



IL GIORNALINO DI GRAZIE ALLA VITA

Edizione n. 0 - Luglio 2019



EDITORIALE

Molti forse conoscono “Grazie alla Vita”, cooperativa sociale, che da più di quarant’anni a Mezzolombardo offre dei servizi a persone disabili, ma non tutti sanno quali sono le cose interessanti che facciamo assieme.

In particolare è nato il desiderio di raccontare attraverso un giornalino alcune delle tante attività che al centro diurno vengono svolte durante la giornata.

Olinda ha avuto l’idea, subito condivisa anche dagli altri educatori, di raccogliere e documentare le varie attività attraverso foto e racconti, coinvolgendo da protagonisti sia persone del Centro che del paese. Ci è sembrato un modo semplice e concreto di far vedere persone che stanno bene insieme condividendo del tempo in modo costruttivo, divertendosi e imparando.

Credo fondamentale ridirci l’importanza dell’esistenza di luoghi di incontro tra persone, che valgono, solo per il fatto che ci sono, e parlo di me, di te, non solo di chi è disabile, dove ognuno può esprimere sé per quello che è capace, sentendosi utile.

Per questo è nato questo numero zero del nostro giornalino che spero possa avere un seguito ed essere uno strumento che aumenta i rapporti significativi con la nostra realtà.

il Direttore
Cristina Fuoli



PROGETTO ORTO SOCIALE: L'ORTO DI TUTTE LE ETÀ

Nel mese di maggio siamo andati all'interno della casa di riposo di Mezzolombardo. Lì abbiamo chiesto il permesso di intervistare tre ospiti: Elvira, Enzo ed Elsa. Ognuno di noi aveva un ruolo preciso: Maurizia ha fatto le domande, Marianna ha registrato l'intervista e Karol ha fatto le foto. Con Monica, l'animatrice responsabile dell'attività, abbiamo pianificato gli impegni delle prossime settimane. C'era anche Giuseppe, l'operatore di animazione che coordina i lavori nell'orto insieme agli ospiti, che è stato con noi tutto il tempo. Anche loro hanno risposto ad alcune domande. È stata una bellissima esperienza.

Gli autori: Maurizia, Marianna e Karol

Elvira ed Enzo sono nati e cresciuti a Mezzolombardo, mentre Elsa è di Cavedago. Le signore hanno sempre avuto la passione per l'orto. Elsa aveva una casa con un giardino e un bell'orto, che curava lei, mentre Elvira aveva una campagna, che richiedeva ancora più impegno. Enzo, appassionato di elettronica e di meccanica, è alla sua prima esperienza con l'orto.

Ogni martedì, insieme ad Elvira, ha seminato, innaffiato e visto crescere giorno dopo giorno le piantine. Quest'anno, invece che trapiantare le piantine, gli ospiti, aiutati da Giuseppe, hanno voluto cambiare tecnica, partendo proprio dalla semina. Ciò **ha**

permesso loro di vedere tutto il ciclo di vita delle piante, dal seme fino al frutto. "Assistere a tutto il procedimento, dà molta più soddisfazione, gioia e orgoglio" e ci consigliano di fare lo stesso l'anno prossimo, offrendoci anche di aiutarci. "Ma quanto tempo dedicano a questa attività?", chiede Maurizia. "Quando l'orto chiama, bisogna rispondere", replica Elvira, che ci confessa di non aver mai visto una primavera così. **E di primavera ne ha viste tante, visto che ha quasi 99 anni.** "Se la natura va bene, viene su tutto", aggiunge, "il contadino, l'operaio, l'ortolano, lavorano con la testa ma è il tempo che fa tutto, che fa quello che deve fare".





Purtroppo, il tempo quest'anno non è stato dei migliori, e nonostante le piantine fossero molto belle, **una volta trapiantate, il freddo le ha fatte morire tutte.** Ci sono tanti coltivatori, anche esperti, che sono stati messi in ginocchio perché ci sono stati giorni molto caldi, che hanno permesso alle gemme di nascere, ma poi il freddo e la pioggia hanno fatto marcire tutto. Anche nell'orto di Giuseppe, zucchine e cetrioli hanno fatto una brutta fine. Certo **ci vuole anche passione e dedizione, ci vuole cura e i nostri amici ne hanno tanta per quello che fanno.** "Ma quando e perché è nato questo progetto?", li incalza Maurizia.

Monica ci racconta che il progetto è nato 4 anni fa e oltre alla cooperativa Grazie alla Vita e alla casa di riposo, coinvolge altre realtà associative. "Noi conosciamo le storie dei nostri ospiti, i loro hobby, e **questa esperienza può servire a richiamare sia persone che l'orto lo hanno sempre fatto sia coloro che non lo hanno mai fatto e provano a sperimentarsi in una nuova esperienza**". Gli obiettivi di questo progetto sono tanti, ci spiega, come quello di favorire la manualità ma anche stare in compagnia all'aria aperta e consentire la condivisione tra generazioni diverse. "Pensate a quante generazioni sono presenti adesso in questa stanza", ci fa notare Giuseppe. E mentre dibattiamo se siano 4 o 5, **la mente va dritta a ciò che abbiamo condiviso sotto il pergolato: alla cerimonia del the con la menta, alle discussioni sugli aromi e sui loro utilizzi in cucina e in medicina...** Ne approfittiamo allora per pensare alla prossima merenda da fare insieme nel nostro orto, tutti insieme, in attesa di poter raccogliere anche i suoi frutti.

A questo punto non ci manca che dargli un nome. Maurizia, Karol e Marianna sono d'accordo: **L'ORTO DI TUTTE LE ETÀ.**



**“L'ORTO OFFRE
LA POSSIBILITÀ
DI VEDERE NASCERE
E CRESCERE LA VITA.
PERMETTE
UN CONTATTO PERENNE
CON CIÒ CHE SIAMO STATI
E CIÒ CHE SIAMO.”**

**“CUCINARE AIUTA A MANTENERE VIVI I SENSI,
ACCRESCE LA FIDUCIA IN SE STESSI,
FAVORISCE LA COLLABORAZIONE
E LA CONDIVISIONE.”**

LABORATORIO DI CUCINA: OGGI PREPARIAMO LA MERENDA PER TUTTI

Le autrici: Marcella, Mary, Michela

Una merenda facile e gustosa!

La ricetta del mese: **Fiori di mela in salsa di fragole**

Ingredienti:

- 3 mele
- 2 rotoli di pasta sfoglia
- 1 kg di fragole
- cannella e zucchero a piacere

PER LA SALSA DI FRAGOLE:

1

Pulire e tagliare le fragole e metterle sul fuoco con lo zucchero



2

Quando sono completamente disfatte e l'acqua è evaporata, frullarle fino ad ottenere una crema



PER I FIORI:

3

Tagliare le mele in quattro parti e poi in fettine sottili. Metterle in una padella con lo zucchero e la cannella e farle ammorbidire (4/5 min)



4

Tagliare la pasta sfoglia in striscioline e disporre su le mele con la parte rotonda verso l'alto



5

Avvolgere le striscioline su se stesse fino a formare una rosellina



6

Infornare e cuocere a 200° per 25 minuti, finchè non sono belle dorate



7

La nostra merenda è pronta!





Autore: Michele Fregonese

Nel mese di aprile una quindicina di bambini (piccoli e medi) della Scuola Primaria di Mezzolombardo è venuta a visitare il nostro centro. La visita rientrava all'interno di un progetto predisposto dalle loro maestre, che prevedeva l'incontro dei bimbi con alcune realtà associative importanti del paese. Fra i bimbi ospitati erano presenti anche i figli di due educatori del centro. Per l'occasione le maestre avevano preparato insieme ai piccoli una lista di domande a cui ha risposto la nostra direttrice Cristina Fuoli, che ha anche presentato il centro. Ecco la rielaborazione che hanno fatto i bambini, insieme alle maestre, di questo piacevole incontro.

Perché si chiama Grazie alla Vita?

Il centro è nato tanti anni fa e il nome proviene dalla canzone di Violeta Parra: "Gracias a la vida", perché la vita è davvero un dono."

Quante persone ospitate?

Il centro diurno apre dalle 9.00 fino alle 17.00. Ci sono anche educatori che si occupano di assistenza scolastica per gli studenti che sono 55.

Le persone qui da voi lavorano?

Tutti gli ospiti sono educati al lavoro. I più precisi dipingono le sfere per i parchi giochi. Abbiamo laboratori della carta, con la quale si realizzano bigliettini da cerimonia (battesimi, comunioni, matrimoni, ecc.) e borse. Il laboratorio si occupa anche di bulloni per gli ingranaggi e altri piccoli congegni. Gli ospiti collaborano poi a seconda delle loro capacità, nei lavori di vario genere: orto, immondizia, pulizia, spesa.

Hanno delle amicizie?

Siamo come una grande famiglia, a giorni si va più d'accordo, a giorni meno, come noi hanno delle amicizie con chi considerano più simpatico.

Come passano qui le giornate?

Gli educatori favoriscono esperienze positive accompagnandoli nella quotidianità, con attività diversificate a seconda dei bisogni di ciascuno. Abbiamo anche la palestra, andiamo in piscina, a cavallo, a fare passeggiate. Gli ospiti tutti gli anni possono anche fare le vacanze in montagna e al mare.

C'è anche la sala da pranzo come alla scuola materna?

Abbiamo la sala da pranzo dove mangiamo tutti assieme.

Stanno bene qui le persone?

Sì. Noi stiamo bene qui e noi operatori facciamo di tutto perché ogni ospite abbia una vita più piena e realizzata.

Ci sono delle persone che vengono a trovarle?

Ci sono molte persone che vengono a trovarci: parenti, volontari, dipendenti che hanno lavorato qui.



RUBRICA MUSICALE: VI CONSIGLIO QUESTA CANZONE, PER- CHÈ...

A cura di Michele Caset, appassionato di musica ma anche di atletica leggera, ciclismo, Formula 1, sci di fondo e tennis.

“Lo sviluppo e il potenziamento di un rapporto consapevole e sereno con la musica, delle proprie capacità di ascolto e musicali, di gusto e di scelta, diviene un canale di comunicazione di stati d'animo e di messaggi alternativo o integrativo all'espressione verbale. Favorisce inoltre l'instaurarsi di un sano rapporto tra mondo interno e mondo esterno della persona, migliorando le capacità di espressione di emozioni, sensazioni, idee ed opinioni.”

“E DIRSI CIAO” DEI MATIA BAZAR (1978)

La consiglio... perché è il tipico sound della fine degli anni Settanta. Mi ricorda l'inizio della mia adolescenza e mi fa sentire contento. Le canzoni dei Matia Bazar sono molto suggestive.

“1950” DI AMEDEO MINGHI (1983)

La consiglio... perché racconta il periodo del secondo dopoguerra. È una bella interpretazione di Minghi e mi fa stare bene!

“SOLO NOI” DI TOTO CUTUGNO (1980)

La consiglio... perché è una grande interpretazione tipica sanremese.

“UOMINI SOLI” DEI POOH (1990)

La consiglio perché... descrive il pianeta maschile, l'incomprensione di un povero uomo solo e messo al muro dalla vita, in una città moderna e frenetica.

“STORIE DI TUTTI I GIORNI” DI RICCARDO FOGLI (1982)

La consiglio perché... è una canzone spensierata, che parla delle difficoltà quotidiane che affronta la gente comune.

“AMARE” DI MINO VERGNAGHI (1979)

La consiglio perché è una canzone orecchiabile, mi piaceva molto già quando ero giovane, soprattutto per la voce del cantante che mi ricorda Drupi, solista degli anni '70/'80.

“UN'EMOZIONE DA POCO” DI ANNA OXA (1978)

La consiglio... perché suscita emozioni positive. Mi ricorda un periodo bello della mia vita. Ho ancora in mente il look punk con cui arrivò a Sanremo.

“SOUVENIR” DEI MATIA BAZAR (1985)

La consiglio... perché l'arrangiamento era all'avanguardia per il periodo ed è ancora moderna.

“PERCHÉ LO FAI” DI MARCO MASINI (1991)

La consiglio perché... parla di una ragazza che ha una dipendenza, che soffre come un angelo che dorme, di una giovane vita spezzata dalla droga.

“LA TERRA DEI CACHI” DI ELIO E LE STORIE TESE (1996)

La consiglio... perché è una canzone molto divertente, che prende in giro i difetti e le malefatte degli italiani.



Cooperativa Sociale Grazie alla Vita
Via dei Morei, 41
38017 Mezzolombardo (TN)
Tel. +39 0461 601057