



# **“Al Valmaggin”**

**Il giornalino del Cottolengo**

**DICEMBRE**  
**GENNAIO**



**Gordevio, 2019-2020**



# INDICE

## **Pag.**

- 2    **Indice****
- 3    **I prossimi eventi****
- 5    **Attività ricorrenti della casa****
- 6    **Una poesia per voi****
- 9    **Cosa abbiamo fatto i mesi scorsi?****
- 13   **La ricetta perfetta: Biscotti alla cannella****
- 14   **La canzone del mese: “Tu scendi dalle stelle”****
- 15   **Compleanni del mese****
- 17   **I residenti intervistano: Gianluca Sala - musicoterapista****
- 19   **Da dove nasce l’usanza dei regali di Natale****
- 21   **Alleniamo un po’ la mente****
- 22   **Il ricordo del mese: Il legame con i nonni o fratelli****
- 24   **Soluzioni indovinelli del mese scorso****
- 25   **La redazione vi aspetta****
- 26   **Ringraziamenti****

# I PROSSIMI EVENTI

## DICEMBRE

**MARTEDI 3**  
**CORO DI LOSONE**  
**A GORDEVIO**  
**ORE 15.00**



**MERCOLEDI 4**  
**LIDIA CON**  
**LA FISARMONICA**  
**A GORDEVIO**  
**ORE 10.00 IN ANIMAZIONE**



**LUNEDÌ 9**  
**FESTA DEI COMPLEANNI**  
**A CEVIO**  
**ORE 13.45 PRONTI A PARTIRE**



**GIOVEDÌ 12**

**TEATRO AL GATTO**

**ORE 14.00 PRONTI A PARTIRE**



**MARTEDÌ 17**

**FESTA DEI COMPLEANNI**

**AL MIRALAGO**

**ORE 15.00 IN ANIMAZIONE**



**GIOVEDÌ 19**

**FESTA DEI COMPLEANNI**

**A GORDEVIO**

**ORE 15.00 IN ANIMAZIONE**

**VENERDÌ 20**

**USCITA AL CENTRO**

**COOP TENERO**

**ORE 13.45 PRONTI A PARTIRE**



# APERITIVO IN COMPAGNIA



**Vi invitiamo calorosamente  
a partecipare**

**TUTTI I MERCOLEDÌ**

**DALLE ORE 16.00 AL BAR  
DEL COTTOLENGO**

---

**CENTRO ESTETICO**

**CON MARIARITA**

**SU APPUNTAMENTO**



# UNA POESIA PER VOI

## Dialogo del fanciullo e dell'albero fiorito

Proposta da: **Silvia D.**

*Parla il fanciullo:*

**Oh, la stranezza! Ieri,  
nudo come una trave:  
oggi, vestito a festa!  
E spargi il tuo soave  
chiaror per la foresta;  
e nei venti leggeri  
agiti il tuo vestito  
lucente e ricamato.  
O, chi te l'ha donato  
o chi te l'ha cucito  
cotesto bel vestito  
di raso ricamato?**



*Parla l'albero fiorito:*

**Era ottobre, ed io languivo  
con in fondo al mio pensiero  
una gran malinconia;  
venne un vento cattivo,  
mi scrollò, mi portò via  
il vestito giornaliero;  
e poi venne la nebbia trista,  
fumò tacita, mi avvolse,  
mi bendò adagio, mi tolse  
il sole dalla vista;**



**e poi cadde la pioggia grossa,  
battiture aspre mi die',  
mi penetrò nell'ossa,  
mi immollò da capo a pie';  
e poi cadde la bianca neve:  
fredda cadde, alta così;  
tutta mi cadde addosso,  
vivo mi seppellì!**

**Io tremavo a più non posso:  
"Muoi!" dicea tra me:  
e invece sonno presi,  
e dormii tanto che mai;  
dormii sodo mesi e mesi,  
e stamane mi svegliai,  
mi svegliai ch'ero vestito  
e il sol d'oro era sul prato:  
ma chi me l'ha donato,  
ma chi me l'ha cucito  
cotesto bel vestito  
di raso ricamato,  
non lo so, fanciullo mio:  
lo sa Iddio.**



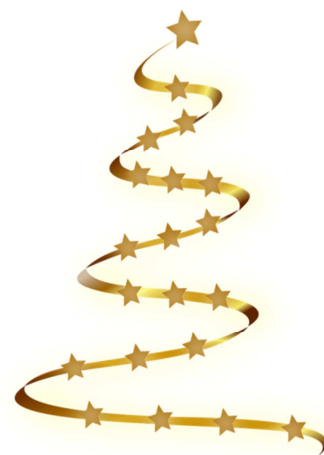


# La festa era bella

Di Fabio Cheda



***Che strano Natale quest'anno  
Davanti allo stesso capanno:  
c'è sempre la Sacra Famiglia,  
ma attorno non c'è meraviglia.  
Non bastano i giorni d'Avvento  
Per cogliere il magico evento;  
le luci, le palle dorate  
son pronte già dopo l'estate  
È tutta una farsa ammiccante  
Davanti alla merce abbondante;  
che importa è confondere gli occhi  
e prendere soldi agli allocchi.  
Seduto al tepor del camino,  
davanti a un boccale di vino,  
ascolto, un po' prima del sonno,  
la storia di un vecchio bisnonno.  
“Non c'era una volta, a Natale,  
nel nostro villaggio rurale,  
quel gran bendidio di prodotti:  
giocattoli ricchi e biscotti.  
Sul tavolo, dentro al cestino,  
due noci ed un bel mandarino;  
un paio di nuove calzette,  
un caco con tre spagnolette.  
Un piccolo segno bastava,  
di poco ci si accontentava;  
in casa era allegra la gente,  
la festa era bella ugualmente.”***





# **COSA ABBIAMO FATTO I MESI SCORSI?**

## **OTTOBRE**

**MARTEDI 1**  
**CORO DI LOSONE**



**GIOVEDI 3**  
**TEATRO AL GATTO**



**DOMENICA 6 E 13**  
**CASTAGNATA AL  
PATRIZIATO DI  
GORDEVIO**



**MARTEDI 8 E 15**  
**USCITA AL LAGO**



**MERCOLEDI 9 E 23**  
**LIDIA CON**  
**LA FISARMONICA**



**GIOVEDI 24**  
**GRUPPO FARFALLE**



**GIOVEDI 31**  
**FESTA DEI**  
**COMPLEANNI**



# NOVEMBRE

**MARTEDI 5**  
**CORO DI LOSONE**



**MERCOLEDI 6 E 20**  
**LIDIA CON**  
**LA FISARMONICA**



**GIOVEDI 7**  
**VISITA DEL**  
**VESCOVO MONS.**  
**VALERIO LAZZERI**



**DOMENICA 17**  
**TOMBOLA AD AVEGNO**



**MARTEDI 26**  
**USCITA AL CENTRO**  
**MANOR DI ASCONA**



**GIOVEDI 28**  
**FESTA DEI**  
**COMPLEANNI**



**SABATO 30**  
**È ARRIVATO**  
**SAN NICOLAO**  
**A GORDEVIO**



# LA RICETTA PERFETTA

## Biscotti alla cannella

Proposta da: Lucia G.

### Ingredienti per 50 biscotti:

**250 gr farina**  
**100 gr zucchero**  
**60 gr zucchero di canna**  
**1 cu di cannella**  
**1 cu di cacao amaro**  
**½ cu di lievito**  
**Buccia di 1 arancia grattugiata**  
**125 gr di burro**  
**1 uovo**



### Procedimento:

**In una ciotola mescolate la farina con lo zucchero di canna, lo zucchero semolato, il cacao, la cannella, la buccia di arancia grattugiata e il lievito. Fare un buco al centro e aggiungere l'uovo e il burro ammorbidito. Lavorate il composto fino ad ottenere un panetto omogeneo che metterete a rassodare in frigo per 30 minuti. Riprendere il panetto e stendetelo su una superficie infarinata con uno spessore di 3 mm. Con un Tagliapasta a forma di stella, ricavate tanti biscotti che andrete a posizionare man mano su una teglia rivestita di carta forno. Infornare le stelle alla cannella in forno già caldo a 180 gradi e cuocere per 10 minuti circa**

# LA CANZONE DEL MESE

## Tu scendi dalle stelle



**Tu scendi dalle stelle  
O Re del Cielo,  
E vieni in una grotta  
Al freddo al gelo,  
E vieni in una grotta  
Al freddo al gelo.**

**O Bambino mio Divino  
Io ti vedo qui a tremar.  
O Dio Beato,  
Ahi, quanto ti costò  
L'avermi amato!  
Ahi, quanto ti costò  
L'avermi amato!**

**A te, che sei del mondo  
Il Creatore  
Mancano panni e fuoco  
O mio Signore!  
Mancano panni e fuoco  
O mio Signore!**







**Caro eletto Pargoletto  
Quanto questa povertà,  
Caro eletto Pargoletto  
Quanto questa povertà.  
Più mi innamora!  
Giacché ti fece amor  
Povero ancora!  
Giacché ti fece amor  
Povero ancora!**

**O Bambino mio Divino,  
Io ti vedo qui a tremar.  
O Dio Beato,  
Ahi, quanto ti costò  
L'avermi amato!  
Ahi, quanto ti costò  
L'avermi amato!**





# COMPLEANNI DEL MESE

*Un caloroso augurio a tutti  
i festeggiati!*



**DICEMBRE**

**Marisa P.  
Maurizio P.  
Severino S.  
Silvana Z.**



**GENNAIO**

**Carla B.  
Angelo C.  
Virginia G.  
Irene G.  
Lucia G.  
Rosmarie M.  
Noemi P.  
Armida T.  
Maria W.**



# I RESIDENTI INTERVISTANO

## GIANLUCA SALA

### Musicoterapista

**1. Cosa si fa durante una seduta? Quanto dura?**

***“Si utilizzano diversi esercizi "giochi", sia vocali che ritmici. Si cantano delle canzoni popolari e non e se ne inventano di proprie. La durata di una seduta è di 45 minuti.”***

**2. Quanto dura la formazione?**

***“Il master in musicoterapia dura due anni. Quello di strumento cinque.”***

**3. Da dove vieni?**

***“Sono nato a Bergamo, ma vivo a Muralto. Nel mio percorso di vita ho comunque vissuto diversi anni all'estero.”***

**4. Da quanto suoni la chitarra? Suoni altri strumenti?**

***“Da circa 35 anni. Suono anche il basso e mi diverto anche a suonare la batteria, l'ukulele e altri strumenti a percussione. Ovviamente da non dimenticare la voce, il primo strumento a disposizione ovunque.”***

**5. Come mai hai scelto questo lavoro?**

***“Per la mia grande passione e perché mi piace aiutare a stare meglio.”***

**6. Che benefici dà la musicoterapia?**

***“Senza aprire un capitolo infinito, si può semplificare dicendo che aiuta a ad essere attivi, stimola le capacità mentali e favorisce il buon umore.”***

**7. Usi la musica che fa dormire?**

***“Uso tutto ciò che può essere necessario. Deve esistere un equilibrio tra tensione e distensione. Per cui se necessario è importante suonare degli strumenti che possano far rilassare.”***

**8. Cosa fai quando non fai questo lavoro?**

***“Insegno chitarra presso la Musikschule di Uri. Mi esercito e svolgo attività concertistica. Inoltre ci tengo tantissimo a dirlo, in questo magico momento della mia vita, svolgo il più bel lavoro del mondo: quello di papà.”***

# LA DOMANDA DEL MESE

## Da dove nasce l'usanza dei regali di Natale?



**I regali di Natale rappresentano un'abitudine che affonda le sue radici molto lontano nel tempo: al giorno d'oggi regalare qualcosa ai propri cari (amici, parenti, famiglia) durante le feste natalizie è quasi una cosa scontata, ma in molti si chiedono da dove derivi questa tradizione che oggi fa parte del modo di fare di ognuno di noi.**

**Bisogna prima di tutto sottolineare che lo scambio dei regali natalizi è una abitudine che si rifà alla tradizione cristiana moderna: la Chiesa antica, infatti, non celebrava il Natale in quanto, prima della nascita di Cristo, il giorno di Natale non esisteva in quanto giorno sacro.**

**La tradizione dello scambio dei doni va quindi fatta risalire alla nascita di Cristo ed in particolare ai doni per eccellenza che i Re Magi fecero a Gesù bambino, ovvero oro, incenso e mirra.**

**A partire dalla tradizione moderna cristiana ed europea, verso la fine del Medioevo si iniziò a fare dei doni ai bambini perché ricordassero la nascita di Gesù come un momento di gioia.**

**Se vogliamo, quindi, la nascita della cultura del dono durante il Natale ha origine nella tradizione religiosa, anche se nel corso dei secoli essa ha assunto una caratteristica sempre più consumistica e sempre più staccata dalla tradizione antica. In America, per esempio, i primi coloni olandesi diedero vita allo sviluppo di una cultura del dono che era estrinseca alla caratteristica religiosa che veniva fuori dalla tradizione cristiana: ecco che proprio in America aveva luogo la nascita della tradizione che vede ancora oggi protagonista San Nicola (Santa Claus, meglio noto come Babbo Natale), portare i doni ai bambini durante le feste natalizie.**

**Ma al giorno d'oggi perché facciamo i regali di Natale? Secondo gli esperti, siamo spinti dalla tradizione religiosa ed in parte anche da quella consumistica: in ogni caso, il regalo rappresenta un 'pensiero' che una persona fa all'altra, secondo la cultura dello scambio reciproco.**

# ALLENIAMO UN PO' LA MENTE....

Scrivete tutte le pietanze che si possono preparare con la seguente verdura:

1. Patata: \_\_\_\_\_
2. Pomodoro: \_\_\_\_\_
3. Carota: \_\_\_\_\_
4. Zucca: \_\_\_\_\_

Trovate la lettera che aggiunta alla parola la trasforma in un'altra parola di senso compiuto (ES. RETTA --) RETATA):

1. FAINA --) FA\_INA
2. MONTE --) MON\_TE
3. SACCO --) S\_CCO
4. TRAMA --) TRA\_MA
5. SALARE --) SAL\_ARE

In ogni riga c'è una parola che non è legata alle altre, quale?

**ESEMPIO: SEDIA – TAPPETO - SCRIVANIA  
TAMBURO – ARPA – MUSICA  
SVEGLIA – LANCETTA – CLESSIDRA  
LATTE – PRANZO – CENA  
QUERCIA – GIRASOLE – BETULLA  
VITELLO – TACCHINO – POLLO**

**LE RISPOSTE LE TROVERETE NELLA PROSSIMA  
EDIZIONE DEL GIORNALINO**

# IL RICORDO DEL MESE

## Il legame con i nonni o fratelli



**“Due nonni abitavano insieme a noi. Ricordo che la nonna era molto riservata, non ho mai capito bene com’era fatta, ma di una cosa sono sicura, era una gran comandona! Lavorava soprattutto in casa con mia mamma, puliva e cucinava. Il nonno invece, con gli anni parlava in modo sempre più strano dicendo cose senza senso. Forse ha avuto un qualche declino della mente. Passavo poco tempo con loro poiché dovevamo lavorare tanto essendo una famiglia di contadini. Per quanto riguarda i miei fratelli, eravamo in sette: quattro maschi e tre femmine. Litigavamo spesso, tutti alzavano la voce perché volevano aver ragione. Però ci volevamo bene, c’era tanto amore e ci proteggevamo a vicenda.” -Anonimo-**

**“Io ho avuto solo sorelle, eravamo in sei: due coppie gemelle e poi altre due nascite individuali. Da piccole ci volevamo un gran bene e andavamo d’accordo, non c’era gelosia. È stato così tutta la vita fino ad ora. Abbiamo sempre sentito il desiderio di stare insieme.” -Bianca D.-**



**“Mi ricordo che la nonna preparava sempre la polenta a mezzogiorno e la sera la zuppa di cipolle. Abitavano con noi e lavoravamo in campagna come contadini tutti assieme. La nonna stava sempre a Gordola e il nonno invece, saliva in Verzasca e gestiva le vigne. Con i miei fratelli non c’era gelosia, andavamo tutti d’accordo e ci aiutavamo a fare i compiti.” -Irene G.-**

**“Io ho conosciuto solo due nonni: il nonno paterno e la nonna materna che abitava nel piano di Peccia (gestiva un ristorante). Non abitavano con noi, il nonno stando in paese lo vedevo spesso, passavo a salutarlo la domenica andando a messa. Ricordo che la nonna di Aurigeno lavorava ancora la campagna e spesso ci portava il panettone. Non ho passato molto tempo con loro, ma in estate mia mamma mi mandava al piano di Peccia dai miei zii a lavorare e in quell’occasione potevo vedere la nonna di più.” -Armida T.-**

**“Mio nonno materno non l’ho mai conosciuto poiché purtroppo morì cadendo da un albero quando mia madre aveva solo undici anni. Gli altri nonni avevano la loro casa, ma essendo nel nostro stesso villaggio venivano sempre a trovarci. Erano contadini anche loro ed erano tutti bravi. A volte andavamo a trovarli dopo la scuola e la nonna ci offriva la merenda (un pezzetto di pane dato che a quei tempi non c’era altro). Erano tutti dei chiacchieroni e sono vissuti a lungo rimanendo a casa fino alla fine.” -Lucia G.-**

# SOLUZIONI INDOVINELLI

## ULTIMA EDIZIONE

### Quiz sui mesi:

1. In che mese finisce l'autunno? **Dicembre**

2. Quali mesi hanno la lettera "R"?

**Febbraio, marzo, aprile, settembre, ottobre, novembre, dicembre**

3. Quali sono i mesi della primavera?

**Marzo, aprile, maggio, giugno**

4. Quali sono i mesi con 31 giorni? **Gennaio, marzo, maggio, luglio, agosto, ottobre, dicembre**

### Cosa vi viene in mente con la parola...

1. Capodanno: **festa, conto alla rovescia, mezzanotte, brindisi, propositi,...**

2. Carnevale: **maschera, coriandoli, costumi, risotto, tendone, gugen,...**

3. Autunno: **foglie secche, funghi, zucca, castagne, selvaggina,...**

### Trova la parola che si collega alle due parole date:

Televisione/Fiume: **CANALE**

Piede/Albero: **PIANTA**

Coltello/ Animale: **LAMA**

Dito/Libro: **INDICE**

# **LA REDAZIONE VI ASPETTA!**

**Vorreste partecipare alla redazione  
del giornalino?**

**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 **DICEMBRE/GENNAIO**:**



**Anonimo**  
**Irene G.**  
**Silvia D.**  
**Armida T.**  
**Bianca D.**  
**Lucia G.**

