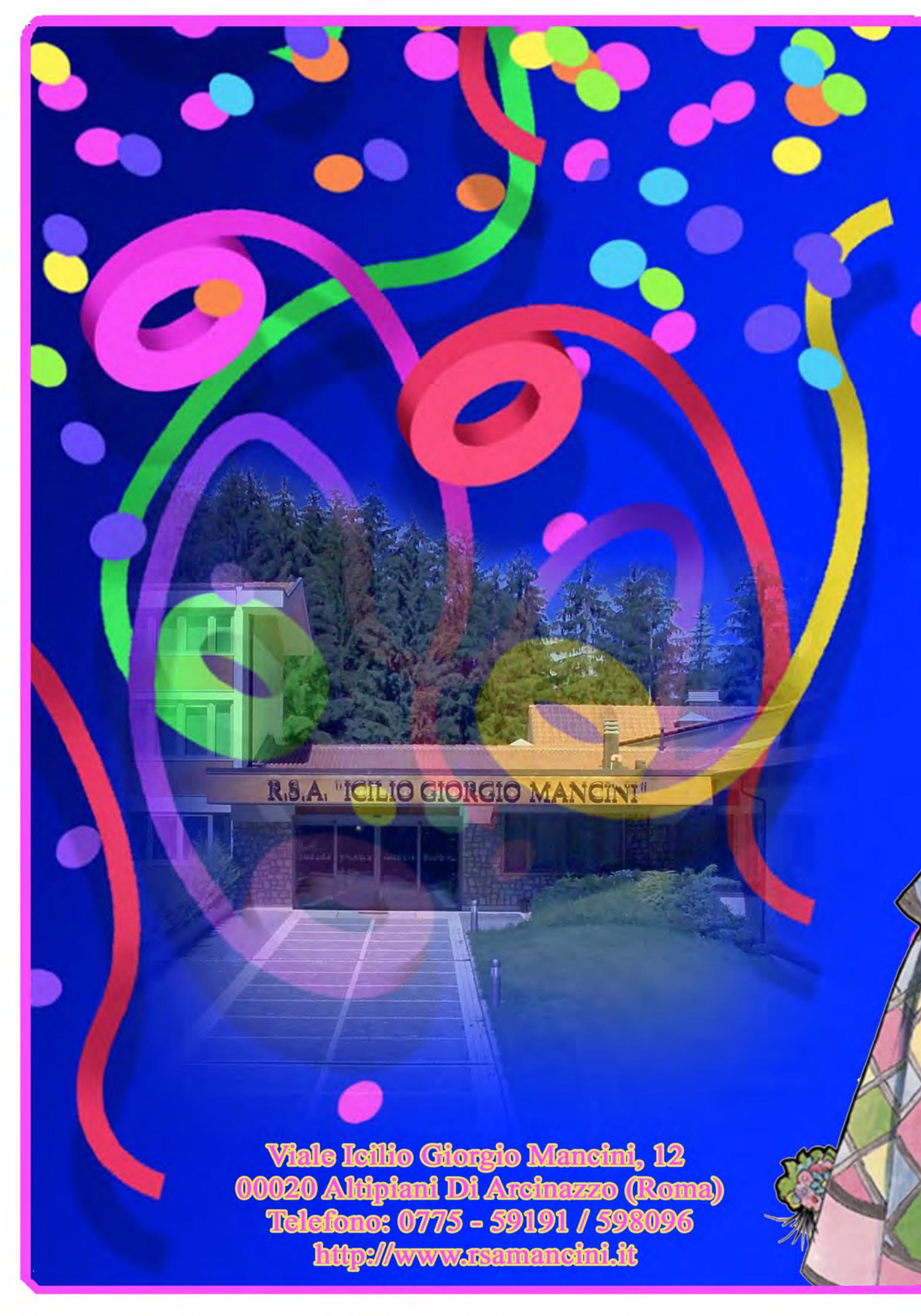
2. Una maschera di carnevale
10. La TV di Stato
11. Esclamazione di dolore
12. Scorreria a scopo bellico
13. Ripidi, scoscesi
15. In calce alla lettera
16. Consonante bifronte
18. Segni simili all'accento
20. Ha il martedì ... grasso
21. Foto senza uguali
22. Ossia
23. Prefisso per vino
24. Periodo storico memorabile
25. Caldo ... inglese
27. Middle European Time
28. Il contrario di out

29. Una maschera di carnevale
32. Persona importante
33. Fiume francese
34. Targa di Oristano
36. Una maschera di carnevale
38. Macchioline della pelle
39. Il centro dell'Etna
40. Le fanno i carri allegorici
41. Così sia

VERTICALI

1. Una maschera di carnevale
2. Una maschera di carnevale
3. Nipote di Abramo
4. Apre le serrature
5. Due in numeri romani
6. Comune della provincia di Trapani

7. Divinità romane protettrici della casa
8. Il maggiore affluente del fiume Drina
9. Adeguato, accomodato
14. Organo a forma di fagiolo
15. Si può perdere parlando
17. Fibra tessile artificiale
19. Una maschera di carnevale
21. Impianto dell'auto che riduce la velocità
24. Principi arabi
26. Copertura circolare della chiesa
29. Si ricorda con Gian
30. S'accompagna al cognome
31. Osso della gamba
33. Un noto cantante
37. L'attrice Margret



R.S.A. "ICILIO GIORGIO MANCINI"

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

