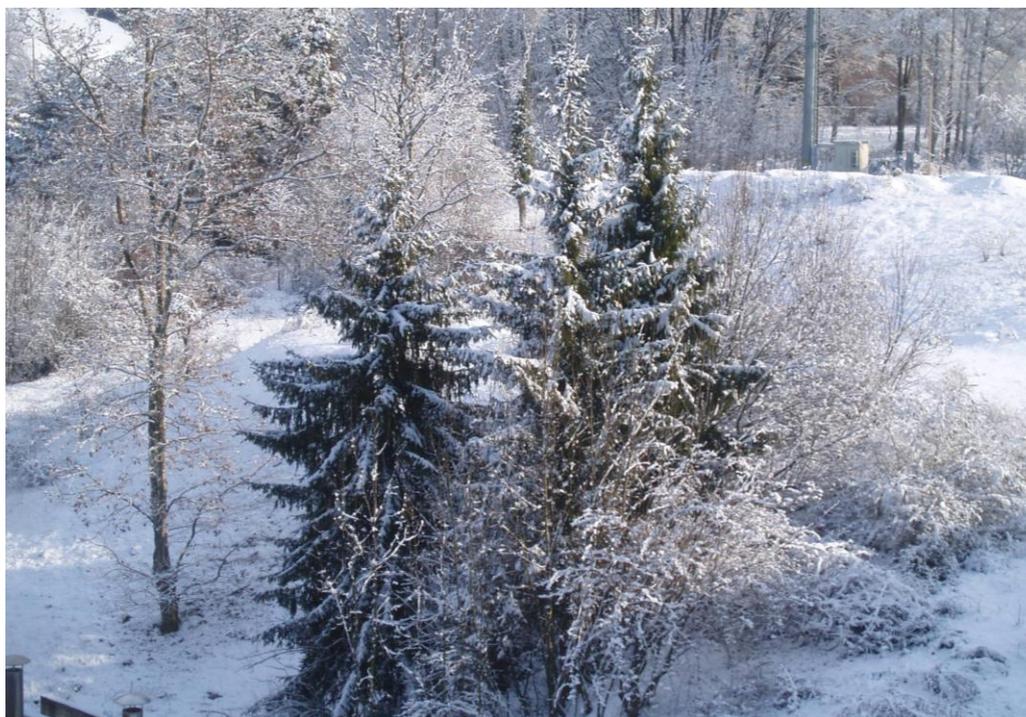


Fondazione Cecilia Caccia in Del Negro O.N.L.U.S.
Via XX Settembre 21, Gandino (Bg)

LA VOCE

della Fondazione

*Giornalino ideato dagli Ospiti e dagli Animatori
della Casa di Riposo di Gandino*



...perché anche noi vogliamo dire la nostra!



ANNO V - MARZO 2010 - N° 24
-Bimensile-

Fondazione Cecilia Caccia in Del Negro O.N.L.U.S.
Via XX Settembre 21, 24024 Gandino (BG)
Telefono e fax 035/745447
E-mail: info@rsagandino.it

Dove trovare “*La Voce della Fondazione*”

Il giornalino è in distribuzione (OFFERTA LIBERA) presso la Portineria della Fondazione, in Sala Animazione e a Gandino presso il Bar edicola “L’Antica Fontana”.
Potrete inoltre trovarlo in Biblioteca, negli Oratori e in qualche esercizio pubblico del paese.

Ora disponibile anche su Internet: visitate il sito www.gandino.it

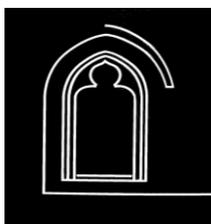
Chi desiderasse riceverlo direttamente a casa, comunichi il suo indirizzo agli Animatori: la partecipazione alle spese di spedizione è fissata in euro 4 a numero (abbonamento annuale euro 20).

Per informazioni contattare gli Animatori al numero di telefono sopra indicato dalle ore 09.00 alle 12.00 o dalle 13.00 alle 17.00 sabato, domenica e festivi esclusi.

Comitato di Redazione de “La Voce della Fondazione”

Il gruppo “Redazione” degli Ospiti
Gli Animatori Pino e Tiziana
Il dott. Perico
L’Infermiera Roberta
La Responsabile dei Volontari e Consigliere Paola Bombardieri
Collaboratori esterni: - dott. Giuseppe Mosconi
- Gaia

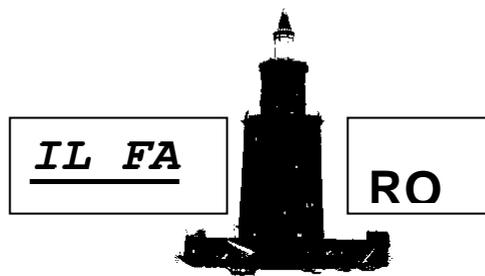
(In copertina uno scorcio del nostro parco dopo una nevicata)



In questo numero potrete leggere:

Il Faro.....	pag. 4
La parola ai Volontari.....	pag. 6
Cronache dall'animazione.....	pag. 7
Anche noi siamo stati bambini.....	pag. 16
L'angolo di Ezio.....	pag. 17
Chiacchierando.....	pag. 18
Dolci e delizie.....	pag. 20
Le nostre interviste.....	pag. 21
Consigli del Medico.....	pag. 23
Gero training.....	pag. 24
Motorando.....	pag. 25
L'anziano nell'arte.....	pag. 27
Piccoli animali e i nonni.....	pag. 28
L'angolo del cuore.....	pag. 29
L'angolo della poesia.....	pag. 31
Come ti chiami.....	pag. 32
Voglia di poesia.....	pag. 33
Auguri.....	pag. 34
Ringraziamenti.....	pag. 35
I nostri sponsor.....	pag. 36

Buona lettura!!!



CONSIGLI PER ASSISTERE L'ANZIANO A DOMICILIO

(a cura dell'Infermiera Roberta)

L'AUTOCONTROLLO GLICEMICO

Questo esame rappresenta uno dei cardini nella gestione del diabete. Conoscere i propri livelli di glicemia nel sangue consente di mantenerli stabili nel tempo ed il più possibile vicini a valori normali: in questo modo si potrà prevenire eventuali complicanze future.

*** COS'E' IL GLUCOSIO**

Il glucosio è un tipo di zucchero che le cellule utilizzano come fonte di energia. Il livello di glucosio presente nel sangue (glicemia) non è stabile, ma cambia ogni giorno e durante il corso della medesima giornata, in seguito a numerosi fattori (assunzione di cibo, attività fisica,...). L'autocontrollo di questo valore permette di conoscere la quantità di glucosio nel sangue ogni volta che si vuole.

*** PERCHE' CONTROLLARE LA GLICEMIA?**

Questo esame fa parte della terapia generale del diabete. Questa malattia modifica infatti il modo in cui il corpo controlla la glicemia: il pancreas, infatti, non è più in grado di produrre, del tutto o in parte, l'insulina necessaria per regolarne i livelli. Un monitoraggio costante della glicemia permette di mantenerne i livelli il più possibile stabili e vicini alla norma modificando, in relazione al valore riscontrato, il regime alimentare, l'attività fisica nonché le dosi di farmaci assunti previsti dal piano terapeutico, come l'insulina (SEMPRE OVVIAMENTE CONSULTANDO IN PRIMIS IL MEDICO e riferendogli il valore).

*** CHI DEVE CONTROLLARSI ?**

Le società scientifiche raccomandano a tutti i diabetici di eseguire l'autocontrollo glicemico, annotandone i valori su un apposito diario, richiedibile al proprio C.A.D. In questo modo si terrà sempre sotto controllo l'andamento della propria glicemia nel tempo fornendo anche al medico uno strumento efficace per capire le modalità di reazione del proprio corpo alla terapia ed ai fattori esterni.

* **QUANTE VOLTE CONTROLLARSI?**

Nel diabete di tipo I (insulino-dipendente), il numero delle determinazioni suggerito dalla A.D.A. (American Diabetes Association) è di almeno 3-4 volte al giorno, è bene inoltre durante scompensi o malattie intercorrenti aumentare i controlli.

Nel diabete di tipo II (non insulino-dipendente) possono essere sufficienti 2 controlli la settimana. In qualsiasi caso comunque sarà il medico diabetologo a stabilire caso per caso le diverse ore del giorno in cui eseguire questi controlli e quanti eseguirne. I cosiddetti "profili glicemici" si basano sul monitoraggio della glicemia in diverse fasce orarie:

- * la mattina appena svegli (h 7.00)
- * prima di pranzo (h 11.00)
- * dopo pranzo (h 14.00)
- * prima di cena (h 18.00)
- * dopo cena (h 20.00)

* **ESECUZIONE DEL TEST**

La rilevazione si effettua tramite prelievo di sangue capillare, posizionato poi su di una striscetta reattiva che viene inserita in un uno speciale apparecchio chiamato **glucometro** che la analizza e fornisce il livello di glucosio al momento del test.

Valori glicemici a digiuno (mg/dl): Normale: 70-100 mg/dl.

Il sangue capillare per il prelievo, di norma è prelevato dal dito della mano tramite apposite lancette, sul polpastrello, punta o lateralmente, è consigliabile utilizzare almeno tre dita alternativamente per la rilevazione : anulare, medio ed indice, per consentire alla pelle di rigenerarsi e impedire la formazione di calli.

* **ALCUNI ACCORGIMENTI :**

Per l'esame è necessaria solo una piccola goccia di sangue facendo attenzione che il dito sia prima ben lavato e che l'eventuale disinfettante usato sia prima evaporato altrimenti il risultato dell'esame potrebbe essere alterato e quindi non attendibile! (per questo motivo molte volte invece del normale disinfettante si usa **l'etere etilico** che oltre ad avere un'azione anestetica locale, evapora anche molto più in fretta di un normale disinfettante).

Dopo aver eseguito il test si deve tamponare la microferita con un tamponcino di garza sterile, assicurandosi che il sito utilizzato non sia rimasto sporco, al fine di evitare infezioni.



La parola ai Volontari

Anche in questo periodo proseguono a gonfie vele le iniziative e le attività della nostra Associazione di volontariato "Omnia vitae".

Continua con successo il tradizionale appuntamento mensile con la festa dei compleanni, dove la partecipazione dei parenti degli ospiti festeggiati è sempre più numerosa e sentita, a cui si aggiunge la presenza di alcune persone del paese che ravvivano ulteriormente la giornata coinvolgendo gli ospiti nei balli.

Questa "apertura" verso il territorio ci fa particolarmente piacere, con l'augurio che questo legame e questa condivisione con i nostri anziani cresca sempre più.

Un doveroso ringraziamento va in particolare ai musicisti che animano gratuitamente le nostre feste con bravura e sensibilità.

A breve partirà, come promesso, il nuovo progetto della "Bambola terapia" finanziato dalla nostra Associazione: dopo un breve periodo di formazione del personale di reparto, partirà la fase operativa con le bambole vere e proprie che verranno destinate agli ospiti con problemi di demenza.

Un riconoscimento particolare va in questo caso all' "Atalanta Club Val Gandino" per il sostanzioso contributo a favore di questo nostro ambizioso ed originale progetto, alla signora Raffaella Hallmayr per la sua generosa offerta e a quanti hanno partecipato alla lotteria organizzata a questo scopo da un' "anonima" signora, a cui vanno naturalmente i nostri più sentiti ringraziamenti.

La prima raccolta fondi di quest'anno ci ha viste impegnate nella preparazione e nell'offerta di gustose torte, preparate gentilmente dalle casalinghe gandinensi (anche a loro va la nostra gratitudine): il risultato è stato ampiamente soddisfacente e ci ripaga dei nostri sforzi.

Un grazie di cuore anche a tutte le volontarie dell'Oratorio di Cirano che hanno messo a nostra disposizione il loro tempo e la loro mani esperte nella preparazione dei casoncelli.

Un'ultima menzione va alla signora Giusy Campana per averci fatto dono di tanti prodotti per la pesca di beneficenza che organizzeremo in occasione della festa di San Camillo a Luglio.

Un caro saluto a tutti i nostri lettori e ai numerosi sostenitori, con l'augurio di una Buona Pasqua!!!

***La Presidente dell'Associazione di Volontariato "Omnia vitae"
Paola Bombardieri***

Cronache dall'Animazione

In questa rubrica continuano le nostre storie, i resoconti delle diverse iniziative che si svolgono all'interno del nostro istituto, della nostra grande casa. Tanti degli ospiti residenti in struttura sono quotidianamente coinvolti in attività che risultano da una parte interessanti e nuove, mentre dall'altra che sono il naturale proseguimento dei passatempo e delle abituali occupazioni che i nostri anziani solevano svolgere nelle loro case.



Ci piace ricordare ogni tanto quali sono gli obiettivi principali che il Servizio Animazione si prefigge nel progettare ed attuare le diverse proposte per i nostri ospiti:

- facilitare l'ambientamento e l'inserimento dei nuovi ospiti nella vita della struttura
- favorire la socializzazione e le relazioni con gli altri ospiti
- aiutare a dare un senso alla nuova esperienza di vita che li aspetta in istituto
- preservare e valorizzare le capacità residue e rallentare il decadimento delle stesse
- promuovere l'espressività, l'autostima e il protagonismo
- mantenere il più possibile i contatti con il territorio

In poche parole si potrebbe dire che ogni intervento dell'animazione è mirato alla promozione della qualità di vita degli ospiti ossia, come si suol dire, "non bisogna dare più anni alla vita ma più vita agli anni".

E in questa occasione vogliamo riproporre un semplice elenco delle varie attività e delle proposte che noi animatori abbiamo pensato e programmato per i nostri ospiti. Ve le presentiamo in maniera veloce, quasi fosse un annuncio pubblicitario di un villaggio turistico, per informare chi ancora non fosse a conoscenza di quanto si svolge all'interno della nostra struttura e per invogliare chi ancora non vi partecipa.

Le attività:

Dopo un primo periodo dedicato all'accoglienza, all'informazione e alla conoscenza del nuovo Ospite, quest'ultimo potrà decidere se prender parte a una delle tante attività proposte:

- ***l'Ora di lettura:** tre maestre di scuola propongono racconti brevi, brani e poesie per favorire l'ascolto, il ricordo e il confronto tra gli Ospiti.*

- **I Laboratori creativi:** nell'accogliente Sala Animazione gli Ospiti possono continuare a praticare in compagnia i loro passatempi e le loro passioni (cucire, ricamare, lavori di bricolage...).
- **Il Laboratorio di cucina:** per le nostre Ospiti un'occasione unica per continuare a mantenersi attive preparando gustosi dolci e proponendo le proprie ricette preferite.
- **L'Atelier di pittura:** un vero e proprio corso di pittura condotto da una maestra d'arte.
- **Le attività ludiche:** in struttura lo svago è garantito grazie ai Tornei di carte, al classico gioco della Tombola e a quelli proposti durante la ginnastica di gruppo.
- **Le Gite:** i contatti con il territorio e la partecipazione ad avvenimenti non mancano grazie alle passeggiate e alle gite con il nuovo pulmino attrezzato per il trasporto delle carrozzine.
- **Il Gruppo di canto:** un pomeriggio a settimana ci si riunisce per intonare in allegria le canzoni di una volta.
- **Il Cinema:** la Sala Animazione si trasforma in una vera sala cinematografica per riproporre sul grande schermo i più bei film del passato.
- **Le Feste:** nei saloni dei reparti si svolgono allegre feste in musica in occasione dei compleanni degli Ospiti e delle ricorrenze più importanti.
- **L'ascolto di musica in cuffia:** oltre alla presenza della filodiffusione in tutti gli ambienti della struttura, è possibile ascoltare la propria musica preferita mediante cuffie fornite dal Servizio Animazione.
- **Le "Terapie non farmacologiche":** partiranno alcuni progetti destinati principalmente a quegli Ospiti con gravi deficit o patologie importanti: oltre alla musicoterapia verrà proposta ad esempio la "Dolly therapy" (la terapia delle bambole) e l'acquario-terapia.
- **I progetti individuali:** è prevista la possibilità di attivare progetti individuali per far fronte ai casi più problematici.
- **Le visite in reparto:** ci sono in programma visite in reparto per stimolare la comunicazione e garantire attenzione a tutti gli Ospiti che lo desiderino.
- **Il Giornalino:** "La Voce della Fondazione" è il giornalino del nostro istituto, nato per informare e rendere protagonisti i nostri Ospiti. Disponibile anche in Internet alla voce www.gandino.it



Facciamo un passo indietro...



Nel numero scorso di gennaio, lo "Speciale Natale", nel resoconto del "Primo Festival canoro" della casa di riposo, per una svista non abbiamo pubblicato la fotografia di uno dei gruppi che si sono esibiti con passione e capacità: si tratta della volontaria Anna che, insieme alle signore Antonietta e Aurelia, hanno presentato il brano "W la terza età" (nella foto insieme alla signora

Maurina, membro della giuria, durante la premiazione). Per ovviare alla spiacevole disattenzione da parte nostra, rimediamo prontamente pubblicando in questo numero la fotografia in questione.

Arte...in reparto!

Il pomeriggio del 19 gennaio una semplice ma sentita cerimonia ha accompagnato la presentazione di un nuovo quadro affisso alle pareti del salone del terzo piano.

Si tratta di una copia di una bella opera "giovanile" realizzata in passato dal nostro artista sig. Ezio. Tale opera ritrae Padre Pio, ed è stata "commissionata" dalla sig.ra Amalia (anche lei residente al terzo piano) che, vista la fotografia sul giornalino numero 19 ed essendo devota al santo di



Pietrelcina, ha proposto questa originale idea per abbellire e impreziosire l'ambiente. L'inaugurazione era prevista per il periodo natalizio ma, a causa di qualche intoppo e qualche ritardo nella realizzazione del quadro, è slittata di qualche giorno. Madrina d'eccezione per l'avvenimento la sig.ra Paola Bombardieri, in doppia veste di Presidente dell'associazione di volontariato e membro del Consiglio d'amministrazione dell'istituto, una figura ben voluta da tutti che ha saputo conquistarsi con la sua opera instancabile la fiducia e l'affetto degli ospiti. Una cerimonia semplice dicevamo, alla presenza di numerosi ospiti che hanno accompagnato con un applauso (e qualche lacrima di commozione) lo scoprimento e la presentazione dell'opera d'arte. La bella stampa di San Pio va ad affiancare proprio i quadri realizzati ed offerti dalla mamma di Paola, la signora Andreina, volontaria dell'associazione nonché nostra maestra d'arte durante i laboratori di pittura con gli ospiti. Un ultimo ringraziamento va al sig. Gianni Rudelli che ci ha gentilmente offerto il pannello e il montaggio dell'opera.

Il torneo di carte

Finalmente è giunto a termine anche il secondo torneo di carte (scopa d'assi) che da qualche mese teneva sulle spine sette agguerrite coppie di giocatori e le vedeva coinvolte in entusiasmanti partite all'ultimo punto.

In tutto ventidue gli incontri per decretare i vincitori e la classifica finale di questo torneo che mai come questa volta è stato incerto fino all'ultima sfida.

Le premiazioni si sono svolte il pomeriggio del 5 febbraio nel salone del terzo piano, prima della tombola, alla presenza di numerosi ospiti curiosi di sapere chi alla fine si era aggiudicato i primi ambiti tre posti.

Il titolo era ormai da due anni nelle mani della coppia composta dai signori Ezio e Vincenzo, determinati a bissare il successo del 2008: e così è stato! I due rodati compagni di gioco si sono infatti aggiudicati anche quest'anno, sudando non poco, il titolo di migliori giocatori dell'istituto, vincendo tutte e sei le partite da loro disputate.

Ma eccovi la classifica finale:

- al **primo posto** la coppia Ezio-Vincenzo
- al **secondo posto**, dopo un emozionante spareggio, la coppia composta dai signori Francesco e Luigi
- al **terzo posto** le brave giocatrici (due donne!) Elena e Caterina
- al quarto posto (a pari merito per non infierire troppo!) tutte le altre coppie: Antonietta e Aurelia, Angela e Battista, Angelo e Mario, Roberto e Fiorenzo.

Non rimane che dire un bravo a tutti i giocatori che hanno disputato questo torneo e dare appuntamento (dopo un sacrosanto periodo di riposo) alla terza edizione del Torneo di scopall!

Ecco le fotografie dei giocatori finiti sul podio e premiati con una bella coppa (a tutti gli altri una bella medaglietta ricordo)



La Giornata mondiale del malato

Giovedì 11 febbraio, in concomitanza con la ricorrenza della Beata Vergine di Lourdes, si è svolta la tradizionale Santa Messa nel salone del 2° piano, per festeggiare la XVIII Giornata Mondiale del Malato.



Come sempre in questa circostanza numerosa la

partecipazione degli ospiti, dei volontari e dei compaesani che, per l'occasione, hanno voluto star vicino e condividere questo momento con i loro anziani.

La S. Messa è stata celebrata dal nostro prevosto monsignor Emilio Zanoli, con la collaborazione dell'inossidabile don Gianni, della suora "di casa" Marcella e delle volontarie dell'associazione.

Durante l'omelia Monsignor Zanoli, oltre ad evidenziare le valenze cristiane della sofferenza, ha sottolineato il delicato ruolo degli operatori sanitari che hanno il compito di assistere i malati con competenza ma soprattutto con umanità; l'importanza della vicinanza della famiglia al cui interno è presente un ammalato e il valore dei volontari che prestano il loro servizio a favore dei sofferenti.

Don Emilio ha inoltre sottolineato la dignità della condizione di malato e il dovere di riconoscenza che la comunità cristiana deve ai nostri anziani per la ricchezza che rappresentano, per quello che hanno fatto per noi e per quello che ancora oggi sono capaci di donarci; gli acciacchi dell'età, la fragilità e le debolezze sono tutti elementi preziosi agli occhi di Dio e per il bene dell'umanità.

Una speciale preghiera è stata rivolta infine a tutti i malati presenti nelle case, nelle strutture ospedaliere e in quelle residenziali per anziani.



E' quindi seguita, alla fine della sentita e partecipata celebrazione, la somministrazione dell'Olio degli infermi ad alcuni degli ospiti presenti.

La sfilata dei bambini

La mattina di lunedì 15 febbraio, vigilia dell'ultimo giorno del Carnevale, una



ventata di allegria ha "investito" la nostra casa di riposo. Il clima freddo di questo interminabile inverno è stato improvvisamente riscaldato dall'allegro corteo di quasi quaranta bambini, i "grandi", rigorosamente in maschera, che ha invaso i reparti del nostro istituto suscitando ovunque sorrisi e

tenerezza. Guidati come sempre dalla brava coordinatrice dell'asilo suor Modesta e dalle altrettanto brave "Signorine", i bimbi si sono esibiti nei saloni della struttura cantando e ballando allegri melodie che hanno coinvolto tutti gli ospiti presenti, strappando loro tanti applausi e qualche lacrima di commozione. Dando loro appuntamento magari per una merenda estiva, è doveroso un sentito ringraziamento per la graditissima visita e per la disponibilità nei nostri confronti!!! BRAVI!!!



La nostra sfilata

E siamo al giorno seguente, il cosiddetto martedì grasso, ultima giornata di Carnevale e data faticosa per la nostra sfilata all'interno della struttura. Al contrario delle aspettative, diversi sono stati gli ospiti che hanno accettato di mettersi in gioco facendosi truccare e travestire dalle mani esperte delle nostre volontarie Maddalena, Carolina e Bruna e della signora Licinia.

Verso già le due del pomeriggio infatti, i primi coraggiosi ospiti si sottoponevano in sala animazione alla lunga seduta di trucco e vestizione. E visti i commenti positivi e i complimenti ricevuti dalle nostre "mascherine", non si può certo dire che le cose siano state fatte male.

Una preziosa mano per ingrossare il nostro corteo, ci è venuta da Don Corrado (parroco di Cirano) e da qualche mamma volonterosa che, con alcuni ragazzi delle scuole elementari e medie, ci hanno fatto gradita visita.

Dalle ore 15.00 in poi, in tutti i reparti dell'istituto, ecco arrivare vocianti mascherine (e mascheroni!) che hanno attirato l'attenzione di tutti i presenti, un po' stupiti ma soprattutto molto divertiti.

Alla fine della sfilata, una volta salutati e ringraziati i giovani di Cirano per il prezioso supporto, non poteva certo mancare una merenda speciale per gli ospiti coinvolti nella particolare manifestazione: le signore Maria, Antonietta, Aurelia, Anna, Paolina e i signori Battista, Roberto e GianBattista (grazie a proposito a Bruna per le deliziose frittelle!).

Bravi a tutti e appuntamento a un'altra lieta occasione!!!



Nelle due foto il gruppo delle maschere e un'inaspettata visita per il dott. Perico

Ricordate!!!

Potete trovare il nostro giornalino

"La Voce"

anche su INTERNET, sul sito

www.gandino.it

Il Sacro Triduo



Lunedì primo marzo, giorno di chiusura del Sacro Triduo dei morti a Gandino. Dopo le celebrazioni e la visita del vescovo di Bergamo in mattinata, non poteva certo mancare una nostra rappresentanza di ospiti, fedeli alle tradizioni, a presenziare a questo importante avvenimento.

Prima il santo rosario,

poi il sermone del predicatore e quindi la "Corale": questi i tre elementi che hanno composto un pomeriggio molto sentito da tutto il popolo gandinese che gremiva la nostra basilica.

L'ultimo appuntamento fisso di questa giornata, resa ancor più bella da un primo sole di primavera, una dolce merenda presso il Bar Centrale, dove il gentile titolare Roby (uno dei nostri sponsor), ha deliziato i nostri dodici ospiti offrendo loro un'ottima torta. Un grazie a lui e alle nostre due volontarie Bruna e Carolina che con la loro presenza ci hanno permesso questa bella uscita.



Benvenuto!!!

Diamo un caloroso benvenuto ad un nuovo sponsor del nostro giornalino, il signor Giacinto Fiori, che con la sua ditta "**I.P.G. Impresa di Pulizie Gandino**" ha deciso di darci una mano contribuendo alla "sopravvivenza" de "*La Voce*".

Ringraziandolo di cuore per la sua disponibilità e sensibilità verso i nostri progetti, invitiamo chiunque voglia a suo modo partecipare di farsi avanti! Lo sappiamo bene che stiamo passando periodi di crisi, ma nella nostra pagina del giornalino dedicata agli sponsor c'è ancora uno spazio vuoto e... tentar non nuoce!!!

Grazie ancora ai nostri sponsor e a tutti quei generosi che danno delle offerte e che ci consentono di dar "*Voce*" ai nostri cari anziani!!!

La Festa della donna

Da più di trent'anni, per la precisione dal 1977, ogni uomo sposato, convivente, fidanzato, o comunque a contatto con delle donne, ha il pensiero e l'obbligo di ricordarsi che l'8 marzo ricorre immancabilmente la "Festa della donna", e che in questa occasione ognuna di loro pretende "qualcosa" che la celebri (ricordatevi che non bastano gli auguri e tanto meno il pensiero!).

Si tratta di una festa fortemente voluta, e in effetti dovuta, a ricordo di tutte quelle donne operaie che dall'inizio del secolo scorso sono riuscite con la loro tenacia e determinazione a conquistarsi a fatica, e a volte pagando a caro prezzo con la vita, condizioni migliori e diritti fondamentali. Tale festa è stata ufficializzata nel 1977 dalla Società delle Nazioni Unite e vuole essere un invito a rispettare ed a festeggiare in tutto il mondo il gentil sesso.

Un'ultima curiosità: vi siete mai chiesti perché si è soliti regalare la mimosa? Questa è un'usanza in verità tutta italiana: solo da noi infatti la mimosa è diventata il simbolo della festa delle donne. Per risalire all'origine di questa consuetudine bisogna tornare all'anno 1946, quando a Roma l'Unione Donne Italiane, preparando la prima celebrazione della donna del Dopoguerra, voleva trovare un fiore che fosse il simbolo di questa festa. In quel periodo la capitale era piena di fiori gialli profumati, le mimose appunto, che furono quindi scelte come emblema della festa della donna. Il fiore si prestava ad essere facilmente raccolto e diviso in mazzetti da donare a tutte le donne (oggi è un po' meno alla portata di tutti!).

Ma torniamo a noi, a lunedì 8 marzo in casa di riposo, giornata totalmente dedicata a tutte le nostre care donne. Si parte dalla mattina, con il laboratorio di cucina, eccezionalmente posticipato per permettere alle nostre brave ospiti pasticciere di preparare i dolci per una merenda speciale; a seguire, i tavoli delle donne nelle varie sale pranzo sono stati abbelliti con graziosi cestini di mimosa per ricordare l'avvenimento. Nel pomeriggio, nel salone del secondo piano, una festa in piena regola con musiche e canti proposti dal maestro Luigi per rendere omaggio a tutte le nostre preziose donne! In conclusione di questa bella giornata, non ci rimane che rinnovare i nostri più sentiti auguri... all'altra metà del cielo!!!



Nelle foto un momento della festa e i cestini di mimosa sui tavoli

La Madonnina

Sono iniziati, in un angolo del giardinetto esterno, i lavori per la creazione della nuova "grotta" della nostra "Madonnina", una presenza cara a tutti che da innumerevoli anni ci accompagna e ci dà conforto e che necessitava di qualche amorevole cura.



Così, dopo un accurato e abile restauro della statua della Vergine a cura del sacrista Mario Bosio (complimenti!), gli Alpini di Gandino si sono resi disponibili, come sempre, a realizzare il nuovo riparo e la nuova casa dell'Immacolata. Su disegno di un architetto e grazie alla maestria dei nostri Alpini, la grotta sarà innalzata con delle belle pietre squadrate di Credaro su di un basamento di cemento che, in seguito, sarà coperto di terra e adornato di fiori.

Mentre noi scriviamo, i nostri lavoratori non hanno indugiato e hanno terminato la parte muraria della grotta: ora manca solamente la copertura superiore, l'illuminazione, i fiori e... una bella cerimonia di inaugurazione. Bravi a tutti!!!

Un caro ricordo



E' scomparso da poco, a 77 anni, il maestro Emilio Gallizioli, leffese doc e fondatore della "Mandolinistica". Lo scorso 25 ottobre il comune di Lefte l'aveva insignito della benemerenda cittadina: un esempio di passione vera per la musica, che amava insegnare a tutti i giovani che manifestavano la voglia di imparare.

Gallizioli era conosciuto anche qui nella nostra casa di riposo: l'appuntamento con la "Mandolinistica" in occasione delle feste natalizie è sempre stato uno degli spettacoli più toccanti ed apprezzati, appuntamento che i suoi collaboratori porteranno avanti d'ora in poi senza il loro "maestro". Grazie Emilio!!!

Anche noi siamo stati bambini!!!

Ricordi d'infanzia degli Ospiti della Casa di Riposo

Rovistando tra le nostre vecchie cose (noi animatori non buttiamo niente!), ci siamo imbattuti in un piccolo giornalino sulla cui copertina spiccavano, colorati, un anziano e un bambino che giocavano insieme. Subito ci è tornata alla mente la bella esperienza, proposta dall'allora presidente del mitico gruppo GPA (ora sciolto) Deni



Capponi e vissuta da alcuni nostri ospiti insieme a tre ragazzi di scuola media: Marta, Paolo e Pietro che, accompagnati da tre esperte maestre e dalla volontaria Maddalena, avevano realizzato alcune interviste ai nostri anziani su un tema accattivante: "racconti di vita, di scuola e i giochi di una volta". Alla fine dell'esperienza, che risale a circa sei anni fa, e raccolte le nove storie narrate da altrettanti ospiti, avevamo preparato un libricino da diffondere in casa di riposo e nelle scuole. Causa l'imminente arrivo del periodo estivo e quindi delle vacanze scolastiche, avevamo perso di vista i tre ragazzi non riuscendo a tirar le conclusioni di quella positiva esperienza.

Anche se dopo molto tempo, vi vogliamo riproporre le interessanti storie raccontate ai ragazzi, per fare in modo che quel lavoro non vada perso del tutto: una per ogni uscita de "La Voce". Alcuni di quegli ospiti sono ancora tra noi, altri purtroppo no: speriamo che questo sia anche un modo carino per ricordarsi di loro.

"UNO SCHERZO COSTATO CARO"



Sono rimasta senza la mamma quando ancora ero piccola. Il papà si risposò con un'altra donna e per me è diventata la matrigna.

Ricordo che a scuola la maestra era molto severa e una volta io, d'accordo con alcune mie amiche, ho nascosto una biscia viva nel cassetto della cattedra, per vendicarmi dei suoi comportamenti duri.

Non l'avessimo mai fatto! Pagammo molto caro questo scherzo! A casa i genitori mi punirono tanto che non mi azzardai più a combinare cose del genere!

A quel tempo tutti i genitori erano molto severi, anche perché avevano tanti figli da accudire; pensate che, per una caramella rubata da un cassetto, si potevano prendere tanti di quegli sculaccioni che ci facevano arrossire il sedere e in più si saltava il pasto. Io avevo paura delle botte!

Allora c'era tanta povertà: mi ricordo che avevo l'astuccio di legno, che si apriva facendo scorrervi sopra il coperchio. Conteneva la penna e diversi tipi di pennini: se la penna cadeva, la punta del pennino si poteva rovinare e perciò andava sostituito. Quando il foglio si macchiava, per asciugare l'inchiostro si usava la carta assorbente ma anche la farina gialla. A scuola si andava a piedi e calzavamo gli zoccoli, anche in inverno con la neve. Per non consumarli troppo in fretta, i miei genitori inserivano nella suola di legno le "brocchette" (dei chiodini di legno).

Anna di Ranica

L'Angolo di Ezio

Continua la rubrica curata dal nostro ospite artista, che in questo numero ci propone una coppia di angeli realizzati a matita, un'altra delle pregevoli e innumerevoli opere "giovanili" del signor Ezio.



In attesa di un altro capolavoro del sig. Ezio, gustatevi questa mirabile opera, sempre e solo sulle pagine de "La Voce"!!!

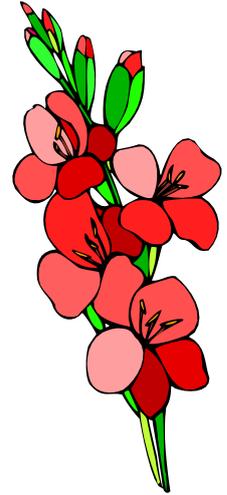
Chiacchierando...

Riprende la rubrica dedicata ai racconti dei nostri ospiti, spesso incentrati sui ricordi e sulle attività del loro passato, ma anche su i loro "impegni" del presente. Per questo numero di marzo, mese notoriamente dedicato a San Giuseppe, parliamo proprio dell'omonima fiera che si svolge a Gandino da innumerevoli anni (nessuno si ricorda quando nasce questa tradizione).

Sentiamo un po' cosa ci hanno risposto i nostri ospiti:

"Una volta ci andavo tutti gli anni e tornavo a casa con i fagotti pieni di cose che compravo: vestiario, fiori (gerani rossi) e cose per la casa. Tanto mi piaceva che vedevo solo i banchetti, non guardavo in faccia a nessuno. Mi ricordo che un anno la giostra "de scagni" si è rotta e tutti sono finiti per terra: per fortuna nessuno si è fatto male. Poi tornavo a casa e preparavo la pasta "cunciada".

Giuseppina



"Ci andavo spesso da giovane, ma non compravo niente. A volte, quando avevamo i soldi prendevo il filato. C'era sempre tanta gente, occorreva "sbötas ü dre l'oter".

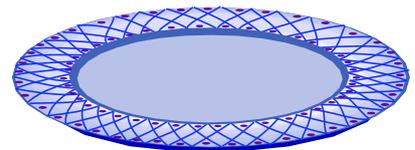
Maria



"Prima la fiera era proprio il giorno di S. Giuseppe, il 19 marzo, poi hanno tolto la festività ed ora cambia tutti gli anni. Io ci andavo sempre e compravo le tazzine per il caffè e per il tè, la salvia e il rosmarino. Una volta mia figlia mi ha convinto a salire sulle giostre perché da sola avevo paura e mi sono fatta male ad un ginocchio"

Antonietta

"Tutti gli anni andavo alla fiera per acquistare una spilla e del pizzo. Prima si andava alla messa, ma non si vedeva l'ora di uscire per andare a vedere le bancarelle. Mi ricordo che un anno ho comprato un servizio di piatti per sei. Mi piaceva ascoltare la musica e le canzoni alle giostre, ma non ci salivo mai. Alla sera a casa, insieme alle mie sorelle, ci mostravamo quello che avevamo comprato."



Aurelia

"Alla fiera ci andavo il mattino presto per comprare fiori e piante fresche: viole, primule e altro ancora che mettevo in un'aiuola a casa. Mi ricordo che mi piaceva recarmi alle quattro vie, dove era posizionata una bancarella che metteva le musiche di una volta. In un'altra c'era una signora che vendeva lo zucchero filato e una stringa dura fatta a spirale con zucchero e liquirizia: la signora la faceva al momento sputandosi sulle mani per far sì che non gli si attaccasse e la batteva su una spalla per farla diventare più lunga: non l'ho mai comprata!"



Rina



"Prima di sposarmi andavo alla fiera a comprare le tazzine del caffè, i piatti e altre cose per la casa; anche i rastrelli e altre cose utili. Quando mi sono ritrovata con sei figli non ci sono più andata, preferivo recarmi in montagna in tranquillità. Una volta facevano un'altra fiera in paese, in occasione dei santi Pietro e Paolo il 29 luglio."

Genoveffa

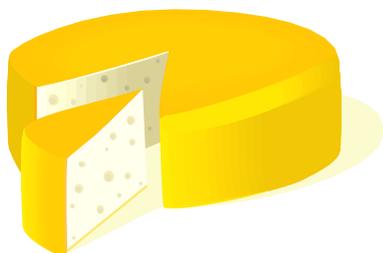
"Mi ricordo che andavo con mia sorella; c'era tanta gente e io solitamente compravo le calze. Mi piaceva andare sulle giostre, sugli "scagnì" che giravano."



Agostina

"Andavo sempre anch'io in fiera, ma non compravo mai niente. Guardavo quelli che salivano sulle giostre e si davano gli spintoni."

Margherita



"A me piaceva fare spese alla fiera: compravo camicette, magliette, calze e anche il formaggio."

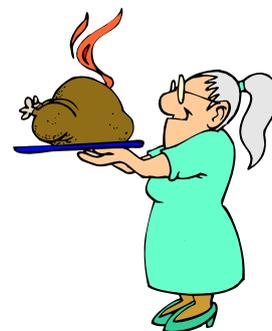
Luigia

Tante belle storie e tanti bei ricordi dei tempi passati che le nostre signore ci hanno voluto raccontare, non senza un po' di nostalgia.

A proposito: lo sapevate che la festività di S. Giuseppe (insieme a quella dei santi Pietro e Paolo) è stata repressa come festività civile nel 1977 con una legge parlamentare? Peccato...

Dolci e delizie

(a cura dell'Animatrice Tiziana)



In tempi non così pacifici, vogliamo proporvi un **dolce di pace**, da preparare per i giorni di festa e gustare tutti insieme: la “colombina Pasquale”, e che porti a tutti pace e serenità!

Secondo la **Bibbia** fu proprio una colomba, con un ramoscello d'ulivo nel becco, a tornare da Noè dopo il diluvio universale, per testimoniare l'avvenuta riconciliazione fra Dio e il suo popolo.

Il dolce ha **origini lombarde**. La leggenda narra che il primo a preparare un pane a forma di colomba nel giorno di Pasqua del **750 d.C.** fu un pasticciere di Pavia: lo donò in segno di pace, al Re longobardo Alboino che metteva a ferro e fuoco la città che gli aveva opposto strenua resistenza. Questo umile gesto sortì l'effetto di commuovere l'animo dell'invasore, che desistette dai suoi feroci propositi di vendetta.

Ingredienti:

500 g di farina
150 g di zucchero semolato
25 g di lievito di birra
150 g di burro
1 bicchiere di latte
4 uova intere
2 tuorli
100 g di scorza d'arancia candita
50 g di granella di zucchero
100 g di mandorle pelate
sale



Fate un impasto con 250 g di farina e il lievito sciolto in un po' di latte tiepido; fate una pagnottina e mettete a lievitare, coprendola bene con un canovaccio. Quando sarà aumentata del doppio, unite le uova, un tuorlo, la farina rimasta, lo zucchero, il burro, un pizzico di sale, l'arancia a pezzi ed il latte. Mettete ancora a lievitare sopra una placca imburrata dando alla pasta la forma di colomba: potete aiutarvi con un cartoncino a forma di colomba. Sbattete il tuorlo rimasto e pennellate la pasta; cospargetela di mandorle e di granella di zucchero. Quando l'impasto sarà nuovamente aumentato del doppio, infornatelo e cuocete per circa 1 ora a calore prima vivo e poi moderato.

Noi, per questione di tempo, abbiamo utilizzato una ricetta più semplice e veloce.

Ingredienti:

4 uova
200 g di farina
150 g di zucchero
125 g di burro
250g gocce di cioccolato
100 g di mandorle a scaglie
una bustina di lievito.

Mescolate le uova con lo zucchero, aggiungete la farina, il burro fuso e il lievito. Nell'impasto metti una parte di gocce di cioccolato. Infornare a 160° per 40 minuti. Appena tolta la colomba dal forno copritela con gocce di cioccolato e mandorle a scaglie, oppure cospargetela di zucchero a velo.

Le nostre interviste

Riprende in questo numero la rubrica “*Le nostre interviste*”, che ha la finalità di far conoscere e di approfondire alcune tematiche legate all’animazione negli istituti geriatrici. I protagonisti saranno soprattutto Animatori ed Educatori che operano nelle varie strutture, ma incontreremo anche altre figure direttamente legate al mondo degli anziani e alle loro problematiche (medici, amministratori d’istituti e comunali, operatori dei vari servizi in casa di riposo, responsabili di associazioni e di gruppi...). Gli argomenti saranno proposti appunto sotto forma di intervista e i nostri interlocutori cambieranno di volta in volta.

Le ultime due settimane di febbraio una figura nuova si aggirava per la struttura con noi animatori, e questo fatto ha giustamente incuriosito gli ospiti sulla sua identità. Una persona che gli stessi ospiti hanno potuto conoscere durante la sua breve permanenza tra noi. Questo personaggio “misterioso” è Alessia, una tirocinante, che è per l’appunto la protagonista di questa nostra intervista.



Bene Alessia, presentati anche ai nostri lettori.

Ciao a tutti, mi chiamo Alessia, ho 18 anni, sono di Gandino e sto frequentando il quarto anno dell’Istituto Professionale dell’Area Socio-Sanitaria “Mariagrazia Mamoli” a Bergamo.

Per quale motivo ti trovi qui da noi?

Durante il nostro corso di studi sono previsti alcuni periodi di tirocinio, chiamati “Progetti di alternanza scuola-lavoro”, presso alcune strutture socio-sanitarie (case di riposo, hospice...) o socio-educative (come ad esempio scuole materne).

Mi trovo qui perché quest’anno ho scelto la casa di riposo di Gandino per svolgere il mio secondo tirocinio e la vostra amministrazione ha dato il suo consenso affiancandomi agli animatori Pino e Tiziana. Il primo l’ho svolto presso un altro istituto simile al vostro, la residenza per anziani di Torre Boldone insieme ai miei compagni di classe. Questa volta invece il tirocinio prevedeva la partecipazione individuale.

Come è stato strutturato il tuo tirocinio presso il nostro istituto?

Il tirocinio di quest’anno prevede due momenti distinti: uno a febbraio di circa due settimane (56 ore) e poi verso fine scuola, a inizio giugno, un altro di tre settimane.

La scuola ci ha dato degli obiettivi specifici da raggiungere: si va dall’osservazione delle attività, alla conoscenza dell’organizzazione della struttura, alla partecipazione attiva.

E’ sicuramente un’occasione importante per potermi avvicinare alla realtà lavorativa che potrebbe aspettarmi in futuro.

A quali attività hai partecipato con il Servizio Animazione?

I primi giorni, come dicevo, ho solamente assistito alle numerose attività in programma senza parteciparvi, mentre la seconda settimana ho potuto collaborare aiutando nella preparazione e nello svolgimento delle varie iniziative, conoscendo

meglio gli ospiti e gestendo piccoli gruppi di lavoro. Qui le attività sono veramente tante: si va dai laboratori in sala animazione, al cinema, alla musicoterapia, alla tombola, al canto e tanto altro ancora.

Quali sono secondo te i bisogni degli anziani ospitati in una casa di riposo?

I bisogni che in questo breve periodo di permanenza ho potuto rilevare sono molteplici e non necessariamente gli stessi per tutti gli ospiti. Di sicuro penso sia utile che l'anziano ritrovi anche qui, per quanto possibile, un ambiente familiare ed accogliente; credo sia importante saperli ascoltare e dar loro la giusta considerazione, rassicurarli sulle loro condizioni di salute, favorire la socializzazione ed impegnare il loro tempo con attività interessanti e stimolanti. Anche il fatto di portarli fuori dalla struttura è secondo me molto indicato per consentire di mantenere i rapporti con il territorio e le tradizioni.

Cosa ne pensi dell'animazione in strutture residenziali per anziani?

Sono convinta che l'animazione sia un fattore molto importante per garantire il mantenimento della qualità di vita degli ospiti, almeno per quelli che gradiscono partecipare. Ho notato inoltre che i partecipanti alle varie attività non sono dello stesso nucleo ma provengono da tutti i reparti, fatto utile per creare delle relazioni significative. Sarebbe triste pensare a un ambiente senza tutte le attività di animazione: mi immagino dei saloni silenziosi, con gli ospiti seduti tutto il giorno al tavolo con poche possibilità di far quattro chiacchiere.



Fai un bilancio delle tue due settimane di tirocinio

Ad essere sincera mi aspettavo qualcosa di peggio, forse di più noioso, anche perché la mia prima esperienza in casa di riposo, l'anno scorso, non è stata così varia ed interessante: lì ci limitavamo, anche se è una cosa importante, a far compagnia agli ospiti e niente più.

Hai già pensato a cosa ti piacerebbe fare da "grande"?

Di preciso non lo so ancora: mi piacerebbe comunque lavorare nel sociale, sia con i giovani che con gli anziani. Le opportunità sono molte, tra le quali c'è la possibilità di proseguire gli studi ottenendo una specializzazione. Poi si vedrà... Quello che posso dire è che qui con voi, con gli anziani, mi sono trovata a mio agio.

Concludiamo questa breve intervista ringraziandoti anche per l'aiuto prezioso che ci hai dato.

Un ringraziamento e un saluto affettuoso a voi che mi avete permesso di vivere questa esperienza e a tutti gli ospiti della struttura, in particolare a quelli che ho avuto il piacere di conoscere. Come dicevo prima, a giugno dovrò affrontare altre tre settimane di tirocinio e non è detto che non ci si possa rivedere!

Consigli del Medico

(a cura del Dott. Giuseppe Mosconi)

MORBO DI PARKINSON

Molti di voi ricorderanno le sofferenze subite da Papa Giovanni Paolo II, specie negli ultimi anni del suo ministero. Un tempo uomo di forte vigore, sportivo, dinamico, nell'ultimo anno di vita appariva fragile, impacciato ed estremamente sofferente, sino alla perdita di ogni espressività del viso e della parola.

Il sintomo principale è un tremore fastidioso soprattutto a riposo. Questa rappresenta la quarta più frequente malattia neurologica degenerativa della popolazione anziana superiore ai 65 anni. Vi sono anche casi in età giovanile, tra i 40 e i 50 anni, ma sono molto meno frequenti (0,4% della popolazione).

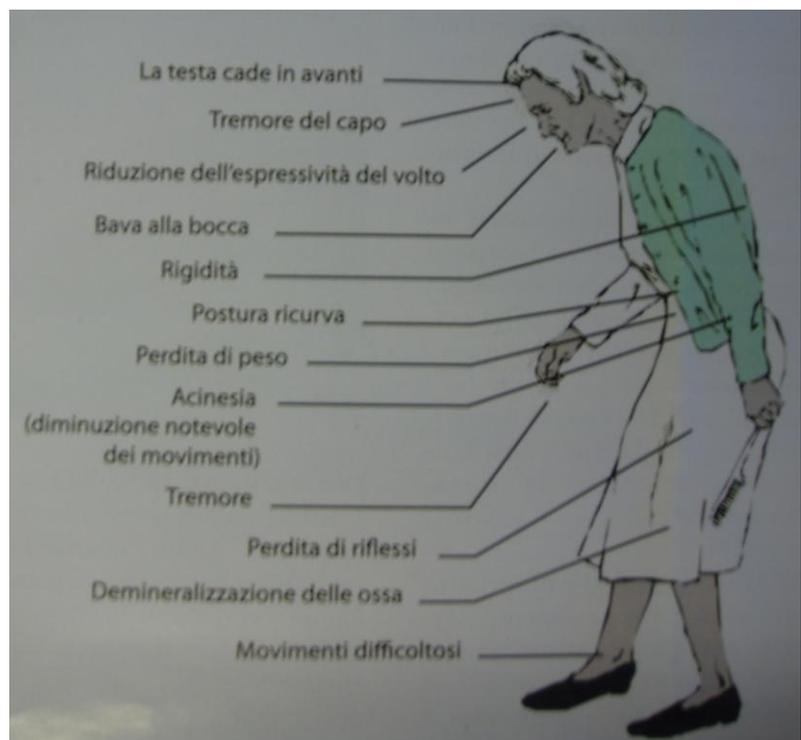
Altro sintomo è la rigidità, che diventa sempre più intensa tanto da causare lentezza e povertà dei movimenti e una certa difficoltà ad iniziare il movimento muscolare stesso. La rigidità può essere accompagnata da dolori muscolari e da facile affaticamento. Il cammino del paziente diventa sempre più difficoltoso, fino a piccoli passi, e il tronco tende a flettersi in avanti. A questi sintomi soggettivi, si possono unire deficit o perdita delle funzioni cerebrali superiori, sino ad una vera e propria demenza.

Si ha quindi un mosaico molto vario di quadri clinici, dal più lieve con la sola rigidità muscolare fino a quadri più invalidanti con la completa perdita dell'autosufficienza sino all'assistenza totale dei familiari o del personale ausiliario.

La causa del morbo di Parkinson è legata alla perdita di cellule nervose (neuroni) in numerose aree cerebrali, con la riduzione della produzione di un neurotrasmettitore chiamato dopamina. Questa sostanza è rilasciata dalle terminazioni nervose, opportunamente stimolate, provocandone una risposta determinata neuromuscolare. A questo neurotrasmettitore principale, si aggiungono altri quali: l'acetilcolina, la noradrenalina, la serotonina, le endorfine ecc..., tutte sostanze elaborate dall'organismo umano. Non sempre la malattia ha una causa scatenante nota. Si sa che l'avvelenamento da parte del monossido di carbonio, gas prodotto dalla combustione negli scarichi automobilistici, può essere una delle cause; come pure alcuni tumori, infarti cerebrali, malattie degenerative cerebrali possono essere responsabili della malattia.

Per la sua frequenza e per la sua gravità è considerata una malattia sociale grave, anche se nuovi farmaci e nuove ricerche anche genetiche sono in corso nei laboratori scientifici, attenuandone i sintomi.

Il principale consiglio da dare ai pazienti colpiti da questa malattia e ai loro familiari è rivolgersi al proprio medico di famiglia qualora comparissero alcuni segni d'inizio del morbo, anche se lievi, il quale a sua volta si avvarrà della consulenza di uno specialista neurologo.



Motorand

(a cura del dott. Perico)

Continua l'interessante rubrica "itinerante", curata dal nostro fidato e produttivo collaboratore dott. Perico.

Il nostro "medico su due ruote" ci propone anche in questo numero una bella località italiana consigliandoci la visita alle sue bellezze. **Si parte!!!**

Motorando : Varenna (Lago di Lecco)



Percorso Lecco-Bellagio-Varenna

Varenna si può raggiungere percorrendo la via lungo il lago che collega Lecco a Bellagio. Da qui dopo un breve tragitto in traghetto si sbarca in questa piccola ma affascinante località ...

Il borgo di Varenna ha origini molto antiche e, per alcuni studiosi, sarebbe di origine etrusca o gallo-romana.

Nel Medio Evo la cittadina ebbe notevole importanza per la presenza del porto della Valsassina. Ma anche quando questo perse la sua importanza, Varenna rimase una rinomata località di villeggiatura. Tale fama si accrebbe nel XIX secolo, periodo in cui furono costruite bellissime ville con parchi e giardini. Fra queste, la più importante è **Villa Monastero** che sorge alla periferia meridionale del paese. L'edificio era in origine un palazzo del 400 poi restaurato e adibito a residenza, nel 1897, da una ricca famiglia tedesca che ampliò il meraviglioso giardino affacciato sul lago. Il nucleo principale del borgo ha conservato la tipica disposizione urbanistica dei paesi lacuali, con le abitazioni disposte perpendicolarmente alla riva divise da stretti vicoli che scendono fino all'acqua.



Lungolago

Merita una visita anche il **Castello di Vezio**: attualmente il Castello, pur essendo proprietà privata, è aperto al pubblico tutto l'anno.

Entrando all'interno delle mura che circondano la torre, si possono vedere i resti di questo avamposto militare, utilizzato fin dai tempi della Regina Teodolinda come torre di avvistamento.

Proseguendo per il sentiero, si risale fino ad arrivare all'ingresso dei sotterranei, un avamposto della Linea difensiva Cadorna (1915-1918), che avrebbe dovuto contrastare un eventuale tentativo di invasione tedesca dalla conca di Menaggio.



Castello di Vezio

Portici lungholago

...al prossimo viaggio!!

L'Anziano nell'arte

(a cura dell'Infermiera Roberta)

Continua questa interessante rubrica che si ripropone di studiare più da vicino la figura dell'anziano attraverso il linguaggio dell'arte, dall'età classica all'800.

INIZIO DEL '500: "LA SCIENZA FISIOGNOMICA"

PARTE 2 : "GLI STUDI ANATOMICI DI LEONARDO DA VINCI"

A più riprese Leonardo sottolinea che *"i segni de' volti mostrano in parte la natura degli uomini, i loro vizi e complessioni"*, denotando una particolare predilezione per i *"profili corrosi dalla vecchiaia"*.

Questo emerge anche dal *Trattato della pittura*, in cui l'artista si sofferma in raccomandazioni sul modo di ritrarre i vecchi : *" i vecchi debbono esser fatti con pigri e lenti movimenti, e le gambe piegate nelle ginocchia quando stanno fermi, e i piedi pari e distanti l'uno dall'altro; siano declinati in basso, la testa innanzi chinata e le braccia non troppo distese"*; le vecchie *" si debbono figurare ardite e pronte, con rabbiosi movimenti parendo più pronti nelle braccia e teste che nelle gambe"*.

Leonardo poi si muove anche alla scoperta dei sentimenti, degli affetti, così come affiorano attraverso il volto e le movenze del corpo. Scrutare le pieghe di un volto, cogliere il balenare di uno sguardo, indagare le infinite varietà della natura, anche le sue deformità per risalire dagli effetti esterni fino alle cause interiori, riflesse nelle emozioni e nei moti dell'anima.

La contrapposizione fisica tra gli effetti della giovinezza e quelli che produce la vecchiaia emergono in forma lucida e impietosa nel celebre



foglio a matita rossa *"Busto di vecchio e adolescente affrontati"* del 1495 (Firenze, Galleria degli Uffizi);

Si noti il contrasto tra la pelle grinzosa e rilassata del vecchio con quella liscia e tonica del giovane.

La fisionomia accentua altresì il taglio obliquo della bocca del vecchio, presupponendo gengive sdentate con il profilo fiorente e carnoso del giovane, nonché la testa calva del primo con la chioma lucente, morbida e fluente del secondo.

L'anziano ritratto da Leonardo è un uomo inquieto, dal volto percorso da forti rilievi e solchi profondi, talvolta consapevole di non aver speso invano il tempo della vita.



ALLA PROSSIMA : " LA VECCHIAIA DI GIORGIONE".

PICCOLI ANIMALI E I NONNI

Ciao a tutti, sono Gaia: continua in questo numero la mia originale rubrica in cui vi parlerò di tutti quegli animali che possono essere di compagnia, in particolare a voi cari nonni. Spero che la mia idea vi sia gradita!!!



IL PESCE ROSSO:

Detto *Carassius Auratus* o più comunemente Oranda, appartiene alla famiglia dei Ciprinidi e proviene in origine dall'Asia centrale.

Esso è frutto di antichissimi incroci effettuati nei paesi di Cina e Giappone sui comuni pesci rossi. L'Oranda è rustico, robusto, onnivoro e può essere tranquillamente allevato nelle vasche all'aperto o nelle fontane. E' lievemente più delicato della varietà originale in quanto teme i bruschi cambiamenti di temperatura, quindi all'aperto deve vivere in vasche grandi riscaldate. Il filtro deve essere molto efficiente: i pesci rossi infatti sono tra i pesci che producono più escrementi in assoluto e pertanto una buona circolazione dell'acqua permette una veloce pulizia della vasca. All'interno del filtro dobbiamo mettere una bella dose di canalicchi per la filtrazione biologica, una spugna sintetica a grana grossa per bloccare la sporcizia macroscopica ed una spugna a grana più piccola per la pulizia di "fino". Sebbene i pesci rossi siano animali da acqua fredda, è buona norma dotare comunque l'acquario di un riscaldatore. Fondamentale è l'illuminazione dell'acquario. Se vogliamo che i nostri amici stiano veramente bene dobbiamo inserire molte piante nella vasca in modo che producano ossigeno e per far crescere bene le piante ci vuole molta luce.

Riproduzione:

Dopo circa 2 anni di vita il pesce rosso è sessualmente maturo. L'unico modo per riconoscere con sicurezza il sesso dei nostri amici è aspettare che al maschio vengano i tubercoli nuziali. Sono dei piccoli puntini bianchi che compaiono solo sulle branchie ed, a volte, sulle pinne pettorali.



Malattie:

Innanzitutto questi pesci soffrono terribilmente la presenza di nitriti e nitrati nell'acqua.



In poche parole i nitriti si comportano con i pesci come il monossido di carbonio si comporta con noi: intossicazione e, se non presa tempestivamente, morte! Queste sostanze sono la naturale conseguenza della decomposizione degli escrementi dispersi nella vasca e si eliminano pulendola molto bene. Gli Oranda, poi, soffrono molto a livello intestinale in quanto sono famelici ben oltre le loro capacità digestive. Infine ricordate sempre che osservare con attenzione i nostri

pesciolini almeno 5 minuti al giorno è il miglior modo per evitare che piccoli problemini possano diventare grossi malanni!!!

L'Angolo del cuore



CALCUTTA

Calcutta è situata nel cuore di una delle regioni più fertili ma anche più sfavorite del pianeta. Siccità, inondazioni, cicloni, maremoti o sismi, hanno sconvolto in ogni tempo il suo territorio, provocando la fuga dei cittadini poveri verso la città. A lungo andare queste ondate di persone hanno trasformato la città in un grandissimo campo profughi, ammassati in pochissimo spazio e in un assoluto degrado. Fogne a cielo aperto, topi, insetti di ogni genere convivono con loro, mentre le più



disparate malattie la fanno da padrone.

Eppure in mezzo a tanto degrado la gente tenta di sopravvivere, si dà da fare inventando ogni giorno nuovi mestieri. Nonostante la fame, i miserabili salari e il clima inclemente, questi uomini scalzi diventano spaccatori di pietre, o

uomini "cavallo", tirando un carretto sull'asfalto bollente delle vie di Calcutta, mentre altri cercano nelle discariche qualche residuo di cibo per potersi sfamare e vivere un giorno in più.

In mezzo a questo degrado nascono i bambini, simbolo che la vita continua nonostante tutto, proprio come sbocciano i fiori anche nelle paludi. I loro visi sprizzano vivacità da tutti i pori. Anche se hanno solo un piatto di riso al giorno, quando c'è, ogni mattina si alzano molto presto per occuparsi, fino a tarda sera, di tutte le incombenze della famiglia.



Con le loro voci e i loro sorrisi illuminano di bellezza e di gioia il grigiore e la tristezza delle giornate nella bidonville.

Qui la scuola è ancora un sogno per tanti e senza l'istruzione, purtroppo, sono destinati a rimanere "paria", cioè "ultimi", coloro che nella vita non contano niente e quindi sottoposti a soprusi e sfruttamenti di ogni genere, con il diritto di essere da tutti calpestati e maltrattati.

Ascoltiamo il grido di dolore che questi bimbi ci lanciano, affinché col nostro aiuto diventino uomini che continuo nelle società indiana, svolgendo un lavoro che gli permetta di vivere dignitosamente con le loro famiglie.

Liliana e Onorino

PER HAITI

Vogliamo pubblicamente ringraziare i Gandinesi e tutti coloro i quali hanno partecipato alla raccolta fondi "pro Haiti" per la missione di Maurizio Barcaro. Con particolare riconoscenza verso chi ha promosso, organizzato e coordinato il tutto, con le "5 Terre" della ValGandino.

Per chi ne volesse sapere di più, vi invitiamo a visitare il sito www.poverielebbrosionlus.org

Nella foto a destra Liliana con le carrozzelle donate alla nostra Casa di riposo



Liliana e Onorino

Associazione Aiutiamo i Fratelli Poveri e Lebbrosi O.N.L.U.S.
Via IV Novembre n°21, 24024 Gandino (BG).
Tel 035-746719 Fax 035-732847

Conto Corrente Postale n° 46496949

Bancario n° 676 S. Paolo IMI Filiale Peia (Bg)

Coord. Bancarie O1025 - 5332O IBAN 1T31 HO30 6953 3201 0000
0000 676



AIUTACI AD AIUTARE

L'angolo della poesia

Prosegue la rubrica curata dalla nostra signora Caterina, che ci propone in ogni uscita del nostro giornalino un originale componimento in versi o in prosa, belle poesie del passato ed alcune sue personali e particolari creazioni. In questo numero la signora Rina ci presenta una toccante poesia del passato.

«A mia madre»

*Non sempre il tempo la beltà cancella,
la sfiorano le lacrime e gli affanni
mia madre ha sessant'anni,
più la guardo e più mi sembra bella.
Non ha un detto, un guardo, un atto
che non mi tocchi dolcemente il core.*

Oh se fossi pittore!

*farei tutta la mia vita il suo ritratto,
vorrei ritrarla quando inchina il viso
perché io le baci la sua treccia bianca,
o quando inferma e stanca
nasconde il suo dolor sotto un sorriso.*

*Pur se fosse un mio pregio accolto
non chiederei a Raffaello da Urbino il pennello divino
per coronar di gloria il suo bel volto.*

*Vorrei cambiare vita con vita,
darle tutto il vigor degli anni miei,
veder me vecchio e lei del sacrificio mio ringiovanita.*



Come ti chiami?



Continua la rubrica che fornisce interessanti informazioni riguardo l'etimologia dei nomi propri più diffusi nel nostro bel Paese. In questo numero ripartiamo con la lettera "D":

Dalila: l'etimologia è ebraica e significa "povera". E' diffuso soprattutto al Nord e al Centro. Dalila è la donna amata da Sansone nell'Antico Testamento che tradì tagliandogli i capelli, dove risiedeva la sua forza.



Damiano/a: si festeggia il 16 marzo. L'etimologia è greca e significa "domare". E' diffuso in particolare al sud Italia. E' sostenuto dal culto dei fratelli San Damiano e Cosma, medici che curavano gratuitamente. Perciò è patrono dei medici, dei farmacisti e dei dentisti.

Daniele/a (e la variazione Danilo): si festeggia il 21 luglio. L'etimologia è ebraica e significa "Dio ha giudicato". E' diffuso in particolare in Lombardia e in Toscana. Vari santi portano questo nome e si ricorda Daniele come uno dei profeti ebraici.

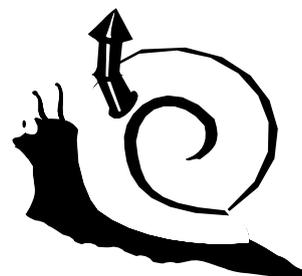
Dante/a: si festeggia l'11 febbraio. L'etimologia è latina e significa "colui che sopporta". E' diffuso specialmente al Nord. Sarebbe l'abbreviazione del nome "Durante" e non si contano santi con questo nome. Famoso il grande poeta italiano autore della *Divina Commedia*.

Dario/a: si festeggia il 19 dicembre. L'etimologia è persiana e significa "colui che mantiene il bene". Pochi i santi con questo nome ma famosi i Dario re persiani.

Davide/a: si festeggia il 29 dicembre. L'etimologia è ebraica e significa "amato da Dio". E' diffuso soprattutto in Lombardia. Diversi i santi con questo nome ma più famoso è il re d'Israele che uccise il gigante Golia con una fionda.

Debora: l'etimologia è ebraica e significa "ape". E' diffuso al Nord e al Centro e si ricorda una profetessa dell'Antico Testamento.

Delia/o: l'etimologia è greca e dovrebbe significare "piano". Può anche essere visto come diminutivo di *Adelia*. E' diffuso in tutta Italia. Delia era l'epiteto attribuito alla dea Diana.



Demetrio/a: si festeggia il 22 dicembre. L'etimologia è greca e significa "madre terra". E' diffuso in tutta Italia.

Voglia di poesia

Dopo il successo ottenuto dalla rubrica “*L’angolo della poesia*” curato dalla nostra signora Caterina, arrivano altre composizioni sulle pagine de “*La Voce*”. Su proposta della signora Amalia (ancora lei!) l’ASA Letizia del terzo piano ha accettato di pubblicare ogni tanto alcune delle sue poesie che già hanno avuto in passato dei riconoscimenti.

Al mio bambino Cristiano

*Un giorno meraviglioso, fu quello,
il sole spuntò e tutto mi sembrò più bello,
la primavera donava già il suo profumo,
i suoi tenui colori brillavano tutti intorno.
Un soffio di vento mi accarezzò la testa,
come una mamma, con la sua dolcezza,
entrasti piangendo, quel lieto mattino,
e io ti asciugai quel tenero visino:
mio figlio, gridai, oggi è nato!
Quel pianto possente, del mio neonato!
Ero felice, serena, gioiosa,
di colpo mi accorsi di aver donato qualcosa,
la vita, al mio caro, prezioso bambino,
con grande entusiasmo, mi commossi un pochino.
Questo mio bimbo così tanto speciale,
ci vuole un nome che sappia portare!
Per questo mio caro, tu devi essere fiero,
Cristiano; è sentirlo, come pensiero,
Bimbo mio caro, piccolo mio,
sii sempre buono, amando anche Dio!!!*

Noi della redazione siamo sempre contenti quando qualcuno del personale offre le sue idee e la sua collaborazione per rendere il nostro giornalino sempre più ricco e interessante: non abbiate timore dunque, fatevi avanti!!!



Auguri!!!



...agli Ospiti che compiono gli anni nel mese di

Marzo

Il giorno 5 Bassanelli Rachele

Il giorno 6 Nosari Pierina

Il giorno 9 Torri Letizia e Vitali Pierina

Il giorno 16 Bertocchi Lorenza

Il giorno 17 Colombi Caterina

Il giorno 21 Ongaro Francesca

Il giorno 22 Motta Maria Paolina

Il giorno 23 Resmini Maria

Il giorno 24 Acerbis Armida

...e a quelli che li compiono ad

Aprile

Il giorno 10 Della Torre Antonietta

Il giorno 14 Ravasio Eugenia

Il giorno 19 Marcarini Adriana

Il giorno 21 Prudenza Elisa

Il giorno 23 Pedrini Vittoria

Auguri!!!

Ringraziamenti

- ♥ Grazie come sempre ai Volontari dell'Associazione "Omnia vitae" che opera in struttura che ci supportano in ogni modo e ai volonterosi che ci aiutano nelle varie attività ed iniziative
- ♥ Grazie ai nostri sponsor per sostenerci anche quest'anno e a chi ha contribuito con un'offerta al nostro giornalino
- ♥ Grazie a Corrado per l'offerta
- ♥ Grazie al signor Rudelli Gianni per averci messo gratuitamente su pannello la foto di Padre Pio
- ♥ Grazie a Graziella per l'offerta
- ♥ Grazie alla sig.ra Amalia per l'offerta
- ♥ Grazie al sig. Cuni per le stoffe
- ♥ Grazie alla sig.ra Gemma per l'offerta
- ♥ Grazie al sig. Fiori Giacinto (nuovo sponsor)
- ♥ Grazie a Maddalena e Sara per i materiali di laboratorio
- ♥ Grazie al figlio della sig.ra Lodetti per l'offerta
- ♥ Grazie alla sig.ra Andreina per l'offerta
- ♥ Grazie al titolare del Bar Centrale Roby per le deliziose torte in occasione del Sacro Triduo
- ♥ Grazie a Bruna per i cappucci

E un grazie di cuore a tutti gli altri che abbiamo dimenticato, ma che ci aiutano e ci pensano!!!

Alla prossima!!!

I nostri SPONSOR

IMPRESA EDILE



TORRI VITTORINO

Costruzioni edili private e industriali

Via Ruviali 41 - 24024 Gandino-BG
Tel 035/746149



PANIFICIO F.LLI PERSICO S.N.C.

di Persico Angelo e Silvia

Via Papa Giovanni XXIII n°12
24024 Gandino (BG) -Tel 035/745444



Via Forzenigo 1 -24024- Gandino (BG)
Tel. 035/745150



**Albergo - Ristorante
Pizzeria - Caffè**

CENTRALE

Piazza V. Veneto, 11 - GANDINO
Tel. 035.727371

OROLOGERIA - OREFICERIA

MAURO 
Orafo

Via Papa Giovanni XXIII, 22 - GANDINO
Tel. 035.746711



**Caffetteria
Antica Fontana**

TABACCHERIA - LOTTO - EDICOLA
SERVIZIO FAX E FOTOCOPIE
RICARICHE CELLULARE - BOLLO AUTO/MOTO
ARTICOLI REGALO - GIOCATTOLI

GANDINO - via Papa Giovanni XXIII, 1 - Tel. 035.745601
Aperta tutti i giorni dalle ore 6 alle 20 - Chiuso domenica pomeriggio

I.P.G.

IMPRESA PULIZIE GANDINO

di Fiori Giacinto

**PULIZIE UFFICI, APPARTAMENTI, VILLE E CONDOMINI
TRATTAMENTO PAVIMENTI IN GENERE
(COTTO - MARMO - LINOLEUM)**

Via Ugo Foscolo, 96/c - GANDINO - Tel. 035.731119