



Sereno Variabile

PERIODICO DI "CASA SERENA Ex-ONPI" (S. ERACLIO DI FOLIGNO) - ASL N° 3 DELLA REGIONE UMBRIA

A CURA DEL SERVIZIO ANIMAZIONE ANZIANI DELLA NUOVA SOCIETÀ COOPERATIVA SOCIALE

ANNO 1
DICEMBRE 2012
N° 1

Benvenuto Giornalino!

Cari Amici di Sereno Variabile ci ritroviamo di nuovo per raccontarci e commentare gli avvenimenti successi a Casa Serena nei mesi scorsi.

In particolare Vi segnaliamo la **Festa dei Nonni** svoltasi il 2 Ottobre nel Parco della Residenza, con una numerosa partecipazione di ... nonni, bambini e animali di varie specie con i quali abbiamo ricreato una "mini fattoria" per la gioia di grandi e piccini!!

Scorrendo la pubblicazione troverete tante altre notizie riguardanti ricette, curiosità, poesie e storie vissute raccontate dagli anziani.



Buona lettura a tutti!

LA REDAZIONE, GLI OSPITI, LA DIREZIONE DI CASA SERENA E IL SERVIZIO ANIMAZIONE DELLA
NUOVA SOCIETÀ COOPERATIVA SOCIALE

Vi AUGURANO BUONE FESTE ED UN SERENO ANNO NUOVO

In questo numero potrete leggere:

INIZIATIVE A CASA SERENA

L'ANGOLO DELLA POESIA

PRENDIAMOCI PER LA GOLA!

LE STORIE DI SERENO VARIABILE

VOCI DALLE ... "MARGHERITE"

A TU PER TU CON

TEST: ALLENIAMO LA MEMORIA

SPAZIO ALLE RISATE

RINGRAZIAMENTI





INIZIATIVE A CASA SERENA

Estate – Autunno 2012



PRESENTAZIONE DI “SERENO VARIABILE”

LUNEDÌ 11 GIUGNO nel Salone Polivalente di Casa Serena ha avuto luogo la presentazione del primo numero del Giornalino “Sereno Variabile” realizzato a cura della Nuova Società Cooperativa Sociale che svolge il servizio di animazione – socializzazione rivolto agli anziani residenti e della ASL n. 3.

All’evento sono intervenuti, portando i saluti della Azienda ASL n. 3, la **Dott.ssa Paola Menichelli**, Direttore del Distretto n° 3, il **Dott. Enrico Martelli**, Coordinatore Dipartimento Servizi Sociali, la **Dott.ssa Anna Toni**, Responsabile Area Tecnica Servizi Sociali e il **Dott. Paolo Tozzi**, Direttore Sanitario di Casa Serena.

Inoltre erano presenti:

- Gli **ospiti** di Casa Serena, i loro **familiari** e gli **operatori** della Struttura;
- La Presidente della Nuova Società Cooperativa Sociale **Dott.ssa Maria Nazzarena Bastioli**;
- I rappresentanti delle associazioni di volontariato che collaborano



I CENTO ANNI DI BEATRICE

GIOVEDÌ 12 LUGLIO abbiamo festeggiato il compleanno della

attivamente (**Centro Sociale Sant’Eraclio, AUSER**, etc.).



Il pomeriggio è poi proseguito in musica grazie al Gruppo **Rainbow in the Dark** che ha entusiasmato i presenti tanto da richiedere il bis.



Al termine si sono esibiti i tamburini del rione Croce Bianca che hanno diffuso tra i presenti quel profumo di Quintana che non guasta mai. Insomma un pomeriggio trascorso all’ insegna del divertimento e dell’allegria.

nostra amata Beatrice Proietti, che ha compiuto la bellezza di 100





anni!! Hanno partecipato alla festa organizzata dalle animatrici, i suoi familiari, gli ospiti della struttura e gli operatori.

Tutti siamo affezionati a Beatrice, perché è una donna solare, allegra e sempre presente alle attività di



FESTA DEI NONNI

MARTEDÌ 02 OTTOBRE è stata una giornata davvero speciale grazie alla partecipazione dei bambini della Scuola Elementare di Sant'Eraclio di Foligno e all'allestimento di una "mini" fattoria didattica nel parco che circonda Casa Serena invasato, pacificamente, da galline, conigli, agnelli, caprette, vitellini e pony.

L'intera organizzazione è stata curata dalla Asl n° 3, dalla Direzione di Casa Serena, dal Servizio Animazione della Nuova Società Cooperativa Sociale, dall'Assistente Sociale Isabella Pomponi e dal Medico Veterinario Dott. Fabio Casciola.



L'iniziativa scaturisce dalla necessità di favorire uno scambio intergenerazionale soprattutto per

animazione. Il filo conduttore di tutta la sua vita è l'amore, un argomento sul quale le piace ancora scherzare. A lei vanno gli auguri di tutta Casa Serena.

chi, come i nostri ospiti, vive lontano dalle mura domestiche, mentre per i bambini è stata l'occasione per fare nuove esperienze e imparare l'importanza della tradizione e del contatto con la natura. Grande è stata la curiosità degli alunni nel vedere tanti animali tutti insieme, soprattutto l'approccio con le caprette è stato unico.



Giovani e anziani sono stati guidati da personale esperto alla conoscenza delle abitudini degli animali della fattoria, poi hanno preso parte ai laboratori di pasta, pane e pizza, e dopo la merenda, si è svolta una esibizione di "agility dog", a cura del Medico Veterinario Dott. Fabio Casciola, insieme ai ragazzi della sua scuola.



Per la realizzazione di questa giornata è stata fondamentale la collaborazione del Direttore di Casa Serena, Dott. Enrico Martelli. Inoltre ringraziamo:

- La cooperativa Dinamica per la collaborazione di tutto il personale della struttura;
- Il personale sanitario Asl della struttura;
- Le volontarie del Servizio Civile e i tirocinanti, per il loro valido e prezioso contributo;
- La Comunità Montana che ci ha fornito le recinzioni;
- L'Azienda Agricola "Righi Mauro" della Loc. Casco dell'Acqua di Trevi che ci ha fornito i vitellini;
- Il Supermercato Emi di Foligno che ci ha gentilmente offerto l'abbondante rinfresco;
- La Ditta "Tractis Pubblicità" di Stefano Mosconi, per la realizzazione del bellissimo poster della fattoria didattica;
- Il sig. Luca Mariucci del forno "Santa Rita" che ci ha fornito la

farina, il pane e il lievito per il laboratorio della pasta;

- L'azienda "Cortona Sheep Dog" per la conduzione delle pecore con il cane;

- La "Società Ippica Foligno" per aver messo a disposizione i pony;

- La Sig.ra Laura Cariani per aver fornito alcune attrezzature agricole per l'allestimento;

- La ditta "Pet Services Dog Sport" (training scuola di agilità dog) per l'esibizione di agility dog;

- Le maestre della Scuola elementare di Sant'Eraclio;

- Il Centro Sociale di Sant'Eraclio, la Croce Rossa Italiana e la Comunità di Sant'Egidio, per il supporto fornito agli ospiti durante la festa;

- I familiari degli ospiti che si sono resi disponibili alla realizzazione dei laboratori didattici svolti per gli alunni della scuola elementare di Sant'Eraclio.



Un grazie va inoltre ai nostri anziani e ai bambini che hanno voluto condividere questa allegra mattinata, riuscita splendidamente.



L'ANGOLO DELLA POESIA

L'ESTATE E'

L'estate è tanto caldo,
ma tutti si divertono a ballare
e a cantare,
a ballare in riva al mare.
L'estate si fa il bagno,
si prende tanto sole,
la campagna è tanto bella,
gli alberi sono in fior.
L'Estate dà allegria,
si va tutti in vacanza,
ci abbuffiam la "panza"
alle feste a mangiar.
Le giornate son più lunghe,
il sole muore tardi
e noi ci rilassiam
sotto l'ombra di un ombrellon.
L'Estate ci mangiamo
zucchine e pomodori,
melanzane e cetrioli,
cocomero e melone,
come fa il "golosone"!
L'Inverno è troppo freddo,
l'Estate è un'altra cosa,
mostriam "le chiappe chiare"
tutti al mare, tutti al mar!

Rovenia, Silvana e Luciana

L'AUTUNNO

L'Autunno inizia il 23 Settembre
(equinozio d'Autunno): per la
seconda volta nel corso dell'anno
il giorno e la notte hanno la
stessa durata, dura 89 giorni e
termina il 21 Dicembre.

L'Autunno ha degli
splendidi colori.
Le foglie degli alberi si
dipingono di arancio,
di oro e di un rosso amaranto
sublime.
I viali sono coperti di foglie,
formano un tappeto
multicolore che sembra
"magico".
Dai ricci "schiusi",
escono le castagne:
lisce, lucide e luccicanti,
sembrano frutti vellutati.
Il cielo assume una sfumatura
infinita di colori;
sembra la tavolozza di un
pittore distratto,
che ha perso per strada il
suo capolavoro,
l'opera d'arte più bella:
l'Autunno!

Elda Sabatini

VENDEMMIA

In autunno si vendemmia; le
zolle si accendono di pampini
rigogliosi e canti si levano nei
vigneti. Quanta poesia in questa
festa della raccolta dell'uva!

Nei campi è tutto un
bagliore,
di grappoli d'oro, di falci,
tutto un gioire di tralci
che ostentano qualche
rosso.

Nei campi è tutta una festa
Di luci, di ombre, di canti:
ridon gli sguardi esultanti
per tanta messe offerta.

S'alzan gli accenti sonori
Delle più gaie canzoni
Dai verdi rossi festoni
A dagli intrepidi cuori.

E s'ode insieme una schiera
Di donne cantilenare
nel breve cielo che pare
un cielo di primavera.

Marino Moretti



PRENDIAMOCI PER LA GOLA!

TORTADIMELE ALLA CANNELLA

Nella stagione invernale le torte alle mele sono sicuramente tra le più gettonate perché sono calde, avvolgenti e dai morbidi sapori; ecco la ricetta per prepararne una davvero squisita.

DOSE PER OTTO PERSONE.

INGREDIENTI:

- 100 g. di burro fuso
- 100 g. di zucchero
- 2 uova intere
- 200g. di farina
- ½ bustina di lievito
- Vaniglia
- Sale
- 3 mele affettate
- rum, zucchero di canna e cannella in polvere



Copyright © 2008 - Shangri-la

PROCEDIMENTO

Tagliare le mele a spicchi e insaporirle con rum, zucchero di canna e cannella. Sbattere le uova con lo zucchero; aggiungere la farina, il lievito, il burro e mescolare; infine unire una presa di sale e la vaniglia. Imburrate e infarinate una tortiera; mettere nella base il composto preparato e di taglio tutte le mele a coprire. Cuocere in forno preriscaldato a 180 gradi per circa mezz'ora.





LE STORIE DI SERENO VARIABILE

INNOCENZO RACCONTA.....

«Abitavo a Rasiglia, la mia famiglia possedeva dei vigneti nelle vicine colline e sin da bambino ogni anno mi recavo a vendemmiare.

La prima cosa da fare era quella di munirci di forbici, di solito quelle che si usano per potare e si cominciava a cogliere i grappoli, che riponevamo nei secchi.

I secchi pieni venivano svuotati nei "biunci", i bigonzi, che a loro volta venivano caricati sul trattore e portati in cantina.

Naturalmente all'epoca non c'erano gli strumenti moderni che ci sono ora per cui tutta l'uva raccolta si metteva dentro una specie di grande vasca (il canale) e poi si pestava con i piedi.

La fase successiva era quella della torchiatura che serviva per spremere gli acini e per espellere le bucce. Poi c'era la fase della fermentazione dove, dopo circa 20 giorni, dalle botti si ricavava il mosto, mentre la cosiddetta "feccia", si buttava nei campi.

Con la luna di Aprile il vino si riponeva in un'altra botte, possibilmente di legno di rovere o nelle damigiane.

Ora il vino era limpido e filtrato, pronto per essere gustato.

Ho un bellissimo ricordo di quei periodi, in cui anche un lavoro, come può essere la vendemmia, appariva quasi come un gioco, come puro divertimento. Anche se non avevamo i mezzi di oggi, ci arrangiavamo con quello che avevamo e soprattutto eravamo tutti molto uniti. Con le persone, che collaboravano nella vendemmia, che potevano essere parenti, amici, o semplicemente vicini di casa, in quelle occasioni ci sentivamo un'unica, grande famiglia.»

Innocenzo Innocenzi





VOCI DALLE ... “MARGHERITE”

BASILICO E ZUCCHINE: L'ORTO DEL CENTRO DIURNO LE MARGHERITE

“Quelle fioriere così spoglie mettono tristezza, dobbiamo piantare qualcosa!”

Da queste parole di Giacomina è nata l'idea di creare un piccolo orto nelle capienti fioriere delle terrazze del centro.

A primavera è iniziata la sistemazione dei contenitori con l'eliminazione delle piantine preesistenti, delle erbacce e la posa di nuovo terriccio.

Renato e Costantino erano sudati mentre svolgevano questo lavoro ma nel loro sguardo si leggeva la soddisfazione di impegnarsi in gesti e azioni già noti e che hanno fatto parte della loro vita passata.

Abbiamo acquistato semi di zucchine, pomodori, basilico, melanzane e cetrioli.

Il lavoro di mettere i semi in piccoli contenitori per farli germinare è stato minuzioso e paziente, le mani erano tremanti e incerte ma sembrava che tutti traessero grande beneficio nel prendersi cura di quel semino che sarebbe diventato una piantina.

Ci vuole pazienza, è un'esperienza di lentezza rispettare i ritmi della natura!

Finalmente i semi sono diventati delle piantine ed il lavoro di metterle a dimora nelle fioriere è stato divertente: c'era chi scriveva i cartellini per riconoscere le varie piante, chi prelevava con delicatezza la piantina per metterla in terra, chi raccontava di quando nel suo orto i cavoli erano stati tutti mangiati dalle lumache.

Alla fine le piante sono cresciute: le zucchine hanno fatto fiori e frutti, il basilico è così rigoglioso da sembrare un piccolo albero, le piante di pomodori sono diventate floride e alte.

“Ci sono troppe foglie! Bisogna scacchiare i pomodori”.

Così Angela ha spiegato al gruppo che quando ci sono troppe foglie è necessario togliere alcuni cacchi (germogli) per dare più forza e vigore ai frutti.

Paolo il marito di Franca, entrando al centro una mattina e guardando le nostre piante ha esclamato “Sembra un orto di guerra!”

Annetta ha poi spiegato che durante la guerra e soprattutto nel dopoguerra, quando non era possibile trovare verdure fresche, le donne piantavano gli ortaggi in latte di ferro, taniche e contenitori di



fortuna e le mettevano in terrazza, sul tetto o nei pianerottoli luminosi delle case.

Era così possibile anche in quegli anni, gustare verdure fresche.

La realizzazione del nostro orto è stata un'esperienza gratificante che ha fornito l'opportunità di riscoprire e recuperare conoscenze attraverso attività manuali stimolanti.

A TU PER TU CON

Sono molte le figure professionali che operano nella struttura, in questa rubrica vorremmo proporvi le interviste fatte dagli ospiti ad alcune di loro, in modo da poterle conoscere più da vicino.

Iniziamo con l'Assistente Sociale Isabella Pomponi e l'Infermiera Coordinatrice Maria Assunta Falsacappa, incontrate da Rovenia che ha posto loro le seguenti domande:

.... ISABELLA

ROVENIA: Qual è il tuo ruolo nella struttura?

ISABELLA: Il mio ruolo è quello di assistente sociale.

ROVENIA: Quando sei arrivata, quali sono state le tue prime impressioni?

ISABELLA: Ricordo benissimo il mio primo giorno di lavoro, era venerdì 17 Giugno 2011 e nonostante le credenze popolari, è andato tutto benissimo. Essendo alla mia prima esperienza di lavoro, mi sentivo un po' "disorientata" e allo stesso tempo entusiasta. Sono stata accolta da tutti con molto calore, sia dal personale che dagli ospiti e questo mi ha aiutato per farmi sentire a mio agio.

ROVENIA: Come ti trovi attualmente?

ISABELLA: Devo dire benissimo! Attualmente sono molto soddisfatta del mio lavoro, perché mi sento utile nei confronti degli ospiti con i quali ho un ottimo rapporto.

ROVENIA: Quali pensi siano i bisogni primari degli ospiti nella struttura?

ISABELLA: La cosa fondamentale secondo me è l'ascolto. E' molto importante venire incontro alle loro esigenze, cercando di soddisfarle, fin dove è possibile.

ROVENIA: C'E' un episodio o un periodo lavorativo che ti è rimasto particolarmente impresso o che ti ha colpito maggiormente?

ISABELLA: Una cosa che mi ha fatto particolarmente piacere, è stata l'accoglienza, dopo un lungo periodo di assenza dal lavoro, da parte di tutti gli ospiti nei miei confronti. Per non perdere le buone





abitudini, Rossana viene a trovarmi tutti i giorni esponendomi le sue esigenze, che puntualmente, sono quelle del giorno prima, è una vera forza!

Per fortuna noi assistenti sociali, di pazienza ne abbiamo da vendere!

... .. MARIA ASSUNTA

ROVENIA: Qual è il suo ruolo nella struttura?

MARIA ASSUNTA: Il mio ruolo è quello di infermiera coordinatrice.

ROVENIA: Qual è la cosa che l'ha colpita maggiormente al suo arrivo in Struttura?

MARIA ASSUNTA: Sono circa dieci anni che lavoro nella struttura e devo dire che la prima cosa che ho notato è stato il senso di solitudine che provano alcuni ospiti in quanto non hanno una rete familiare di supporto. Fortunatamente altri invece sono molto seguiti dai propri cari.

ROVENIA: Come si trova attualmente nel suo ruolo professionale?

MARIA ASSUNTA: Mi trovo molto bene poiché svolgo un lavoro che mi soddisfa sia professionalmente che umanamente.

ROVENIA: Va bene Isabella, ora ti lascio e ti ringrazio per la tua disponibilità.

ISABELLA: Di nulla Rovenia, per me è stato un vero piacere!».

ROVENIA: Quali sono secondo lei i bisogni primari degli ospiti nella struttura?

MARIA ASSUNTA: Senza dubbio, le cose fondamentali sono il bisogno di comunicare e l'esigenza di relazionarsi con gli altri ospiti e con gli operatori della struttura.

ROVENIA: Grazie mille per l'intervista e per il tempo che mi ha dedicato, buona giornata e buon lavoro.

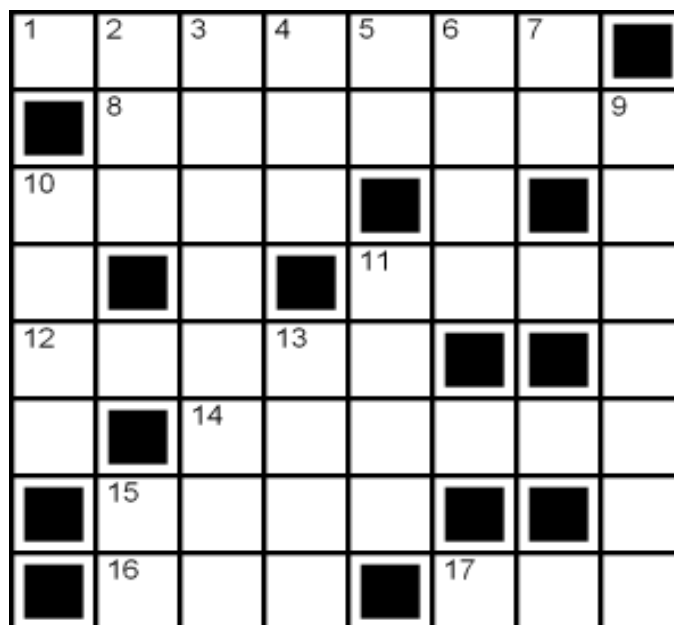
MARIA ASSUNTA: Grazie e buona giornata a lei!





TEST: ALLENIAMO LA MEMORIA

CRUCIVERBA



Orizzontali

- 1.** E' un frutto di bosco, rosso...sbagliato credere che sia un grosso fulmine... – **8.** Un segno di punteggiatura. – **10.** Un frutto di bosco, scuro. E sicuramente non è bionda... – **11.** E' buona con il formaggio. E una si chiama William. – **12.** Non clericale. – **14.** Frutto giallo, acido che si mette nel tè. – **15.** In testa al guerriero. – **16.** Grosso serpente, ma anche segnale galleggiante in mare. – **17.** A grappoli, bianca o nera.

Verticali

- 2.** Il nonno del nonno. – **3.** Piccolo frutto di bosco viola utilizzato per fare le marmellate. – **4.** Pubblico Registro Automobilistico. – **5.** La prima metà di oggi. – **6.** Frutto che per aprirlo bisogna usare lo schiaccia.... – **7.** DITELO senza DITO. – **9.** Un tipo di ciliegia, usata per gelati, granite, ghiaccioli, ecc. . – **10.** Frutto che non portò fortuna ad Adamo ed Eva, e neanche a Biancaneve. – **11.** Quello di Adamo non è un frutto. . – **13.** La parte più alta di una montagna, detta anche vetta. – **15.** Le iniziali del giornalista Biagi.



UNREBUS CASALINGO



REBUS GEOGRAFICO





SPAZIO ALLE RISATE

Due carcerati devono scavalcare 100 cancelli per uscire dalla prigione. Al cinquantesimo uno fa all'altro "Sei stanco?" e lui dice di no. Al novantanovesimo gli richiede di nuovo "Sei stanco?" e lui risponde di sì e quello "Allora torniamo indietro".

Ci sono due carabinieri che camminano sulla spiaggia..... Ad un certo punto, uno dei due, guardando a terra, dice con compassione: "Oh, un gabbiano morto....". E l'altro, scrutando il cielo: "DOVE?"

Pierino viene interrogato dalla maestra che gli chiede "Pierino, ascoltami bene: io studio, tu studi, egli studia, noi studiamo, voi studiate, essi studiano. Che tempo è?" e Pierino le risponde: "tempo sprecato signora maestra".

Perché i carabinieri girano in auto con un cucchiaino in mano?
Per imboccare la via!

Cosa dice un pulcino dentro il forno?
- Pio pio "foco" !

Un carabiniere dice che farà un viaggio sul sole!!! E l'altro risponde: come farai con il caldo? E lui risponde : semplice, partirò di notte!

SOLUZIONE GIOCHI

CRICUVERBA

1	L	2	A	3	M	4	P	5	O	6	N	7	E	
		8	V		I		R		G		O		L	9
10	M		O		R		A			C				M
	E				T			11	P	E		R		A
12	L		A		I		13	C						R
	A				14	L		I		M		O		N
		15	E		L		M		O					N
		16	B		O		A		17	U		V		A

SOLUZIONE "UN REBUS CASALINGO": Lavare a mano

SOLUZIONE "REBUS GEOGRAFICO": Torino – Palermo – Siena



RINGRAZIAMENTI:

CENTRO SOCIALE DI SANT'ERACLIO: GRAZIE DI CUORE

In questo secondo numero del giornalino, noi della redazione, vorremmo ringraziare pubblicamente i membri del Centro Sociale di Sant'Eraclio per la costante presenza accanto agli ospiti di Casa Serena.

La loro partecipazione e collaborazione è insostituibile e contribuisce a migliorare la qualità della vita degli ospiti.

Le signore del Centro Sociale, oltre a partecipare una volta al mese alla consueta gara di briscola insieme ai nostri ospiti, collaborano attivamente a molti eventi riguardanti la struttura.

Ad esempio, per la festa di San Martino che teniamo ogni 11 Novembre nella sala polivalente, offrono castagne al cartoccio a tutti gli ospiti.

Alla festa dell'epifania ogni anno distribuiscono doni agli anziani della struttura, così come per la festa della mamma portando regali a tutte le signore. L'otto Marzo invece offrono splendidi mazzi di mimose che confezionano insieme alle ospiti e puntualmente distribuiscono a tutte le donne.

GRAZIE a tutti coloro che hanno permesso la realizzazione di **SERENO VARIABILE**:

GLI OSPITI di Casa Serena in quanto "autori" e "fruitori" del giornalino;

LO STAFF DIRIGENZIALE della Struttura per il sostegno sia a questa iniziativa che a tutte le altre promosse dal Servizio Animazione;

GLI OPERATORI per la loro preziosa collaborazione;

I FAMILIARI E I VOLONTARI per la costante partecipazione.

ARRIVEDERCI AL PROSSIMO NUMERO!





NUOVA Società Cooperativa Sociale

SERVIZI SOCIO – SANITARI,
ASSISTENZIALI ED EDUCATIVI

Via Antonio da Sangallo, 17/T – 06034 Foligno (PG)

Tel. 0742/340852 – Fax 0742/345021

Email: nuovacooperativa@libero.it

www.nuovacoopertiva.com

SETTORI DI INTERVENTO:

- SERVIZI DI ANIMAZIONE ALL'INTERNO DELLE STRUTTURE RESIDENZIALI PER ANZIANI
- ATTIVITA' SOCIALI
- SERVIZI DI PROMOZIONE SOCIALE
- ATTIVITA' DI PET THERAPY
- SERVIZI DI ANIMAZIONE PRESSO CENTRI DIURNI PER ANZIANI

PER CHI LO DESIDERA È POSSIBILE DESTINARE IL **5 PER MILLE** ALLA
ONLUS "NUOVA SOCIETÀ COOPERATIVA SOCIALE"
INDICANDO IL CODICE FISCALE **01637240548**.

Sereno Variabile

PERIODICO DI "CASA SERENA Ex-ONPI" (S. ERACLIO DI FOLIGNO)

A CURA DEL SERVIZIO ANIMAZIONE ANZIANI DELLA NUOVA SOCIETÀ COOPERATIVA SOCIALE