

N°14
6/2022



Pubblicazione
gratuita ad uso
ludico-sociale

IL GIORNALINO

DEL RAGGIO VERDE SMERALDO

21 GIUGNO: GIORNATA MONDIALE DELLA GIRAFFA

GIOCHI  PASSATEMPI  RACCONTI  CONSIGLI  STORIE  RICETTE

GMA Group - Via Nomentana 261, 00137 Roma - Tel. 06 8185899
www.facebook.com/gmaservicegroup





CON IL CALDO ARRIVA IL FUOCO MA ANCHE NOI

vendita
e manutenzione
estintori
e impianti
antincendio

GMA FIRE SRL
VIA GASPARA STAMPA, 151 - 00137 Roma
06 45497230 - gma.firesrl@gmail.com

SOMMARIO

- 04 Gli anziani: creare una barriera d'amore
- 06 I Centri Diurni Alzheimer
- 08 I Crucipuzzle
- 09 Il Cruciverba
- 10 Colorami: Per tutti i golosi
- 12 Trova l'intruso
- 13 Unisci i Puntini
- 14 L'Almanacco di Giugno
- 16 La Foto del Mese
- 18 Storie di Casa
- 20 La Ricetta
- 22 Lettura di Giugno
- 24 La Quotidianità (Come migliorarla)
- 26 Tempo di Musica (Raffaella Carrà & Orietta Berti)
- 28 Viaggiando

8 GIUGNO
GIORNATA
MONDIALE
DEGLI OCEANI

Foto di Dmytra Yurkova da Pixabay

Gli anziani: creare una barriera di amore...



Con *abuso senile* si intende una condotta deviante che consiste nel procurare un danno biologico, morale o giuridico verso persone anziane. Una delle definizioni universalmente accettate dell'abuso senile, adottata dall'**Organizzazione mondiale della sanità**, si riferisce ad «*un comportamento sporadico o continuato o la negligenza intervenuta in una relazione dove esiste qualche forma di obbligazione disattesa che causa angoscia verso una persona anziana*».

Il nucleo fondante definitorio si concentra sulla minaccia laddove sussiste un "obbligazione disattesa" ovvero "l'aspettativa di un dovere" da parte della persona anziana verso il proprio aggressore. Ciò implica che la persona anziana debba conoscere colui con il quale instaura la relazione come, ad es., il coniuge, il convivente, un membro della famiglia, qualcuno del vicinato, o qualsiasi altra persona che è in contatto coi servizi sociali. Molte forme di abuso senile sono interpretate come violenza domestica.

Il termine non rientra in una generica attività criminale contro persone anziane come violazione di domicilio, raggiri finanziari o comunque tesi alla sottrazione di beni di valore, ad esempio due persone sconosciute, sotto false motivazioni su piccole riparazioni, distruggono gli inquilini sulla soglia della porta mentre il complice si introduce nell'appartamento per

derubare di nascosto. Nel 2006 la **Rete Internazionale di Prevenzione dell'Abuso Minorile (INPEA)** ha istituito il 15 giugno come **Giornata Nazionale dell'Anziano Vittima di Abusi** e un notevole numero di eventi sono stati organizzati nel mondo per stimolare l'opinione pubblica su tale fenomeno.

Epistemologia-Sebbene il fenomeno dell'abuso senile sia diffuso in tutti i paesi, ci sono solo sporadiche manifestazioni basate sulla storia, sulla cultura, sulle risorse economiche e sulla percezione sociale di tale fenomeno. Il comune denominatore rimane, comunque, l'uso della forza, sia fisica che mentale (plagio), da parte dell'aggressore al fine di condizionare il benessere e lo status sociale di una vittima anziana.

Abuso somatico-Consiste nell'insieme di atti tesi a colpire, spingere, schiaffeggiare, appiccare il fuoco, prendere a calci, costringere, porre in cattività o somministrare delle cure o dei farmaci senza averne competenza.

Abuso psicologico-Comprende l'insieme di intenzioni finalizzate a sgridare, biasimare, bestemmare, terrorizzare o umiliare una persona anziana. Un tema ricorrente è l'utilizzo o la strumentalizzazione da parte dell'aggressore di qualcosa che preoccupa la vittima per costringerla a fare qualcosa contro la sua volontà. Può assumere forme orali come l'utilizzo di nomi dispre-

giativi tesi a ridicolizzare la vittima o a colpevolizzarla o a disprezzarla, ma può assumere anche forme metalinguistiche tese a non considerare i bisogni della persona o a ignorarla o a evitarla.

Abuso economico-Anche conosciuto come "sfruttamento finanziario" consiste nell'uso non autorizzato di beni patrimoniali della persona anziana nonché dei libretti di risparmio, di pensione e di qualsiasi altro bene di valore posseduto dalla vittima, spesso requisiti tramite le minacce, coercizione, plagio, falsa procura, etc. Altre forme di tale abuso comprendono la sottrazione di denaro o la confisca di altre proprietà nonché lo sfratto da casa.

Abuso sessuale-Consiste nel costringere una persona anziana a subire o partecipare ad un'attività sessuale contro la propria (o del tutore legale) volontà, anche solo di tipo visuale o verbale.

Negligenza-Consiste nella deprivazione o nel tentativo di sottrarre beni alimentari, vestiario, medicine o altre utenze nonché nell'evitare di soddisfare i bisogni fondamentali delle persone anziane (negligenza attiva) o nell'impedire che queste abbiano qualche forma di autonomia (negligenza passiva).

Abuso del diritto-Consiste nel negare i diritti civili e costituzionali a persone anziane autosufficienti; è un aspetto del fenomeno all'attenzione dei legislatori.

Incuria-Alcuni anziani si lasciano un po' andare, nel senso che ad un certo punto non sono più costanti nell'espletare le proprie pratiche igieniche, quindi hanno bisogno di aiuto che, però, non sempre è immediato. L'incuria si distingue dalla negligenza dove sono già presenti terzi aggressori.

Abbandono-Rappresenta la condotta con-

tinuata ed aggravata della negligenza ovvero quando l'allontanamento si protrae per un periodo di tempo indeterminato.

Abuso istituzionale Comprende tutte le su dette condotte abusive quando hanno luogo in contesti istituzionali

quali residenze sanitarie assistite, ospizi ed altri servizi sociali.

Eziologia-I sintomi di abuso senile variano in base al tipo di persona e al tipo di minaccia posta in essere:

- dice di essere stata minacciata;
- appare depressa o in stato confusionale: non sono vestiti adeguatamente, non dimostrano di aver ricevuto cure sufficienti, non escono mai di casa, sono assennati o dormono troppo;
- non accettano inviti dalla propria famiglia o dal tutore
- sono afflitti nel prendere proprie decisioni
- cercano di nascondere qualcosa da altri
- non hanno nulla da spendere
- tentano di cacciare via il medico o altre autorità
- sembrano ansiosi o in panico
- tentano di fuggire senza voler più tornare
- sembrano subire troppi incidenti

Fonte: <https://it.wikipedia.org/>

ndr: La Gma da anni si prende cura di persone meno fortunate... dagli anziani ai disabili... e sempre con lo stesso obiettivo: rendere loro migliore la vita. E questo è possibile anche grazie ai nostri straordinari professionisti, che si dedicano quotidianamente alla cura dei più deboli.

Inaugurato il Centro Diurno "La Bella Età"

La storia del Centro Diurno Alzheimer del Municipio III ha avuto un percorso difficoltoso. Dopo la chiusura del Centro di Isola Madre, avvenuta a settembre del 2018, gli utenti del Centro sono stati accolti al Centro Santa Eufemia. Finalmente l'uscita del nuovo bando municipale per la gestione del Servizio, vinto dalla GMA Cooperativa Sociale, ha permesso la rina-

uscita del Centro Diurno nel Municipio III, che si è spostato da Montesacro a Talenti, in via Francesco D'Ovidio.

A marzo del 2020 le attività del Centro sono state sospese a causa della pandemia da Covid-19 ed il Servizio è stato rimodulato, dai servizi sociali del Municipio III, in assistenza domiciliare. I primi mesi del 2022 il Servizio è stato riaffidato con bando

municipale, vinto di nuovo dalla GMA Cooperativa Sociale.

Finalmente il 13 giugno il Centro Diurno Alzheimer "La bella età" di via Antelao, dopo due anni e tre mesi... riapre!

Lunedì 20 giugno, è stato inaugurato il Centro. Alla cerimonia di apertura hanno partecipato il Presidente del

Municipio III Paolo Marchionne e l'Assesora alle Politiche sociali del Municipio III Maria Romano, assieme ai rappresentanti e agli operatori del Distretto 3 della ASL Roma I.

Il Centro Diurno è aperto dal lunedì al sabato dalle 8 alle 17, il personale che vi opera è costituito

dal Coordinatore (Psicologa/Psicoterapeuta), Educatore, Assistente Sociale, Redattore Giornalino (Giornalista professionista), O.S.S.

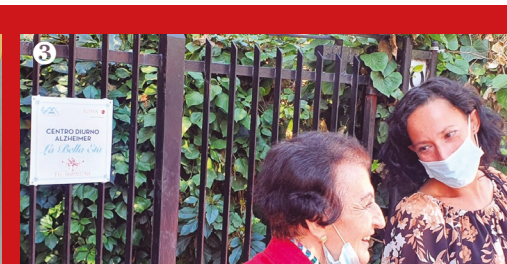
Nel centro diurno si svolgono attività di ginnastica dolce, stimolazione cognitiva, attività ludico-ricreative mirate al trattamento dei deficit cognitivi e delle alterazioni comportamentali, inoltre è previsto il servizio di ristorazione e trasporto.

Un servizio fondamentale per le persone affette da Demenza e per i loro familiari, una struttura socio-assistenziale integrata che si propone di migliorare la qualità di vita dei pazienti, dei caregiver e dei familiari.

Dott.ssa Serena Proietti



- 1• L'arrivo del pulmino con gli ospiti a bordo
- 2• Gli utenti si confrontano davanti all'ingresso
- 3• L'operatrice Roberta con la Signora Silvana
- 4/5• Il momento della colazione
- 6• Il Presidente Giancarlo Cantagallo con la Dott.ssa Serena Proietti e il Presidente del Municipio III Paolo Marchionne



IL CRUCIPUZZLE

Cancellate nello schema le parole elencate. Le potete trovare allineandole in verticale, orizzontale o diagonale, da destra a sinistra e da sinistra a destra.

IL BUIO

C	E	I	O	I	A	N	E	E	M
O	A	R	S	T	O	R	T	T	E
P	C	I	B	T	N	S	U	O	C
A	R	S	O	E	I	E	S	A	U
C	A	N	O	R	N	C	P	T	P
O	G	R	T	F	U	E	R	S	O
I	E	O	N	R	U	T	T	O	N
N	P	R	O	F	O	N	D	O	O

CRISI	NOTTURNO	SPENTO
CUPO	OPACO	TENEBRE
FOSCO	OSCURO	TRISTE
IGNOTO	PAURA	
NERO	PROFONDO	

DALL'OROLOGIAIO

L	M	P	I	N	Z	E	T	T	E
A	A	U	L	O	T	T	A	I	P
N	N	N	L	M	I	N	U	T	I
C	D	Z	E	P	E	L	N	D	N
E	R	O	T	A	I	L	O	O	Z
T	I	N	L	E	N	T	E	L	A
T	N	E	O	N	I	R	T	E	V
E	O	A	C	A	M	P	A	N	A

CAMPANA	MINUTI	PINZETTE
COLTELLI	OLIATORE	PUNZONE
LANCETTE	OLIO	VETRINO
LENTE	PIATTO	
MANDRINO	PINZA	

DAL FALEGNAME

M	S	A	R	A	C	C	O	O	R
T	V	A	O	I	N	R	O	T	S
T	I	A	T	C	H	I	O	D	I
O	T	T	E	S	R	O	M	R	M
U	I	I	C	A	B	A	N	C	O
P	I	A	L	L	A	P	S	A	R
I	O	L	L	E	P	L	A	C	S
E	E	T	E	N	A	G	L	I	A

ASCIA	PIALLA	TORNIO
BANCO	RASPA	TOUPIE
CHIODI	SARACCO	VITI
MORSA	SCALPELLO	
MORSETTO	TENAGLIA	

IL MARE

A	I	A	B	O	N	D	A	T	E
I	R	A	I	S	O	L	E	R	L
G	I	I	A	C	I	M	I	O	A
G	S	L	P	L	P	E	N	I	D
A	A	L	G	E	E	A	L	L	N
I	C	O	S	A	E	V	G	G	O
P	C	T	S	C	A	L	O	I	F
S	A	A	O	T	R	O	P	M	O

ATOLLI	OCEANO	SCOGLI
BAIA	ONDATE	SPIAGGIA
FONDALE	PORTO	TEMPESTA
ISOLE	RISACCA	VELA
MIGLIO	SCALO	

IL CRUCIVERBA

www.iltuocruciverba.com

1	2		3		4	5	6	
					E			
7					8			9
10		11			12			
M								
13								
14						15	16	
17		18					19	
						20		
	21			K				

ORIZZONTALI

1. Il simpatico gatto che adora le lasagne - 7. Aguzzo al centro - 8. La squadra di calcio più famosa di Madrid - 10. Un attore che non usa la voce - 12. Articolo - 13. Trasmette solo cartoni animati e serie TV per ragazzi - 14. La fine di Batman - 15. Se guardi bene... le trovi nello zerbino! - 17. Stringere con una fune per fermare qualcosa - 19. Scene senza consonanti - 20. La gara all'inizio - 21. I famosi personaggi dei cartoni come Pikachu.

VERTICALI

1. Il gatto blu che vive nella città di Elmore - 2. La parola che contraddistingueva la seconda serie di "A tutto reality" - 3. L'arma che Davide usò contro Golia - 4. Petroli senza i dispari - 5. E' il cane fifone dei cartoni animati - 6. Mezzo dado - 9. Animale con la criniera - 11. Sigla di Milano - 16. Il Mr inglese dei cartoon che chiude la sua macchina col lucchetto - 18. Proprio in mezzo al soggiorno... - 20. Sigla di Gorizia

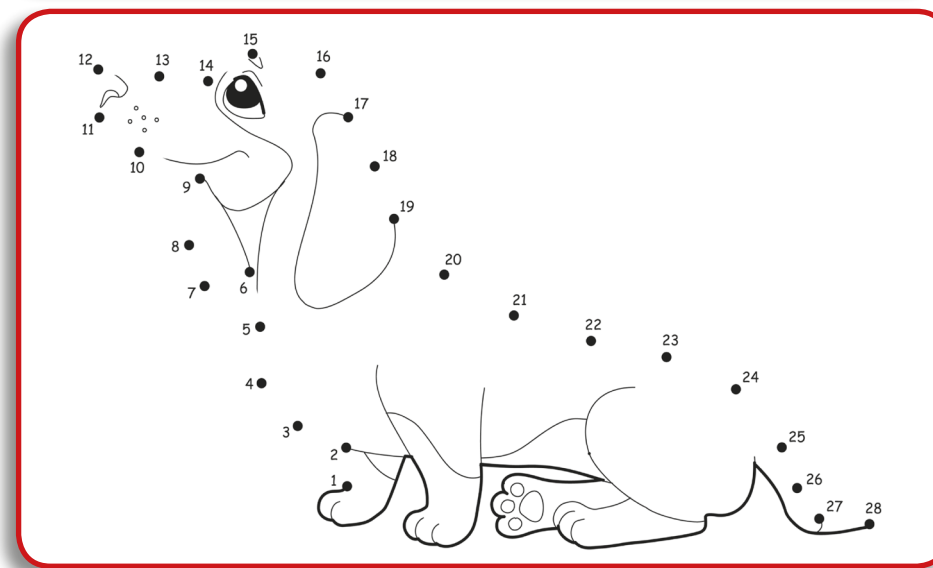
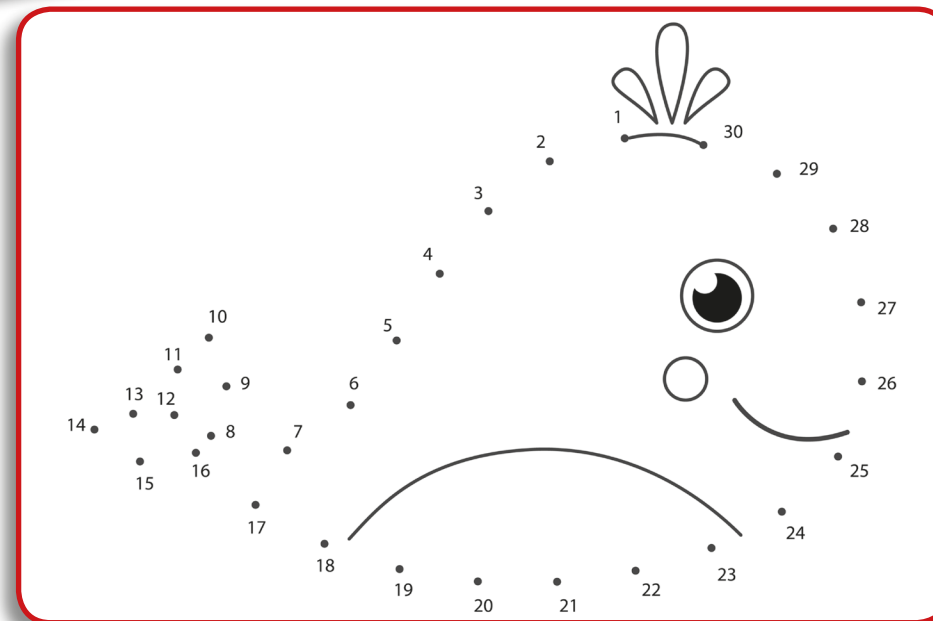


TROVA L'INTRUSO

Un gioco semplice, ma se siete distratti, potete cadere in fallo... forza allora, trovate l'intruso che si nasconde in ogni riga orizzontale e barratelo con una bella croce!

TEGOLA	MATTONE	FORATINO	LUCE	MATTONELLA
CEMENTO	TAPPETO	GESSO	MALTA	STUCCO
QUADRO	CORNICE	CHIODO	TAVOLO	VETRO
ROSA	CICLAMINO	GIRASOLE	GERANIO	ORTICA
FOGLIO	PENNA	MATITA	PORTA	GOMMA
GIORNALE	MENSILE	LIBRO	FERRO	RIVISTA
SECCHIELLO	PALETTA	FORMINA	SABBIA	NEVE
MANUBRIO	RUOTA	CATENA	MACININO	PEDALI
SEDIA	POLTRONA	SGABELLO	LAMPADARIO	SEGGIOLA
ROMA	NEW YORK	MILANO	FOGGIA	SIENA
LEGNA	CAMINO	BRACE	PARAFIAMMA	GATTO
LEONE	TIGRE	LEOPARDO	CERVO	GIAGUARO
MONTAGNA	COLLINA	PIANURA	FINESTRA	VALLE
TOPOLINO	PAPERINO	PIMPA	PLUTO	PIPPO
BISTECCA	COSTATA	ACQUA	FETTINA	BRACIOLA
CARBONARA	AMATRICIANA	AL PESTO	BRODO	CACIO E PEPE
LANA	COTONE	VELLUTO	SETA	SCARPA
GIOTTO	RAFFAELLO	MATISSE	LEONARDO	CARAVAGGIO
TACCO	MENTO	LACCI	SUOLA	TOMAIA
TRIGLIA	BALENA	SPIGOLA	SOGLIOLA	ORATA
OREGON	MONTANA	NEVADA	QUEBEC	CALIFORNIA
TEVERE	PO	NILO	TICINO	ADDA
PEUGEOT	INDESIT	BMW	MERCEDES	FIAT
PALLONE	PORTA	GARAGE	PALO	TRAVERSA
PISOLO	ARCHIMEDE	MAMMOLO	BIANCANEVE	STREGA
ROCK	POP	CLASSICA	JAZZ	GOLF

UNISCI I PUNTINI



Primo volo di una mongolfiera 4 giugno 1783

Cinque secoli dopo le mongolfiere di carta utilizzate in Cina per segnalazioni militari, nella Francia prerivoluzionaria si sollevò nel cielo un pallone alimentato ad aria calda, che da semplice spettacolo per gli occhi si trasformò in un mezzo di trasporto.

L'idea venne a **Joseph-Michel Montgolfier** osservando un lenzuolo che si asciugava sul fuoco, gonfiandosi e creando un effetto plastico. Joseph condusse i propri esperimenti tra le mura domestiche, riuscendo nel 1782 a costruire il primo prototipo. Si trattava di un pallone di tela gonfiato da una camera di combustione, alimentata con la carta, che andò a sbattere contro il soffitto. Nel dicembre



del 1782, venne utilizzata una mongolfiera in grado di restare in aria per 2 km. I tempi erano maturi per mostrare l'invenzione in pubblico.

La dimostrazione avvenne il 4 giugno del 1783 ad **Aannonay**, con un aerostato di 790 metri cubi che volò per 10 minuti, ad un'altezza di 2000 metri. Per volere di re **Luigi XVI**, i Montgolfier replicarono l'esperimento a Versailles, col proposito di provare a trasportare esseri umani, poi sostituiti da tre animali. Il test fu completato, con i tre passeggeri atterrati sani e salvi.

Un mese dopo avvenne il primo volo con equipaggio umano, composto da **Pilâtre de Rozier** e dal **marchese d'Arlandes**, che planarono per 9 km sui tetti di Parigi.

LA POESIA

"Il mese di Giugno"
di Gianni Rodari (1953-1980)

*Filastrocca del mese di giugno,
il contadino ha la falce in pugno:
mentre falcia l'erba e il grano
un temporale spia lontano.*

*Gli scolaretti sui banchi di scuola
hanno perso la parola:
apre il maestro le pagelle
e scrive i voti nelle caselle...*

*Signor maestro, per cortesia,
non scriva quel quattro sulla mia:*

*Quel cinque, poi, non ce lo metta
sennò ci perdo la bicicletta:
se non mi boccia, glielo prometto,
le lascio fare qualche giretto.*

Mondiali di Calcio in Italia 8 giugno 1990

Iniziano i Mondiali di Italia '90, dopo anni di polemiche e di lavori, non solo negli stadi e nelle città interessate dalla importante quanto attesa manifestazione calcistica. Alle 18 di venerdì 8 giugno, per la partita inaugurale, scendono in campo l'Argentina di Maradona, campione in carica, e il Camerun. Arriva un risultato difficilmente prevedibile alla vigilia, soprattutto per come matura. Al 66° gli africani, in dieci, segnano e, pur rimanendo in nove, conquistano la prima vittoria, che sarà determinante per chiudere al primo posto il girone, precedendo Romania e Argentina, ugualmente qualificate per la fase successiva.



...♦♦♦ I PROVERBI DEL MESE DI GIUGNO ♦♦♦...

- Tra maggio e giugno fa il buon fungo.
- Di giugno levati il cuticugno.
- Giugno la falce in pugno.
- Giugno ciliegie a pugno.
- Per san Vittorino (8) ciliege a quattrino.
- Per San Barnaba, l'uva viene e il fiore va.
- Per San Paolino c'è il grano e manca il vino.
- La vigilia di S. Giovanni (23), piove tutti gli anni.
- A San Giovanni (24) il sorgo va in pan.
- La notte di S. Giovanni, entra il mosto nel chicco.
- A San Vito (15) il castagno è incardito.
- Giugno ventoso, porta presto il grano sull'ia.
- Acqua di giugno rovina il mugnaio.
- Se marzo non marzeggia, giugno non festeggia.

...♦♦♦ FRASI D'AUTORE ♦♦♦...

*Ho aspettato con grande ansia il solstizio
d'estate e ora che la terra si inchina
(veramente si raddrizza dopo l'inchino)
verso il sole, sono più contento.*
(Antonio Gramsci)

Invenzione della bomboletta spray 15 giugno 1939

Il 15 giugno del '39 l'inventore **Julian Kahn** mise in commercio la prima bomboletta spray usa-e-getta, che fu utilizzata subito per applicazioni importanti. Nel corso della II guerra mondiale venne utilizzata come insetticida (nella foto). Fino al 1989 si adoperò come gas il freon, poi dichiarato nocivo per l'ambiente, in particolare per i danni arrecati allo strato di ozono. Il funzionamento della bomboletta prevede che la sostanza gassosa sia compressa sino a raggiungere lo stato liquido, in modo che, agendo sulla valvola, possa prorompere in maniera violenta portando con sé la sostanza liquida, con la quale era stato miscelato.



Eddy Merckx, data di nascita: 17 giugno 1945

Eddy Merckx (Mensel-Kiezegem, 17 giugno 1945), è un ex ciclista su strada, pistard e ciclocrossista belga. Professionista dal 1965 al 1978, soprannominato **Il**



Cannibale per la voglia di vincere sempre e non lasciare nulla agli avversari, è il corridore più vincente della storia del ciclismo, ed è considerato da molti il più forte di tutti i tempi.

Si aggiudicò 5 edizioni del Tour de France, record condiviso con Jacques Anquetil, Bernard Hinault e Miguel Indurain, cinque edizioni del Giro d'Italia, eguagliando il primato di successi di Alfredo Binda e Fausto Coppi, e una edizione della Vuelta a España, nel 1973.

Tra le corse di un giorno fece invece suoi quattro campionati del mondo su strada, di cui uno per dilettanti e tre per professionisti, oltre a 27 classiche, di cui ben 19 classiche "monumento" (sette Milano-Sanremo, cinque Liegi-Bastogne-Liegi, tre Parigi-Roubaix, due Giri delle Fiandre e due Giri di Lombardia), oltre a tre Freccie Vallone, tre Gand-Wevelgem e due Amstel Gold Race).

LA FOTO DEL MESE

5 GIUGNO: GIORNATA MONDIALE DELL'AMBIENTE



Festa della Repubblica: ricordi ed emozioni

Giugno è il mese che annuncia l'imminente ritorno dell'estate, il mese in cui si ricordano i patroni di Roma - San Pietro e San Paolo - ma anche quello in cui si celebra la **Festa della Repubblica**. Una data, quella del 2 Giugno, legata all'unità nazionale ed ai festeggiamenti ad essa collegati. Anche gli ospiti del centro diurno hanno voluto raccontarci le loro esperienze in tal proposito.

ed i suoi commilitoni arrivavano all'alba per cominciare ad organizzare la parata con le altre forze armate.

Si unisce **Cosimo**, che conferma di aver partecipato alla parata ai tempi del servizio militare e, nonostante da allora non sia tornato a vederla dal vivo, ogni anno la guarda dalla TV con molto piacere. Ma non solo Roma: **Giorgio** tiene a ricordare che anche a Milano - città in cui è cresciuto - la Festa della Repubblica è molto sentita e **Pierina** ci racconta che anche nel suo paese di origine - Cesuna, in provincia di Vicenza - festeggiavano il 2 Giugno andando in chiesa per poi radunandosi assieme, parlare e, perché no, festeggiare con un buon bicchiere di vino rosso! **Tina**, che ha un fratello in poli-

zia, ricorda che la mattina andava sempre in prima fila assieme alle sorelle a vederlo sfilare e **Wilda**, ormai in Italia da tanti anni, ci racconta quanto le piacesse frequentare piazza Venezia con lo sguardo al cielo in attesa che passassero le "freccie tricolori".

Una sola data, ma tante storie, tante vite e altrettante emozioni.

Dott.ssa Marialuigia Stronati

... LA PRIMA FESTA DELLA REPUBBLICA ITALIANA ...

La prima celebrazione della Festa della Repubblica Italiana avvenne il 2 giugno 1947, mentre nel 1948 si ebbe la prima parata militare in via dei Fori Imperiali a Roma; il 2 giugno fu definitivamente dichiarato festa nazionale nel 1949. Nell'occasione il cerimoniale comprese la rivista militare delle forze armate in onore della Repubblica da parte del Presidente della Repubblica Italiana; la manifestazione avvenne in piazza Venezia, di fronte al Vittoriano. Dopo la deposizione della corona d'alloro al Milite Ignoto da parte del presidente della Repubblica Italiana Luigi Einaudi, gli stendardi delle forze ar-

mate abbandonarono la formazione, percorsero la scalinata del monumento e resero omaggio al presidente con un inchino.

Nel 1949, con l'ingresso dell'Italia nella NATO, si svolsero dieci celebrazioni in contemporanea in tutto il Paese: nell'occasione, per rimarcare il legame della neonata Repubblica con il mazziniano, corrente del Risorgimento che faceva capo a Giuseppe Mazzini, fervente repubblicano, fu inaugurato nell'attuale piazzale Ugo La Malfa a Roma, in memoria del patriota genovese, un monumento celebrativo davanti al quale si svolse la manifestazione principale della Festa della Repubblica.



Comincia **Massimo** che ricorda con orgoglio i tempi in cui prestava servizio militare e sfilava con i suoi colleghi lungo Via dei Fori Imperiali. Racconta che, sebbene la sfilata iniziasse alle 10:00 di mattina, lui

Ed eccovi una bella pizza ma di pasta di sale!

Tra le attivi di Stimolazione cognitiva e ludico-ricreativa proposte al centro diurno vi è la manipolazione attraverso strumenti o oggetti di uso comune.

La manipolazione consente agli utenti di operare, toccando, mescolando attraverso l'esplosione, la sensorialità e la percezione.

L'attività di manipolazione risponde ai bisogni degli

utenti di mantenere le competenze sensoriali, motorie e cognitive.

La pasta di sale è un'attività utilizzata, dalla ricerca degli ingredienti alla creazione del prodotto.

Gli utenti si divertono a creare oggetti di loro piacimento o con l'ausilio di formine o utensili.

Dalla nostra pasta di sale sono nate delle bellissime pizze Margherita.



INGREDIENTI PER LA PASTA DI SALE:

- 5 bicchieri di farina 00
- 5 bicchieri di sale fino
- 2 cucchiaini di colla vinavil
- Acqua tiepida quanto basta.

PER DECORARE LA PASTA DI SALE:

- pennelli a punta larga
- pennelli a punta fina
- tempere di colore rosso, verde e giallo.

PREPARAZIONE

Per ottenere una buona pasta di sale occorre versare gli ingredienti secchi, dunque la farina ed il sale, e mescolarli tra loro.

Unite poco per volta l'acqua e la colla vinilica e cominciate ad impastare.

Regolatevi con l'acqua fino a quando



... MA QUI PARLIAMO DI CIBO VERO ...

Il cibo, nel bene o nel male, fa da sempre parte delle nostre vite: il cibo che riempie una tavola imbandita, quello che lenisce un dispiacere o un fugace momento d'ansia.

Ma il cibo va ben oltre l'essere una valvola di sfogo o di compensazione: nutre il corpo e l'anima, è cura, socializzazione, condivisione.

In tal senso anche i laboratori legati alla realizzazione di una ricetta possono rappresentare un momento di creatività condivisa legata alla pianificazione, al rispettare delle indicazioni precise, al manipolare e trasformare la materia, aspettando poi che quanto creato diventi - per l'appunto - cibo da gustare e da condividere.

Come evidenziato da recenti studi condotti dai ricercatori giapponesi della Tohoku Uni-

versity di Sendai, cucinare potenzia le capacità cerebrali: le sofisticate tecniche con cui è stato condotto l'esperimento evidenziano come manipolare, assemblare, cuocere per il giusto tempo ed alla giusta temperatura, richieda l'attivazione di aree cerebrali complesse che, se protratte nel tempo, aiutano a contrastare il decadimento cognitivo.

Ma cucinare, specie se in gruppo, non è solo un'attività che stimola le funzioni cognitive: al tempo stesso infatti favorisce le interazioni dei partecipanti e crea un senso di quotidianità che avvicina gli ospiti alla rassicurante routine casalinga, contribuendo a rendere il Centro Diurno un luogo sempre più familiare e gradevole.

Dott. Stefano Borioni

non otterrete un impasto asciutto e lavorabile. Create una palla e lasciatela riposare mezz'oretta in frigo, avvolta nella pellicola.

Una volta pronta la pasta via alla creatività e le opere realizzate si possono asciugare o al forno a 60 gradi o all'aria aperta per una giornata.

Quando le forme sono asciutte ci si può sbizzarrire alla creatività.

I nostri cerchi pronti ricordavano delle pizze e con gli utenti abbiamo deciso di decorarle per creare una pizza margherita che poi diventerà una bellissima calamita da appendere in casa.

CACCIA AGLI INGREDIENTI





Agravin, la giraffa Rafa e Keita la fanciulla

S Keita era una bambina dolce e allegra che passò tutta la sua infanzia in un bellissimo villaggio della sua amata Africa. All'età di sedici anni, suo padre decise che il momento che ella si sposasse era giunto e si adoperò alla ricerca di un marito per lei. La giovane Keita non era affatto felice di sposarsi perché amava essere libera ed indipendente e perché il suo cuore in quel momento non apparteneva a nessuno.

Passò qualche mese e il padre della fanciulla riuscì a trovare un uomo che pensava fosse adatto alla figlia: un giovane di ottima famiglia, praticamente aristocratica, di nome Kanelo. Durante il loro primo incontro egli si rivelò subito crudele negli intenti, nei modi e nei sentimenti, opprimeva le idee di Keita, non conosceva il termine "dolcezza", mai una parola per lei e neanche un minimo apprezzamento. Presa dalla disperazione, Keita si recò nella stanza di suo padre e lo pregò in ginocchio di annullare le nozze con Kanelo, raccontandogli quanto accaduto. Ma il severo genitore le disse che si sarebbe dovuta sposare lo stesso e che il matrimonio non si combina per amore ma per affari. Alle parole di suo padre Keita restò sconcertata e decise di scappare di notte mentre tutti dormivano. Prese in fretta e furia una maglietta e due paia di scarpe e corse verso la foresta. La prima notte passò presto perché la stanchezza di Keita era superiore a qualunque cosa; la mattina seguente si mise in cammino senza meta e continuò fino alla

sera. Decise di fermarsi nei pressi di una gigantesca pozza, bevve dell'acqua e si sedette accanto a un albero.

"Ehi ma... che cavolo è?" Disse.

"Qualcosa mi ha leccato la testa, ne sono sicura" pensò.

Improvvisamente, appena girò il viso, le apparve davanti un'enorme giraffa che portava in sella un giovane ragazzo.

"Ciao! Ti sei persa?"

"Ehm... no. Veramente sono scappata dal mio villaggio, mi chiamo Keita"

"Ciao Keita, io sono Agravin e lei è Rafa"

"È la tua giraffa?"

"Sì mia e soltanto mia. Siamo cresciute insieme tra questi alberi."

"Non hai una famiglia?"

"L'avevo, credo. La mia vita è iniziata quando avevo circa tre anni e mi svegliai tra le slinguazzate di Rafa, è stata lei a trovarmi qui e a portarmi con sé... lei mi ha salvato la vita. Ma dimmi un po', tu perché sei scappata dal tuo villaggio?" Chiese Agravin.

"Perché mio padre vuole farmi sposare un abominevole omuncolo che odio e disprezzo più di qualunque cosa al mondo"

"Wow, deve essere davvero orrendo se ne parli così. Ad ogni modo adesso sei con noi! Vieni, su!"

Keita, alla vista e alle parole del giovane, rimase profondamente colpita e decise senza esitare di unirsi ad Agravin e alla sua amata giraffa.

Trascorse una settimana e i due giovani iniziavano a conoscersi sempre di più, ridevano insieme e cercavano cibo, giocavano con Rafa e dormivano tra gli alberi, erano una squadra ormai infallibile.

"Devo dirti una cosa Keita"

"Cosa? Devo preoccuparmi?"

"Emh... va bene te lo dico... mi piaci!"

"Eccola li!!!! Correte!!!! Prendetela!!!!" D'improvviso delle urla fortissime spezzarono quel momento d'amore e il crudele Kanelo catturò Keita con l'aiuto dei suoi scagnozzi, dopo settimane di ricerche.

Agravin venne lasciato legato ad un albero con la sua Rafa, impossibilitato ad intervenire. Dopo un po'

riuscì a liberarsi, slegò anche la sua Rafa e si mise in marcia alla ricerca di Keita.

"Adesso vedrai che non scapperai più, stolta!" Esclamò il perfido Kanelo.

"Dove pensi di portarmi? Tu non mi avrai mai" rispose Keita piena di orgoglio.

Dopo qualche chilometro giunsero di fronte a un

bere acqua marcia. La prima notte non dormì mai e passò il suo tempo affacciata all'unica e piccola finestra che aveva, nella speranza di veder giungere qualcuno a salvarla. Anche la seconda notte fu uguale e così anche la terza e la quarta, poi lo sfinimento prese il sopravvento e riuscì a dormire.

STOK STOK

"Ma che diavolo è?" Pensò Keita dopo che sentì dei colpi provenire da fuori

STOK STOK

Si affacciò e si ritrovò davanti i bellissimi occhi di Rafa che si confondevano con il nero della notte.

"Keita sono qui sotto. Aggrappati a Rafa e scendi"

Agravin era giunto a salvarla e lei non poteva crederci; il suo cuore traboccava di gioia e amore. Si aggrappò al collo di Rafa con cautela ma scivolò a terra catturando l'attenzione delle guardie.

"Sta scappando signore, la ragazza sta scappando!" Urlarono.

"Corri Keita sali su Rafa, sbrighati"

Intanto le guardie correvano verso di loro tentando di scaraventare le loro lance su Rafa per non farli fuggire.

"Brava così! Forza Keita ci sei" esclamò Agravin che afferrò la sua mano più stretta che poteva.

"Vai Rafa, vai vai!"

Iniziarono a correre in sella della loro fedele amica finché non riuscirono a seminare tutti gli uomini malvagi e a trovare finalmente riposo. Il giorno dopo si misero in cammino e decisero di trasferirsi lontano, fin dove le gambe di Rafa riuscivano ad arrivare.

Dopo mesi di peregrinare giunsero in Egitto ed iniziarono una nuova vita; ebbero dei figli bellissimi ed anche Rafa li ebbe. Da quel giorno diedero vita ad una comunità amorevole che viveva in pace tra di loro ed anche con le giraffe, che diventarono veri propri simboli di fedeltà e libertà.

Dott.ssa Rebecca Ruiti



enorme castello da cui spuntava una gigantesca e altissima torre.

"Aiutoooooooooo"

"Non ti sentirà nessuno! Cosa pensi? Di essere vicino al tuo stupido innamorato? Ah ah ah digli addio per sempre"

Keita venne rinchiusa all'ultimo piano della torre con la sola possibilità di tessere una tela e le uniche pause concesse erano per mangiare pane secco e

Come combattere il fenomeno del **wandering**

Il wandering (vagabondaggio) è un comportamento frequente tra le persone affette da disturbi neurodegenerativi che si caratterizza per il girovagare apparentemente senza meta. Per quanto possa sembrare un vagabondare casuale, in realtà ha quasi sempre uno scopo o è dettato da una condizione. Il problema è che spesso la persona non riesce ad esprimersi e quindi a spiegare le sue intenzioni, oppure, in poco tempo, i disturbi di memoria gli fanno dimenticare la ragione del movimento o la destinazione. Le principali ragioni del wandering nelle persone con disturbi neurodegenerativi sono la noia, la confusione, il dolore fisico, le esigenze fisiologiche, la ricerca del passato. È necessario cercare di capire la causa che si nasconde dietro tale comportamento, in modo da prevenirlo ed evitare situazioni pericolose. I motivi più frequenti che danno origine al wandering riguardano:

• **Abitudini del passato:** se la persona, per esempio, era abituata a fare passeggiate dopo pranzo, è probabile che cerchi di ristabilire quella consuetudine.

• **Ricerca del passato:** la persona potrebbe mettersi alla ricerca di una persona o di un oggetto che non sono più presenti in casa e ciò lo potrebbe portare a muoversi e, spesso, a uscire di casa.

• **Bisogno di fare movimento:** spesso la vita poco attiva fa emergere un bisogno di movimento, in maniera

simile il wandering può essere causato dalla noia, per questo è importante stabilire una routine quotidiana che tenga occupata la persona.

• **Stato confusionale:** a livello spaziale apportare modifiche alla posizione dei mobili, cambiare arredamento, potrebbe essere un'altra causa del wandering; a livello temporale nel cuore della notte potrebbe credere che sia mattina.

• **Irrequietezza:** questo stato d'animo provoca il bisogno di muovere le gambe e può invogliare le persone a camminare, anche quando si trovano a letto di notte.

• **Fame, sete, dolore fisico:** le persone con disturbi neurodegenerativi non sempre sono consapevoli delle proprie sensazioni e comunque difficilmente sono in grado di esprimerle, ciò che provoca agitazione che può mettere in atto il vagabondaggio.

• Un'altra causa che potrebbe scatenare il wandering è la troppa stimolazione ricevuta dall'ambiente (rumori di pentole in cucina, conversazioni nelle vicinanze).

Prevenire completamente il wandering è impossibile, ma si può prevenire agendo sulle cause sopra descritte che mettono in atto il wandering e creando un ambiente sicuro per la persona.

Dott.ssa Serena Proietti



CONSIGLI PER PREVENIRLO

Nonostante il wandering possa mettere la persona in situazioni pericolose, è necessario non privarla della propria indipendenza, ma crearle uno spazio sicuro che prevenga e limiti i rischi.

- Evitare atteggiamenti di sfida e i rimproveri, spostare l'attenzione su altro, creando un diversivo, proponendole un'attività da fare insieme.
- Creare un spazio libero da pericoli: rimuovere tappeti, fili elettrici e i vari ostacoli che possono portare a inciampi e cadute, e posizionare i mobili in modo da avere uno spazio più ampio. Per evitare che la persona esca usare pomelli a prova di bambino o catenacci posti in alto. A volte è sufficiente mettere un semplice segnale di stop sulla porta.
- Creare un ambiente sicuro in giardino o una stanza in casa. Se si ha un giardino è bene recitarlo in modo che la persona possa uscire e camminare in giardino senza pericolo allontani. Se non si ha uno spazio esterno si può creare in casa una stanza sicura, priva di oggetti pericolosi o che possano innervosirlo. Dato che spesso la causa del wandering è la noia o il bisogno di consumare energie, la soluzione migliore è portare il proprio caro a fare regolari passeggiate.
- Mantenere un ambiente stabile. I cambiamenti possono creare disorientamento, quindi è necessario evitare cambiamenti frequenti negli arredi della casa. Anche le persone sconosciute possono agitare le persone con disturbi neurodegenerativi. In questi casi rassicurare la persona, aiutandola ad ambientarsi alla nuova situazione.
- Chiedere aiuto, mettendo al corrente amici ed i vicini della situazione in modo che possano essere d'aiuto nel controllare la persona, avvisando i familiari in caso lo vedessero allontanarsi da casa. Fare in modo che abbia sempre con sé un documento di identificazione (anche una fotocopia) o il numero di telefono di un familiare nel caso dovesse perdersi. Se la persona dovesse allontanarsi e non dovesse essere ritrovata in breve tempo è necessario non farsi prendere dal panico e contattare tempestivamente le forze dell'ordine per denunciare la scomparsa.
- Utilizzo di dispositivi GPS che utilizzano il sistema globale di posizione o GPS per localizzare la posizione della persona in tutto il mondo, trasmettendo i dati ad un dispositivo e ad un interlocutore precedentemente definito

il 45 giri del 1971
contenente
il singolo di successo
"Tuca tuca"
e "Vi dirò la verità"



RAFFAELLA
CARRÀ

CARRÀ'

TUCA TUCA (1971)

Raffaella Carrà, pseudonimo di Raffaella

Maria Roberta Pelloni (Bologna, 18 giugno 1943 - Roma, 5 luglio 2021), è stata una soubrette, cantante, ballerina, attrice, conduttrice televisiva, radiofonica, attivista, showgirl e autrice televisiva italiana. Definita la regina della televisione italiana, è stata presente nei palinsesti televisivi dalla fine degli anni sessanta fino alla sua morte.

Durante la sua lunga carriera è diventata un'icona della musica e della televisione italiana, riscontrando grandi consensi anche all'estero, soprattutto in Spagna e

America Latina. Molte delle sue canzoni, come *Tanti auguri*, *Rumore*, *Pedro*, *Fiesta*, *Ballo ballo*, *Tuca tuca tuca*, sono diventate negli anni dei veri e propri tormentoni. Il suo più grande successo è stato però il singolo *Do it do it again*, versione inglese di *A far lamore comincia tu*, il primo brano di un'artista donna italiana a piazzarsi al secondo posto nella classifica dei singoli più venduti in Inghilterra, vendendo oltre 21 milioni di copie nel mondo.

Il testo di "Tuca tuca tuca"

*Mi piaci, ah-ah!,
Mi piaci, ah-ah-ah!,
Mi piaci, tanto, tanto, ah!,
Sembra incredibile ma sono cotta di te.*

*Mi piaci, ah-ah!,
Mi piaci, ah-ah-ah!,
Mi piace, tanto, tanto, ah!,
Questo stranissimo ballo che faccio con te.
Si chiama: Tuca Tuca, Tuca,
L'ho inventato io,
Per poterti dire:
"Mi piaci, mi piaci, mi piaci, mi piaci, mi pia!"*

*Ti voglio, ah-ah!,
Ti voglio, ah-ah-ah!,
È tanto bello star con te,
E quando ti guardo, lo sai cosa voglio da te.*

Tuca Tuca... Tuca Tuca... Tuca Tuca...

*Si chiama: Tuca Tuca, Tuca,
L'ho inventato io,
Per poterti dire:
"Mi piaci, mi piaci, mi piaci, mi piaci, mi pia!"*

*Mi piaci, ah-ah!,
Mi piaci, ah-ah-ah!,
Mi piace, tanto, tanto, ah!,
Questo stranissimo ballo che faccio con te.*

*Ti voglio, mh-ah!,
Ti voglio, ah-ah-ah!,
È tanto bello star con te,
E quando ti guardo, lo sai cosa voglio da te,
ah-ah!,
E quando ti guardo, lo sai cosa voglio da te,
ah-ah!,
E quando mi guardi, lo so cosa tu vuoi da me*

ORIENTA

BERTI

COME PORTI I CAPELLI BELLA BIONDA (1972)



Orietta Berti, pseudonimo di Orietta Galimberti, coniugata Paterlini (Cavriago, 1° giugno 1943), è una cantante, personaggio televisivo e attrice italiana.

Soprannominata da Silvio Gigli la *Capinera d'Emilia* (ma più conosciuta come *l'Usignolo di Cavriago*), nel corso della sua quasi sessantennale carriera ha venduto oltre sedici milioni di dischi, ottenendo di conseguenza cinque dischi d'oro, sette di platino e due d'argento. I suoi dischi sono stati pubblicati anche in diversi paesi del mondo, tra cui Austria, Spagna, Portogallo, Svizzera, Francia, Grecia, Turchia, Jugoslavia, Paesi Bassi, Regno Unito, Stati Uniti, Brasile, Argentina, Messico, Perù, Uruguay e Giappone. È stata una delle protagoniste della musica

italiana negli anni sessanta e settanta, assieme a Ornella Vanoni, Patty Pravo (la *Civetta di Venezia*), Mia Martini, Mina (la *Tigre di Cremona*), Iva Zanicchi (l'*Aquila di Ligonchio*) e Milva (la *Pantera di Goro*), ma negli anni duemila-venti è tornata al successo delle origini grazie alla collaborazione con Fedez e Achille Lauro.

Il testo di "Come porti i capelli bella bionda"

*Come porti i capelli, bella bionda
Tu li porti alla bella marinara
Tu li porti come l'onda
Come l'onda in mezzo al mar
Come porti i capelli, bella bionda
Tu li porti alla bella marinara
Tu li porti come l'onda
Come l'onda in mezzo al mar
In mezzo al mar ci sta i camin che fumano
In mezzo al mar ci sta i camin che fumano
In mezzo al mar ci sta i camin che fumano
Saranno le mie belle che si consumano
Come porti i capelli, bella bionda
Tu li porti alla bella marinara
Tu li porti come l'onda
Come l'onda in mezzo al mar
Come porti i capelli, bella bionda
Tu li porti alla bella marinara
Tu li porti come l'onda
Come l'onda in mezzo al mar
In mezzo al mar ci sta i camin che fumano
In mezzo al mar ci sta i camin che fumano
In mezzo al mar ci sta i camin che fumano
Saranno le mie belle che si consumano*

La copertina
del celebre 45
giri del 1972
"Come porti
i capelli bella
bionda"

Giugno... è tempo di organizzare le vacanze!

Organizzare le vacanze estive è una vera impresa, abbiamo parlato con i nostri signori del Centro Diurno delle loro vacanze estive.

Il primo dilemma è: hotel o affittare una



Carmela, molto entusiasta da questo argomento, racconta che tutti gli anni va in vacanza una settimana a Chianciano Terme per rigenerarsi.

A Chianciano Terme si può fare di tutto: le terme, i massaggi, la ginnastica, ecc... E la



casa? Il nostro gruppo di utenti si divide in due fazioni categoriche: chi preferisce "essere servito e riverito e non fare nulla, e solo riposarsi" come dice Carmen, o chi come Liliana preferisce una casa grande e riunirsi con tutti i figli e nipoti.



Una veduta di Chianciano Terme con sopra una pubblicità apparsa sui social. A sinistra, Montalto di Castro, Piazza Felice Guglielmi con il Castello medievale ed una cartolina d'epoca.

Inoltre, altro argomento importante, è decidere quando organizzare le ferie. C'è chi abitualmente organizzava in anticipo le vacanze e invece chi decideva di fare una settimana al mare all'ultimo.

La signora Pina ci fa una riflessione: le vacanze all'ultimo si possono organizzare se si viaggia in macchina ma se bisogna prenotare un aereo o una nave bisogna prenotare prima, "sennò costa caro".

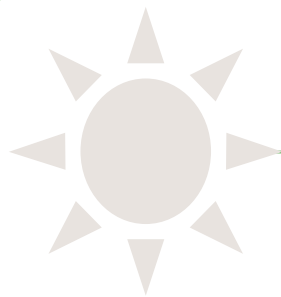
Pina inoltre ci dice che di solito lei trascorre le vacanze nella sua casa al mare a Montalto di Castro con i suoi figli.

Liliana, ascoltando Pina, racconta che avere una casa al mare è un vincolo perché alla fine tra le varie scelte si va in vacanza sempre allo stesso posto.

cosa bella è la sera, perché nell'hotel si balla e si canta con tutti i signori.

"A Chianciano terme si fa la scorta di energie per tutto l'anno sia a livello riabilitativo delle cure e sia a livello di umore. Cambiare posto, vedere persone nuove con cui ballare e fare una passeggiata la sera è bellissimo", Carmen ci invita tutti ad andare a Chianciano Terme dove tutto è organizzato bene dalla mattina alla sera, peccato che le sfugge il nome di questo bellissimo hotel.

Dott.ssa Maria Luigia Stronati



DALLA NOTTE VERSO LA LUCE

LA TUA DONAZIONE PUÒ CAMBIARE LORO LA VITA

L'associazione senza scopo di lucro "DALLA NOTTE VERSO LA LUCE" si occupa di **accogliere e supportare** persone svantaggiate e a **rischio esclusione sociale e lavorativa**, uomini e donne, nuclei familiari, anziani e disabili, in **percorsi di reinserimento**, rimuovendo le cause di isolamento ed emarginazione attraverso **servizi residenziali e semiresidenziali** ed **attività inclusive** in collaborazione con le realtà del territorio.

l'iban per le donazioni a sostegno delle attività della Onlus è:
IT43A0538703210000003161270
Codice Fiscale: **96439610583**

A cura della redazione
della GMA Group, da un'idea dei Dottori Giancarlo,
Alessandro e Maria Cristina Cantagallo,
con la consulenza delle Dottoresse
Serena Proietti e Marialuigia Stronati.
Progetto e realizzazione grafica di Sandro Ruiti.



Stampato su carta riciclata

L'altra nostra pubblicazione:
Il Giornalino delle Case Famiglia



Per riceverne copia (anche arretrati disponibili):
GMA Group • Via Nomentana 261, 00137 Roma • 06 818 5899

«Il mondo è molto più bello di quanto pensassi. Pensavo di vedere tutto in un'unica immagine, ma ora tu mi dici che c'è dell'altro che io non vedo... che può piacermi o meno, ma che è un arricchimento, una sfida... e così inizia un dialogo»».

Raimon Panikkar



L'obiettivo che la GMA Cooperativa si pone con questo giornalino mensile è quello di aprire una finestra sui centri diurni per persone con demenza. La finestra aperta intesa come concetto che permette di vedere fuori ma anche dentro, una dialettica del fuori e del dentro, l'incontro tra prospettive "diverse" che consentono di creare insieme un nuovo modo di comunicare e relazionarsi.

Foto di nextstage da Pixabay



HIGH QUALITY SERVICES

