“Al Valmaggin”

Il giornalino del Cottolengo

SETTEMBRE OTTOBRE

Gordevio, 2018

INDICE

Pag.

2 Indice
3 Programma animazione
4 I prossimi eventi
6 Attività ricorrenti della casa
7 Una poesia per voi
8 Cosa abbiamo fatto i mesi scorsi?
10 La ricetta perfetta: Torta di castagne
12 La canzone del mese: “Il salmo svizzero”
13 Compleanni del mese
15 La domanda del mese: “Come si fa il vino?”
19 I residenti intervistano: Le capo reparto
23 Alleniamo un po' la mente
24 Il ricordo del mese: “Come festeggiavamo il 1° agosto ai nostri tempi”
25 La storia nell’arte: “La fuga di Maria e Giuseppe”
26 Soluzioni indovinelli del mese scorso
27 La redazione vi aspetta
28 Ringraziamenti

PROGRAMMA ANIMAZIONE

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
MATTINO 8.30 - 12.00				
9.00 Attività con il tablet con Tatiana	9.00 Pet Therapy con il cane Jack	9.00 Ginnastica dolce con Chantal	9.00 Decorazioni autunnali con Selena	9.00 Attività in giardino o in animazione con Antonio
9.30 Ginnastica dolce con Paola	9.00 Quadri in 3D con Selena	9.00 Attività con il tablet con Tatiana		9.30 Musicoterapia con Gianluca
		10.30 Attività a scelta in sala animazione con Antonio		9.30 Viaggio in immagini con Tatiana
		10.30 Prepariamo l'aperitivo dolce con Tatiana		
POMERIGGIO 14.00 – 17.30				
15.00 TOMBOLA con i volontari	14.00 Ortoterapia in giardino Oppure Attività a scelta in sala animazione con Antonio	14.00 Prepariamo l'aperitivo salato con Selena e Tatiana	14.00 Ortoterapia in giardino Oppure Attività a scelta in sala animazione con Antonio	14.30 Pieghiamo gli asciugamani con Selena e Tatiana
		16.00 APERITIVO IN GIARDINO O AL BAR		

Per maggiori informazioni chiedete agli animatori

I PROSSIMI EVENTI

SETTEMBRE

DOMENICA 2

POLENTATA COI PARENTI

ORE 11.00 INIZIO GIOCHI

MARTEDÌ 4

CORO DI LOSONE

ORE 15.00 IN SALONE 2°PIANO

GIOVEDÌ 13

USCITA PARCO PARSIFAL (MONTE VERITÀ)

ORE 09.30 PARTENZA

VENERDÌ 14

FOTOGRAFIE

USCITE FALCONERIA

15.00 IN SALONE 2°PIANO

GIOVEDÌ 20

USCITA AL LAGO

09.30 PRONTI A PARTIRE

VENERDÌ 21

FOTOGRAFIE USCITA TORNEO DI BOCCE

15.00 IN SALONE 2°PIANO

MERCOLEDÌ 26

FESTA DEI COMPLEANNI

ORE 16.00 SALONE 2° PIANO

GIOVEDÌ 27

USCITA AL LAGO

09.30 PRONTI A PARTIRE

VENERDÌ 28

FOTOGRAFIE ECLISSI LUNARE

15.00 IN SALONE 2°PIANO

APERITIVO IN COMPAGNIA

Vi invitiamo calorosamente a partecipare

TUTTI I MERCOLEDÌ

DALLE ORE 16.00

IN GIARDINO O AL BAR

CENTRO ESTETICO

CON MARIARITA

OGNI TERZO GIOVEDÌ DEL MESE

SU APPUNTAMENTO

GINNASTICA DOLCE

CON BIAGIO

IL SABATO ALLE ORE 10.00

(salone 2°Piano)

UNA POESIA PER VOI

“Paura dei tuoi occhi”- Alda Merini

Proposta da: Miranda B.

Paura dei tuoi occhi,
di quel vertice puro
entro cui batte il pensiero,
paura del tuo sguardo
nascosto velluto d’algebra
col quale mi percorri,
paura delle tue mani
calamite leggere
che chiedono linfa,
paura dei tuoi ginocchi
che premono il mio grembo
e poi ancora paura
sempre sempre paura,
finché il mare sommerge
questa mia debole carne
e io giaccio sfinita
su te che diventi spiaggia
e io che divento onda
che tu percuoti e percuoti
con il tuo remo d’Amore.

COSA ABBIAMO FATTO I MESI SCORSI?

LUGLIO

GIOVEDÌ 5
FALCONERIA
CON PRANZO

GIOVEDÌ 12
FALCONERIA

MERCOLEDÌ 18
GRIGLIATA
E GIOCHI

MERCOLEDÌ 25
FESTA DEI COMPLEANNI
E MUSICA CON
PAOLO TOMAMICHEL

AGOSTO

MERCOLEDÌ 22
GRIGLIATA
E GIOCHI

VENERDÌ 31
FESTA DEI COMPLEANNI

LA RICETTA PERFETTA

Torta di castagne

Ingredienti:

Torta

150g zucchero greggio macinato
3 tuorli
220g purea di castagne, scongelate
100g burro, liquido, raffreddato
150g nocciole macinate
3 albumi
1 presa di sale
20g croccante alle nocciole

Decorazione

60gcioccolato fondente, sciolto
60gcroccante alle nocciole
zucchero a velo per spolverizzare

Procedimento:

Torta

Disporre lo zucchero e i tuorli in una scodella, sbattere con la frusta elettrica fino a quando il composto risulti più chiaro. Aggiungere purea di castagne, burro e noci e mescolare. Montare gli albumi con il sale. Unire 1/3 degli albumi al composto, incorporare con cura il resto degli albumi usando la spatola di gomma. Versare la pasta nello stampo preparato.
Cottura al forno: ca. 15 min. nella parte inferiore del forno preriscaldato a 180 °C. Sfornare, cospargere con la granella, rimettere in forno e far cuocere per ca. altri 45 min., far raffreddare brevemente. Togliere il bordo dello stampo, spingere la torta sulla gratiglia, far raffreddare completamente.

Utensili

Per uno stampo con fondo staccabile di ca. 18 cm Ø, fondo rivestito con carta forno, bordo imburrato

Decorazione

Spalmare il cioccolato sul bordo di torta. Trasferire subito la torta su carta da forno e decorare il bordo con la granella. Spolverizzare la torta con dello zucchero a velo.

LA CANZONE DEL MESE

Salmo svizzero

Quando bionda aurora il mattin c'indora
l'alma mia t'adora re del ciel!
Quando l'alpe già rosseggia
a pregare allor t'atteggia;
in favor del patrio suol,
in favor del patrio suol,
cittadino Dio lo vuol,
cittadino Dio, si Dio lo vuol.

Se di stelle è un giubilo la celeste sfera
Te ritrovo a sera o Signor!
Nella notte silenziosa
l'alma mia in Te riposa:
libertà, concordia, amor,
libertà, concordia, amor,
all'Elvezia serba ognor,
all'Elvezia serba ognor.

Se di nubi un velo m'asconde il tuo cielo
pel tuo raggio anelo Dio d'amore!
Fuga o sole quei vapori
e mi rendi i tuoi favori:
di mia patria deh! Pietà,
di mia patria deh! Pietà,
brilla, sol di verità,
brilla, sol di verità.

Quando rugge e strepita impetuoso il nembo
m'è ostel tuo grembo o Signor!
In te fido Onnipossente
deh, proteggi nostra gente;
Libertà, concordia, amor,
Libertà, concordia, amor,
all'Elvezia serba ognor,
all'Elvezia serba ognor.

COMPLEANNI DEL MESE

Un caloroso augurio a tutti i festeggiati!

SETTEMBRE	OTTOBRE
Giovanna N.	Amelia P.
Oskar P.	Gertrud F.
Carmen B.	Gerhard R.
Ida G.	Emil K.
	Don Klaus J.
	Laura B.
	Antonietta P.

LA DOMANDA DEL MESE

Come si fa il vino?

Il vino si ottiene dalla fermentazione alcolica del succo d'uva grazie ad alcuni lieviti presenti sulla buccia dell'acino, in grado di trasformare lo zucchero della polpa in alcol etilico e anidride carbonica.
In base al tipo di uva impiegata e ai processi di vinificazione si possono produrre vini bianchi, rosati e rossi di diverse gradazioni alcoliche.

1. **Vendemmia**

Il primo step del ciclo produttivo del vino è la VENDEMMIA.
Anticamente, era fatta esclusivamente a mano, oggi invece viene eseguita la maggior parte delle volte meccanicamente, tuttavia, questo tipo di raccolta è meno accurata di un tempo, poiché non permette di fare una cernita dei grappoli da cogliere.

I metodi di raccolta delle uve possono essere:

MANUALE:viene utilizzata per la produzione di vini di elevata qualità e degli spumanti, in quanto è necessario operare una scelta selettiva dei grappoli; ciò comporta un inevitabile aumento dei costi di produzione.

MECCANICO: attraverso macchine agevolatrici e le macchine vendemmiatrici. Il prodotto che si stacca dalla pianta viene raccolto prima che tocchi terra, pulito da eventuali impurità e messo in una tramoggia (contenitore a forma di piramide), che poi successivamente viene svuotata in rimorchi appositi.

A prescindere dal metodo utilizzato, durante la fase di raccolta delle uve occorre comunque rispettare alcune regole:
– è necessario evitare di raccogliere l'uva bagnata (da pioggia, rugiada o nebbia), in quanto l'acqua potrebbe influire sulla qualità del mosto;
– vanno evitate le ore più calde della giornata, per impedire l'inizio di fermentazioni indesiderate;
– i grappoli andranno riposti in contenitori non troppo capienti, per evitare lo schiacciamento degli stessi;
– l'uva dovrà essere trasportata nei locali in cui sarà effettuata la vinificazione nel più breve tempo possibile, per evitare fermentazioni o macerazioni indesiderate.

Il periodo di vendemmia varia tra luglio e ottobre e dipende da molti fattori: condizioni climatiche, zona di produzione , tipo di uva, tipo di vino che si vuole ottenere determinato dalla maggiore o minore presenza di alcuni componenti come, zuccheri, acidi e componenti aromatici.

2. Pigiatura

Dopo la raccolta dell'uva, si procede con la PIGIATURA.
Un tempo i contadini schiacciavano i grappoli d'uva nei mastelli a piedi nudi.
Oggi viene effettuata attraverso macchinari detti "diraspapigiatrici" che permettono l'eliminazione dei raspi prima che attraversino i rulli, diminuendo il rischio di schiacciarli e liberare il succo vegetale, amaro ed astringente.
Tramite la pigiatura il mosto ottenuto viene purificato dalle impurità e corretto con sostanze che ne regolano l'acidità e la componente zuccherina.
In seguito il mosto viene posto in grandi tini a fermentare.

3. Fermentazione

La FERMENTAZIONE o più propriamente VINIFICAZIONE, può durare da 1 giorno a 1 settimana, ma può essere anche prolungata fino a 10 giorni quando si tratta di vini più complessi.

E' proprio durante questo processo biochimico che lo zucchero contenuto nel mosto si trasforma gradualmente in alcol e in anidride carbonica.
La vinificazione segue un procedimento differente in base al tipo di vino che si vuole ottenere, avviene all'interno di vasi vinari, in cui si trova il mosto e le bucce dell'uva. Ne esitono due tipi:

La vinificazione in bianco: Il mosto viene separato dalle bucce e dai semi prima della sua fermentazione , si otterranno così vini bianchi che generalmente vanno bevuti entro 3 anni dalla data di vendemmia. Per ottenere i vini rosati, si esegue una parziale vinificazione in bianco.

La vinificazione in rosso: Il mosto in fermentazione viene lasciato in contatto con bucce e semi che rilasciano il colore tipicamente rosso e i tannini.

4. Svinatura e Invecchiamento

Infine si avrà la svinatura seguita eventualmente dall'invecchiamento; consiste nel travasare il vino, purificato dai residui solidi e dalle vinacce nel caso dei vini rossi, nelle botti dove avvengono una seconda fermentazione e un'ulteriore trasformazione dello zucchero residuo, il tutto ad una temperatura di circa 15°C.
A questo punto, i vini bianchi sono pronti per essere imbottigliati, mentre per i vini rossi inizia l'invecchiamento, che può durare fino a 5 anni.

I RESIDENTI INTERVISTANO

SABRINA DI MARCO
MARIALUISA FALABRETTI
CAPO REPARTO

1. Vi soddisfa questo mestiere?

"Sì, sono circa quarant'anni che svolgo questa professione, ed è molto interessante anche se non facile." -Luisa-

"Io faccio questo lavoro da quasi trent'anni, mi piace molto ed è sicuramente soddisfacente."

-Sabrina-

2. C'è tanto da fare?

"Dipende dai giorni. Certamente è un lavoro che deve piacere anche perché bisogna sempre aggiornarsi, continuare ad imparare facendo dei corsi." –Luisa e Sabrina-

3. Che scuole avete frequentato?

"Ho fatto la magistrale per essere maestra d'asilo e in seguito la scuola per diventare infermiera. Attualmente mi sto ancora formando per diventare specialista clinica." -Sabrina-

"Ho un diploma di scuola superiore come infermiera e ho fatto una formazione durata un anno per diventare caporeparto." -Luisa-

4. Dove avete lavorato prima? Quale posto avete preferito?

"Come infermiera ho lavorato all'ospedale di Verbania, quasi sempre nel reparto di ortopedia. In seguito sono andata alla casa di riposo di Cannobbio per quattro anni, ed infine sono arrivata qui quattordici anni fa, infatti è il posto dove mi trovo meglio." -Sabrina-

"La scuola infermieri l'ho frequentata a Bergamo dove sono nata e cresciuta, poi mi sono trasferita a Bellinzona e ho lavorato per circa due anni all'ospedale S. Giovanni. Sono poi andata ad a vivere a Luino ed ho lavorato in ospedale in medicina, in cardiologia, nel blocco operatorio e in rianimazione. Sono stata anche responsabile della scuola per infermieri dell'ospedale di Luino. Da nove lavoro in questa casa. Mi sono trovata bene ovunque, e la cosa bella è l'aver potuto imparare sempre tante cose nuove. Tutt'ora sto ancora imparando." -Luisa-

5. È impegnativo essere un capo?

"È molto impegnativo perché si hanno molte responsabilità. Dobbiamo rispondere del lavoro degli altri e non solo del nostro. Siamo responsabili del vostro benessere e questo necessita impegno, nonostante venga fatto con piacere."

-Luisa e Sabrina-

Irene G.: "Beh, sbagliando s'impara!"
"Questo è vero. Ad ogni modo l'importante è ammetterlo e poi cercare delle soluzioni per migliorarsi." -Luisa-

6. Quali sono i vostri compiti come capo reparto?
"Coordinare il lavoro degli operatori nei reparti e controllare il loro operato in modo che vi sia qualità dal punto di vista di voi residenti. Tutto ciò in funzione del vostro benessere. Controllare l'organico, cioè che ci sia sempre abbastanza personale a coprire i vari turni, quindi organizzare anche le sostituzioni nel caso in cui, ad esempio, un operatore sia malato. Partecipiamo regolarmente a diverse riunioni col direttore, la capo cure, i medici, le terapiste e il personale curante per stabilire cosa fare per farvi stare sempre meglio o per discutere di problemi e trovare delle soluzioni."
-Luisa e Sabrina-

7. È difficile gestire la riservatezza del residente?
"No, perché il professionista sa che vige il segreto professionale e che non bisogna divulgare informazioni. Ad ogni modo lo ribadiamo sempre e lo diciamo anche ai nuovi collaboratori. È tutto riservato qui, siete ben tutelati." -Luisa e Sabrina-

8. Avete famiglia? Riuscite a gestirla nonostante il lavoro?

"Da diversi anni vivo sola e ho un cane e due gatti che sono piuttosto anziani e m'impegnano abbastanza. Mia figlia ha 32 anni e vive con il suo compagno. In passato, anche con la collaborazione del marito, sono sempre riuscita a gestire bene casa e lavoro." -Luisa-

"Ho un marito, due figli che vivono ancora a casa e la mamma nella porta accanto di cui a volte mi occupo, ha 83 anni ma è ancora in gamba. Essendosi sempre presa cura dei miei figli quand'erano piccoli credo che sia più che giusto che adesso sia io ad aiutarla. Attualmente non abbiamo animali ma ogni tanto ho paura che mio figlio mi porti a casa un cane. Sono belli da avere ma richiedono molto tempo e impegno. Davanti alla casa abbiamo un grande giardino di cui ci occupiamo io e mio marito." -Sabrina-

ALLENIAMO UN PO' LA MENTE....

OGNI PAROLA A DESTRA È DA ASSOCIARE AD UNA PAROLA A SINISTRA

TELEFONO	→	**RUBRICA (ESEMPIO)**
LANA		**COLLANA**
CARTA		**GIORNALE**
CUOIO		**MAGLIONE**
CERA		**SCARPA**
FERRO		**CANCELLO**
ORO		**CANDELA**

CANCELLA TUTTE LE PAROLE NON ATTINENTI ALL'AUTUNNO

OMBRELLONE	**SANTO STEFANO**	**PIOGGIA**
TUTTI I SANTI	**ROSA**	**ZUCCA**
DOPOSCÌ	**FUNGHI**	**SDRAIO**
CASTAGNA	**COSTUME**	**ALBICOCCA**
CACHI	**CARNEVALE**	**SCUOLA**
NEBBIA	**IMPERMEABILE**	**LETARGO**

IN OGNI RIGA ORIZZONTALE C'È UNA PAROLA CHE NON È LEGATA ALLE ALTRE, QUALE?

DANESE	**PASTORE TEDESCO**	**SORIANO**
CALZOLAIO	**LIBRO**	**SEGRETARIO**
CODA	**TROTA**	**SALMONE**
CASCINA	**VILLA**	**MATTONE**

LE RISPOSTE LE TROVERETE NELLA PROSSIMA EDIZIONE DEL GIORNALINO

IL RICORDO DEL MESE

“Come festeggiavamo il 1° agosto ai nostri tempi”

“Noi andavamo sul monte Valdo sopra Frasco e facevamo un falò che veniva ammirato da tutti quelli che restavano giù in paese. Non c’erano ancora i fuochi d’artificio, accendevamo solo dei zolfanelli.” -Irene G.-

“Facevamo un grande falò nella piazza e tutti uscivano con una lanterna in mano. Il comune aveva un uomo per parlare alla gente della Svizzera, della guerra, e del fatto che dovevamo essere uniti in questi tempi difficili, fare i bravi e aiutarci a vicenda.” -Rosmarie M.-

“Andavamo al campo Pestalozzi dove tutti sventolavano delle grandi bandiere svizzere. Poi si faceva un falò e cantavamo l’inno nazionale. Era davvero bello e c’era sempre tanta gente! Si accendevano i fiammiferi e si sparavano dei piccoli fuochi d’artificio nel cielo.” -Anonimo-

LA STORIA NELL'ARTE

Il gruppo di musicoterapia ha creato una storia osservando un quadro

LA FUGA DI MARIA E GIUSEPPE

C'era una volta Maria, Giuseppe e l'asinello che facevano parte di un presepio. Gesù bambino era in braccio a Maria. Erano in campagna, c'erano fiori gialli fuori dalle porte perché altrimenti Erode (Pilatus) ammazzava i bambini sotto i quattro anni.
Mentre stavano andando verso Gerusalemme, per evitare che Gesù venisse ucciso, cantavano una canzone intitolata "Ave Ave Maria". Volevano rifugiarsi in una grotta. Durante il viaggio c'erano tante palme e cipressi. Erano scalzi perché non avevano soldi per comprare le scarpe, per fortuna era una bella giornata perché in quei posti fa sempre caldo. Giuseppe aveva il bastone per difendersi dagli animali feroci. Durante il viaggio avevano fame e sete, ma contenti per aver salvato Gesù. Sembrava proprio un cammino verso la salvezza.

SOLUZIONI INDOVINELLI ULTIMA EDIZIONE

Numerate le sequenze d'azione nell'ordine cronologico corretto d'esecuzione: PREPARAZIONE DEL CAFFÈ

3Si mette la polvere del caffè nel filtro
1 Si prende il caffè
5 Si mette il caffè sul fornello
6 Si spegne il fornello quando il caffè è pronto
2 Si mette l'acqua nella parte inferiore della caffettiera
4 Si accende il fornello

Cancellate tutte le parole non attinenti alla stagione dell'estate:

Epifania	**Gelato**	**Cachi**
Carnevale	**Festa del lavoro**	**Letargo**
Arance	**Costume**	**Ventilatore**
San Valentino	**Vacanze**	**Neve**
Mietitura	**Viole**	**Grandine**

In quali modi posso cucinare i seguenti alimenti?

1. Uovo: Bollite, occhio di bue, alla "Coque", al tegamino, in camicia
2. Patata: al forno, in padella, purea, insalata, bollite, al vapore
3. Fragola: marmellata, macedonia, torta, crema
4. Castagna: al forno, alla brace, bollite

LA REDAZIONE VI ASPETTA!

Vorreste partecipare alla redazione del giornalino che si tiene ogni mercoledì pomeriggio?

Vi piacerebbe condividere una ricetta, una poesia, un'esperienza, presentarci un personaggio famoso a cui tenete molto o la vostra città d'origine?

ANNUNCIATEVI

ad un curante o alle animatrici!

L'ergoterapista appena sarà informata verrà a sentire quello che avete voglia di condividere

RINGRAZIAMENTI

Ai residenti che hanno preso parte alla creazione del giornalino del mese di SETTEMBRE/OTTOBRE:

M. Rosmarie

G. Irene

B. Miranda

Anonimo

GRAZIE MILLE