“Al Valmaggin”

Il giornalino del Cottolengo

OTTOBRE
NOVEMBRE

Gordevio, 2019

INDICE

Pag.

2 Indice
3 Programma animazione
4 I prossimi eventi
6 Attività ricorrenti della casa
7 Una poesia per voi: L'ultima ora di Venezia
10 Cosa abbiamo fatto i mesi scorsi?
12 La ricetta perfetta: Spezzatino di manzo
14 La canzone del mese: "Ballata d'autunno"
16 Compleanni del mese
17 I residenti intervistano: Barbara Traficante
19 La domanda del mese: La storia dei castagni in Ticino
24 Alleniamo un po' la mente
25 Il ricordo del mese: "Come si trasportavano gli oggetti "
27 Soluzioni indovinelli del mese scorso
28 La redazione vi aspetta
29 Ringraziamenti

PROGRAMMA ANIMAZIONE

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
MATTINO 8.30 – 12.00				
8.30 Attività con il tablet con Tatiana	9.30 Gruppo lana con Selena	8.45 Attività ai piani con Tatiana	9.00 Decorazioni di stagione con Selena in animazione	9.00 Prepariamo materiale per collane con Tatiana
9.00 Pet therapy con Eta Beta	Dalle 9.30 Musicoterapia con Gianluca	9.30 Prepariamo l'aperitivo dolce con Selena		9.30 Ginnastica con Selena e Tatiana
9.30 Gruppo lettura Con Tatiana		10.30 Attività a scelta in animazione con Tatiana e Selena		
POMERIGGIO 14.00 – 17.30				
Dalle 15.00 Pet therapy Con Eta Beta	14.00 Attività a scelta in animazione con Antonio e Barbara	14.00 Cuciniamo l'aperitivo salato con Antonio e Tatiana	14.00 Attività a scelta in animazione con Antonio	14.00 Attività a scelta in animazione con Antonio
15.00 TOMBOLA con i volontari		16.00 APERITIVO AL BAR		14.30 Pieghiamo gli asciugamani Con Tatiana e Antonio Salone 2°P
		A seguire Musica classica con Tatiana Saletta 1°P		15.30-17.00 Cinema corto Con Tatiana e Antonio

I PROSSIMI EVENTI

OTTOBRE

MARTEDI 1

CORO DI LOSONE

ORE 15.00 SALONE 2°PIANO

GIOVEDI 3

TEATRO AL GATTO

ORE 14.00 PRONTI A PARTIRE

DOMENICA 6 E 13

CASTAGNATA AL PATRIZIATO DI GORDEVIO

ORE 11.00 PRONTI A PARTIRE

MARTEDI 8 E 15

USCITA AL LAGO

(IN CASO DI CATTIVO TEMPO
USCITA AL IL CENTRO COOP TENERO)

ORE 14.00 PRONTI A PARTIRE

MERCOLEDI 9 E 23

LIDIA CON
LA FISARMONICA

ORE 10.00 SALONE 2°PIANO

GIOVEDI 24

GRUPPO FARFALLE

ORE 15.00 SALONE 2° PIANO

GIOVEDI 31

FESTA DEI
COMPLEANNI

ORE 15.00 SALONE 2°PIANO

APERITIVO IN COMPAGNIA

Vi invitiamo calorosamente
a partecipare

TUTTI I MERCOLEDÌ

DALLE ORE 16.00 AL BAR

CENTRO ESTETICO

CON MARIARITA

OGNI TERZO GIOVEDÌ DEL MESE

SU APPUNTAMENTO

UNA POESIA PER VOI

L'ultima ora di Venezia

Proposta da: Silvia D.

È fosco l'aere
è il flutto muto
ed io sul tacito
veron seduto
in solitaria
malinconia,
ti guardo e lagrimo,
Venezia mia!

Fra i rotti nugoli
dell'occidente
il raggio pèrdersi
del sol morente,
e mesto sibila
per l'aria bruna
l'ultimo gemito
della laguna.

Passa una gondola
della città.
"Ehi dalla gondola,
qual novità?".
"Il morbo infuria,
il pan ci manca
sul ponte sventola
bandiera bianca!".

No, no, non splendere
su tanti guai,
sole d'Italia,
non splender mai;

e sulla veneta
spenta fortuna
si eterni il gemito
della laguna

Venezia! L'ultima
ora è venuta;
illustre martire
tu sei perduta...
Il morbo infuria
il pan ci manca
sul ponte sventola
bandiera bianca!...

Ma non le ignìvome
palle roventi,
né i mille fulmini
su tre stridenti,
troncaro ai liberi
tuoi dì lo stame...
Viva Venezia!
Muore di fame!

Sulle tue pagine
scolpisci, o Storia,
l'altrui nequizie
e la sua gloria,
e grida ai posteri
tre volte infame
chi vuol Venezia
morta di fame!

Viva Venezia!
L'ira nemica
la sua risuscita
virtude antica.
Ma il morbo infuria,

ma il pan ci manca...
Sul ponte sventola
bandiera bianca!

Ed ora infrangasi
qui, sulla pietra,
finché è ancor libera
questa mia cetra,
a te, Venezia,
l'ultimo canto,
l'ultimo bacio,
l'ultimo pianto!

Ramingo ed esule
in suol straniero,
vivrai Venezia,
nel mio pensiero;
vivrai nel tempio
qui del mio core,
come l'immagine
del primo amore.

Ma il vento sibila,
ma l'onda è scura,
ma tutta in tenebre
è la natura.
Le corde stridono
la voce manca...
Sul ponte sventola
bandiera bianca!

COSA ABBIAMO FATTO I MESI SCORSI?

AGOSTO

MERCOLEDI 7

GRIGLIATA IN GIARDINO CON GIOCHI E MUSICA DI IVO MAGGETTI

VENERDÌ 9 E 16

USCITA ALLA FALCONERIA DI LOCARNO

DOMENICA 25

GRIGLIATA IN GIARDINO CON GIOCHI E MUSICA DI GIACOMO MORANDI

SETTEMBRE

DOMENICA 1
DIAPOSITIVE
CON GABI - KENIA

MARTEDI 3
CORO DI LOSONE

DOMENICA 15
POLENTATA
CON LA MUSICA DEL
SIG. GIACOMO MORANDI

GIOVEDI 26
FESTA DEI COMPLEANNI

LA RICETTA PERFETTA

Spezzatino di manzo

Proposto da Irene G.

Ingredienti:

Carne di manzo 1 kg
Brodo di carne 1 L
Cipolle 1
Carote 1
Sedano 1 costa
Vino rosso 1 bicchiere
Olio extravergine d'oliva 4 cucchiai
Burro 30 g
Farina 30 g
Rosmarino 1 rametto
Timo 1 rametto
Salvia 3 foglie
Pepe nero (quanto basta)
Sale fino (quanto basta)

Preparazione

Per preparare lo spezzatino di manzo cominciate mettendo sul fuoco una pentola con il brodo di carne e lasciate in caldo. Intanto proseguite pulendo sedano, carota e cipolla e sminuzzate le verdure in modo da ottenere dei cubetti di 5-6 mm. Legate insieme timo, salvia e rosmarino con un pezzetto di spago da cucina.

Infine tagliate la carne a cubetti della grandezza di 4-5 cm. In una casseruola mettete a scaldare il burro con l'olio. Non appena il fondo sarà caldo aggiungete il trito di sedano, carota e cipolla e lasciate insaporire a fuoco dolce per una decina di minuti; al bisogno potete aggiungere pochissimo brodo caldo. Quando il trito è ben appassito, aggiungete la carne, alzate la fiamma e lasciate sigillare per bene tutti i pezzi per una decina di minuti, regolate di sale e pepe, dopodiché spolverizzate con la farina lasciandola tostare per un paio di minuti: fate molta attenzione perché potrebbe bruciare, quindi mescolate spesso. Sfumate con il vino rosso e lasciate evaporare completamente, poi aggiungete il mazzetto odoroso e coprite con il brodo di carne caldo. Coprite con il coperchio e lasciate cuocere a fuoco medio per almeno 2 ore, avendo cura di mescolare di tanto in tanto. A fine cottura rimuovete il mazzetto odoroso e assicuratevi che lo spezzatino di manzo sia giusto di sale. Un buon abbinamento come contorno sono le patate al forno, bollito o il riso bianco.

LA CANZONE DEL MESE

Ballata d'autunno - Mina

Piove, là dietro la finestra
piove, piove...
Sopra quel tetto rosso e spaccato,
sopra quel fieno tagliato,
sopra quei campi piove.
Si gonfia di grigio il cielo
e il suolo è già grondante di foglie.
Si è profumato d'autunno.
Il tempo che si addormenta
mi sembra
un bimbo in braccio al vento
come in un canto d'autunno.
Una ballata d'autunno,
un canto triste di malinconia
vien dietro al giorno che va via.
Una ballata in autunno,
pregata a voce spenta,
soffiata come un lamento
che canta il vento.

Piove, là dietro la finestra
piove, piove...
Sopra quel tetto rosso e spaccato,
sopra quel fieno tagliato,
sopra quei campi piove.

Io ti racconterei
che sta bruciandosi l'ultimo legno al fuoco e poi
che la mia povertà
è anche di un sorriso, ché sono sola ormai,
ma io da sola son finita.
E ti racconterei
che i giovani son giovani perché non sanno mai
che no, non è la vita
la bella cosa che, che loro gira in mente,
io questo lo so.
Magari si potesse
del domani e del passato
dire quello che ho sognato.
Ma il tempo passa
e ti canta, pian piano,
con voce sempre più stanca
una ballata d'autunno.
Piove, là dietro la finestra
piove, piove...
Sopra quel tetto rosso e spaccato,
sopra quel fieno tagliato,
sopra quei campi piove.

COMPLEANNI DEL MESE

Un caloroso augurio a tutti i festeggiati!

OTTOBRE

Laura B.
Yvonne B.
Gertrud F.
Don Klaus J.
Emil K.
Antonietta P.
Amelia P.
Rita P.
Gerhard R.
Maria R.

NOVEMBRE

Eugenia C.
Rubino C.
Maria Pia D.
Silvia D.
Reinhard G.
Elvezia M.
Giacomo S.

I RESIDENTI INTERVISTANO

BARBARA TRAFICANTE

Animatrice e assistente della Pet-terapista

1. Quanto ci vuole per addestrare il cane?

"Il cane Eta beta è stato addestrato come cane di soccorso in superficie, macerie e valanghe. Solo in quest'ultimo anno è stata coinvolta nel progetto di pet therapy, viste le sue particolari attitudini, cioè spiccata empatia e socialità con le persone. Generalmente il cane usato in pet therapy dev'essere ben educato, estremamente socievole e dimostrare elevata adattabilità alle diverse situazioni. Un cane può iniziare tale attività intorno ai due anni."

2. Che scuola hai fatto e in cosa consiste?

"Ho fatto il corso per istruttori cinofili OPAN alla scuola SMTS di Locarno, dove ho lavorato anche come docente. Sto terminando il corso per coadiutore di cani in Italia, e la mia preparazione universitaria arriva dalla scuola di medicina veterinaria che sto frequentando in Italia."

3. Quali sono gli effetti benefici della pet therapy?

La pet therapy meglio precisata come IAA (Interventi Assistiti con Animali) ha lo scopo di migliorare lo stato emotivo dei residenti, regalare momenti ludici e piacevoli in compagnia del cane, migliorare la comunicazione e facilitare l'inserimento nella struttura e all'interno di un gruppo."

4. Perché hai scelto questo lavoro?

"Questo lavoro mi piace perché mi permette di lavorare sia con il mio cane Eta Beta che con le persone. Permettendomi di entrare in contatto con le emozioni che il mio stesso cane suscita nei residenti."

Eta Beta

LA DOMANDA DEL MESE

La storia del castagno in Ticino

La castagna, delizioso cibo, oggi assai dimenticato a favore di frutti ritenuti piú prelibati, forse perché esotici, ha però avuto un ruolo di primo piano nella storia dell'alimentazione dei ticinesi. Nel Ticino il castagno è distribuito dappertutto, dal Mendrisiotto alla Leventina. La storia ticinese di questo albero non è stata scritta ma le località dove sono situati i castagneti, le selve castanili, quasi sempre vicino ai villaggi dimostrano che la loro introduzione sia dovuta all'uomo.

Il botanico H. Zoller, lo studioso di pollini che ha fatto le sue analisi anche nei terreni ticinesi, sostiene che nel cantone il castagno è apparso poco piú di 2000 anni fa. Nei primi secoli dopo Cristo, con la romanizzazione dei nostri territori il castagno si diffonde a macchia d'olio. Ciò potrebbe far pensare che all'inizio della nostra era il Ticino fosse ben poco abitato: salvo qualche comunità lungo le vie d'acqua, laghi e grandi fiumi o vicino alla via commerciale che lo attraversava. Nel suo trattato sull'agricoltura, Varrone (116-27 a.C.) raccomandava le castagne unicamente come foraggio per gli animali, mentre il grande poeta Virgilio (70-19 a.C.), figlio di agricoltori, ricorda la castagna come alimento popolare rustico. Anche se gli indizi sono pochi una cosa è certa: in Ticino la castagna era utilizzata come alimento dalla popolazione fin dall'alto Medio Evo.

Durante gli scavi archeologici nel vecchio quartiere Maghetti è stato trovato un deposito essiccatoio per le castagne, datato attorno all'anno Mille. E nelle sue vicinanze una rongia faceva funzionare un frantoio e un piccolo maglio. Liti di confine sorsero tra Urani e il Ducato di Milano per boschi di castagno, fin dal 1440. Un pretesto almeno, se non il vero motivo che diede luogo alla battaglia dei Sassi Grossi presso Giornico nel 1478 fu la raccolta delle castagne. Nella Storia del Cantone Ticino, a proposito di questa battaglia, Rossi e Pometta scrivevano: "Si appressava l'inverno: i Leventinesi, proprietari di selve di castagno sui territori milanesi di Iragna, Lodrino e Moleno, non avevano potuto fare la raccolta delle castagne perché fuori dal loro Stato; e ciò li privava del loro cibo indispensabile."

In alcune chiese affrescate in quel periodo, attorno al XV secolo, troviamo i dipinti dei mesi, con le rappresentazioni dei lavori dei contadini nei campi. Nei mesi autunnali sono dipinti soprattutto i mestieri del bottaio e del raccoglitore di castagne. Nella chiesa di Santa Maria del Castello di Mesocco un affresco mostra un castagnaro vestito di modesti panni mentre scuote dall'albero i ricci che una prosperosa moglie raccoglie servendosi di un legno appositamente ripiegato, mentre nella chiesa di San Martino a Ronco sopra Ascona è affrescato un giovane ben paffuto mentre abbacchia un albero di castagno per farne cadere i frutti.

Nel 1570 poi, le castagne assursero a "casus belli" fra l'arciprete di Balerna che pretendeva per tradizione il pagamento della decima o ventesima su tutti i raccolti da parte della comunità di Caneggio. Leggiamo a questo proposito in un documento dell'arciprete che gli "huomini di Canegio (...) debbano pagare (...) la decima generalmente di ogni sorta di grano grosso et minuto et d'altri frutti che si raccolgono (...) et vino et castagne, che si raccolgono (...) almeno di ogni vinti uno".

Avendo un bel giorno i Caneggini opposto un netto rifiuto, la contesa arrivò fino in Vaticano a Roma e fu risolta con sottile diplomazia addirittura dal Pontefice, il grande Gregorio XIII, quello del calendario attuale. Egli abolí la ventesima sul vino e sulle castagne, ma obbligò i Caneggini a pagare un contributo simbolico all'esigente arciprete. Le decime furono poi abolite definitivamente soltanto da Napoleone.

Per i ticinesi di questi tempi di prosperità e di consumo sfrenato, non è quasi immaginabile che un tempo non tanto cosí lontano, esistesse della gente che anche solo una ventesima del raccolto potesse contare per la loro sopravvivenza.

"La cena del paesano ticinese – raccontava Stefano Franscini verso la metà del XIX secolo – suol essere una minestra di riso, quando con pomi di terra, quando con fagioli o altro prodotto dei campi e degli orti (...) Va senza dirlo che le famiglie piú tapine sono talvolta costrette a cenare non con altro che con castagne o con pomi di terra".

Nelle valli ticinesi la castagna ha continuato ad essere apprezzata, coltivata e raccolta fino all'inizio dell'era spaziale. Il frutto del castagno rappresentò uno dei componenti principali dell'alimentazione della popolazione fino all'arrivo della patata e del granoturco, e ciò grazie al suo valore nutritivo. A seconda di come veniva conservata, essa poteva durare anche per piú stagioni e quindi serviva come nutrimento quasi per tutto l'anno. Si poteva mangiarla cruda appena matura, oppure bollita o arrostita. Fatta seccare, veniva macinata al mulino e la farina estrattane, era ottima per preparare pane e altre pietanze. I bambini di una volta tenevano in bocca le castagne secche finché, ammorbidite dalla saliva, diventavano masticabili: erano le caramelle di quella gente modesta che altro non conosceva. Dall'Italia era giunto in Ticino fin dal Medio Evo un sistema tutto particolare per la preparazione e la conservazione delle castagne.

Racconta a questo proposito Giuseppe Zoppi: "Intanto nelle selve, maturavano via via, fra alternative di pioggia e di bel tempo, i frutti del castagno. E cominciava per noi questa raccolta che non era propriamente un gioco: la maggior parte dei nostri castagni non si trovava già nei prati, né in luoghi facili, ma su per pendii ripidi, sassosi (...) Le castagne raccolte andavano a formare, in solaio, un mucchio che si allargava ogni giorno piú. Poi si trasceglievano le piccole dalle grosse. Solo quest'ultime erano salvate per l'inverno, o messe a seccare, per mesi e mesi, sopra il lento fuoco dei metati, i quali nel nostro dialetto si chiamano "grà".
Nel bel mezzo dell'autunno chi passava nei paesini della Valle Maggia o della Verzasca soprattutto il mattino quando cominciava a far freddo, poteva vedere lingue di fumo uscire dai tetti di pietra di caratteristiche casupole tutte di sasso: erano le grà che fumavano. Queste simpatiche e minuscole costruzioni, alte perlopiú tre o al massimo 4 metri, erano a due piani. Chi avesse aperto l'uscio del pian terreno, avrebbe veduto sul pavimento di pietra un fuoco che bruciava lentamente, diffondendo un calore uniforme e ad altezza d'uomo, una graticola di tondini di legno appoggiati uno accanto all'altro.
Al di sopra di questo ripiano si apriva una porticina o una finestra attraverso la quale si introducevano i cesti di castagne che venivano sparse su quella specie di graticcio. Lo strato di castagne aveva normalmente uno spessore di 25-30 centimetri, ma talvolta poteva arrivare anche a mezzo metro. Il fuoco sul pavimento sottostante doveva essere moderato e costante per almeno tre settimane fin quando le castagne diventavano secche e bianche. Le donne durante quel periodo, si alzavano piú volte per notte avviandosi verso la grà per riattizzare il fuoco e rimestare lo strato di castagne. Poi quando queste erano a punto, venivano sbucciate. I modi di battitura per rompere la buccia erano differenti da valle a valle, ma il migliore sistema era quello della battitura come era eseguito a Linescio, a Moghegno, a Lavertezzo.

Le castagne, messe in sacchetti di canapa, si sbattevano contro un ceppo. In seguito si separava la buccia dalle castagne con il "vall" (vaglio o ventilabro), un'operazione eseguita dalle femminili abili mani di alcune donne, in cui la buccia volava via e le bianche castagne rimanevano in un angolo del "vall"
Le castagne sbucciate venivano macinate per farne focacce o dolci, oppure bollite. Con una nota gentile Giovanni Bianconi ricorda anche come esse "venivano distribuite dalla sposa il giorno delle nozze come si usa oggidí con i confetti". "Una o due volte all'anno, non di piú, le mangiavamo cotte con la panna: squisitezza tanto piú gradita quanto piú rara" raccontava Giuseppe Zoppi. Insomma era un po' la regina della cucina delle famiglie modeste. Molte grà sono state abbandonate all'opera disgregatrice del tempo, le piú fortunate sono state trasformate in ripostigli o pollai.

Fonte:
http://www.viverelamontagna.ch/wp/magazine/?p=5780

ALLENIAMO UN PO' LA MENTE....

Quiz sui mesi:

1. In che mese finisce l'autunno?
2. Quali mesi hanno la lettera "R"?
3. Quali sono i mesi della primavera?
4. Quali sono i mesi con 31 giorni?

Cosa vi viene in mente con la parola...

1. Capodanno:_____
2. Carnevale:_____
3. Autunno:_____

Trova la parola che si collega alle due parole date:

Esempio: Lago/ Gesto d'affetto: BACINO

Televisione/Fiume: C_ _ _ _ E
Piede/Albero: P_ _ _ _ A
Coltello/ Animale: L_ _ A
Dito/Libro: I_ _ _ _ E

LE RISPOSTE LE TROVERETE NELLA PROSSIMA EDIZIONE DEL GIORNALINO

IL RICORDO DEL MESE

Gli animali che avevamo una volta

"Avevamo due cani, uno grande e uno piccolo. Badavano alla casa e appena qualcuno passava di fuori abbaiavano. Con noi erano molto bravi, si chiamavano Nina e Assassino." -Lucia G.-

"Avevo un gatto che mi faceva tanta compagnia sul divano, era grigio tigrato e lo chiamavo Micio. Quando gli dicevo "ora si va a nanna" si alzava e andava dritto nel letto ai miei piedi. È morto che aveva ben 24 anni, ho pianto tanto. Anche da bambina ho avuto un gatto che mi piaceva mettere nella carrozzella delle bambole e portarlo a spasso, lo coprivo anche col lenzuolo. Ricordo che lui prendeva un sacco di topi e quando lo portavamo con noi in montagna, il giorno che si doveva tornare a casa lui si nascondeva perché voleva rimanere lì!"

-Armida T.-

"Abbiamo avuto un bel cane che ci era stato regalato. Purtroppo un giorno è fuggito di casa e passando in mezzo alla strada un motociclista l'ha investito ed è morto. Il signore ci è rimasto molto male ed è venuto a chiederci scusa. Non abbiamo mai avuto gatti perché abitavamo sul ciglio della strada, però abbiamo avuto delle mucche." -Bianca D.-

"Avevo un coniglietto bianco e nero che ho chiamato Gelsomino. Quando andavo a dargli cibo veniva sempre vicino a leccare la mano. Purtroppo dopo 4-5 mesi l'abbiamo trovato morto. Ho avuto anche un gatto che era molto affettuoso, era bianco e nero e ha vissuto circa sei anni." -Irene G.-

SOLUZIONI INDOVINELLI ULTIMA EDIZIONE

Il personaggio famoso

In questa foto quanti anni ha il personaggio?
60

Qual è la sua cittadinanza?
Italoamericana
Che tipo di professione fa?
Presentatore televisivo
Quale di queste esclamazioni è propria del personaggio?
Allegria!
In quale ambito è famoso?
Intrattenimento
Vive ancora?
No
Quale tra questi nomi corrisponde a quello del personaggio?
Mike Buongiorno

Trovate la lettera che aggiunta alla parola la trasforma in un'altra parola:

Esempio: ORO / ORTO
DIO / ODIO
CURE / CUORE
MODO / MONDO
ORMA /FORMA

LA REDAZIONE VI ASPETTA!

Vorreste partecipare alla redazione del giornalino che si tiene ogni GIOVEDÌ mattina?

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 OTTOBRE/NOVEMBRE:

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