

IL GIORNALINO DI GRAZIE ALLA VITA

EDIZIONE N 14 - GENNAIO 2024



EDITORIALE

CARISSIMI OSPITI, FAMILIARI E AMICI DI GRAZIE ALLA VITA BENTROVATI E BUON NUOVO ANNO A TUTTI!

Per la prima volta ho il piacere di poter introdurre questo giornalino ed è desiderio presentarmi a chi non ho ancora avuto fortuna di incontrare. Sono Massimo Sebastiani e da inizio 2023 sono entrato nella realtà di Grazie alla Vita affiancando Maria Cristina, ora in pensione seppur ancora presenza attiva. Gradualmente sono entrato nei vari aspetti che caratterizzano la Cooperativa ed ho avuto la fortuna di sperimentarmi con le persone che caratterizzano questa splendida realtà. Grazie alla Vita, infatti, è uno straordinario luogo di incontri. Le relazioni sono l'espressione di un comune desiderio di mettersi in gioco e l'attenzione verso l'altro è una volontà comune. Questo genera un'atmosfera che accresce il benessere di tutti coloro che la vivono ed io ne ho potuto assaporare fin da subito la bellezza. Introducendo il giornalino, vi racconto che quest'ultimo periodo ci ha regalato tante belle soddisfazioni.

È ripartita con grande entusiasmo l'attività teatrale che mancava da prima della pandemia. Siamo partiti con grande entusiasmo e tanta voglia di riassaporare le emozioni che solo il Teatro può dare! Tanta gioia ed anche un po' di nostalgia ricordando i compagni ed amici che ora non possono più parteciparvi per salute o perché ci hanno lasciati come la nostra cara Monia che noi tutti abbiamo ancora nel cuore.

I ragazzi si sono divertiti in molte occasioni, chi cimentandosi nella "corrida", chi nelle gare di nuoto nel trofeo "gli squali", chi nelle attività di tirocinio e chi in molto altro!

L'occasione più bella di tutte è stata però il poter rivivere tutti assieme il Natale. Aprire finalmente le porte di Grazie alla Vita per stare assieme in un momento di festa e condividere la bellezza che in questo luogo si respira.

Infine, non si può che riportare l'emozione provata durante il festeggiamento per il pensionamento di Maria Cristina in cui famiglie, dipendenti ed amici hanno manifestato il loro senso di gratitudine, di stima ed affetto.

Il Direttore

Massimo Sebastiani

MONIA UNA NOSTRA CARA AMICA

Da sempre instancabile, esuberante, grande amante della musica e della sua squadra del cuore, è con le parole della sua educatrice Sara e della nostra amica Daniela che vogliamo salutare una cara amica e compagna di vita, Monia.

“Monietta bella,

solo poche parole perché mi conosci e lo sai quanto io sia emotiva e quanto mi risulti difficile ora esprimere ciò che sento.

Non starò qua ad elencare tutte le tue qualità o a dire quanto sei speciale perché questo lo sanno già tutte le persone che hanno avuto modo di incontrarti nella loro vita .

Ti ho conosciuta esattamente venti anni fa: tu sei entrata nella mia vita, io nella tua e da allora non ci siamo mai lasciate.

Ti hanno affidata a me in quanto tua educatrice di riferimento ma io ho capito fin da subito che saresti stata tu a insegnare molte più cose a me di quanto avrei fatto io con te.

Siamo praticamente cresciute insieme.

Ci siamo fatte compagnia per un bel pezzo di vita, condividendo momenti belli e meno belli, tante risate ma anche qualche bel piantino...

Non riuscirei mai a racchiudere in queste poche righe i ricordi che ci legano e le esperienze fatte insieme...

Quello che in me rimarrà di te lo conosco solamente io e permettimi di conservarlo, forse un po' egoisticamente, solo per me.

Un'ultima cosa però voglio dirtela: GRAZIE.

Grazie per esserci stata, grazie perché senza di te non sarei



l'educatrice ma soprattutto la persona che sono oggi.

Grazie perché rimarrai sempre nel mio cuore e questo è una delle poche certezze che ho ora nella mia vita.

Ciao Monietta”

Sara

UN'AMICA E' ANDATA IN PARADISO

Una nostra amica Monia è in cielo

Io la conoscevo da piccola andavo da logopedista

Bianca Filosi, veniva anche lei.

La vedevo a S. Messa parrocchia alle 10.00

con nonna o con la mamma Franca.

Era una bambina e ragazza dolce.

Gli ultimi anni andavo a Messa dai Frati 08.30 vedevo

mamma Franca, mi diceva:

“che era a dormire sotto al piumino”

un'altra cosa le aveva preso la tazza della “JUVE”

era innamorata di questa squadra.

Io nel mese di marzo 2023 ero sul pulmino passata

a GRAZIE ALLA VITA ho visto Monia che era cambiata,

non l'ho vista bene, questa situazione era veramente triste non pensavo che

Alzheimer potesse andare così veloce!!!!!!!!!!!!!!

Un bel giorno ho chiesto a Enea se poteva chiedere a GRAZIE ALLA VITA

il numero della mamma Franca e l'ho chiamata e mi fa che ha “ALZHEIMER”.

La chiamavo ogni tanto per sentire come andava,

la conosco bene, malattia come la mia dolce mamma.

Monia è andata in cielo il 29/09/2023 “mi ha detto che è un angelo”.

Ho fatto biglietto di condoglianze ci siamo recati da lei la sua mamma

Franca mi ha abbracciata baciata teneva il mio biglietto forte.

Il tempo vola via veloce!!!!!!

Monia è già quattro mesi che manca alla Sua cara mamma Franca.



NELLA COMUNITÀ: LA SPESA SOCIALE E SOLIDALE

Da circa un anno abbiamo intrapreso una nuova attività, che abbiamo chiamato “La spesa solidale”. A turno, alcuni dei nostri ospiti accompagnati dall’educatore, si recano al supermercato dove fanno la spesa, che poi consegnano ai volontari del Tavolo Solidale di Mezzolombardo. Da molto tempo infatti il Tavolo Solidale si occupa di raccogliere beni e provviste che poi distribuisce alle famiglie segnalate dai Servizi Sociali, consegnando loro periodicamente un pacco viveri. Ed è proprio tramite il Tavolo Solidale che noi operiamo: i volontari, in particolare la signora Maria ed il signor Vittorio, ci affidano una lista di prodotti di prima necessità, noi provvediamo ad acquistarli e smistarli nel magazzino, poi loro si occuperanno della distribuzione.

Un progetto al quale abbiamo aderito molto volentieri, perché ci permette di operare nella comunità e renderci noi stessi volontari, quando molto spesso invece i volontari ci donano il loro tempo qui al Centro.

L’opportunità, oltre ad essere un supporto per il Tavolo, permette di mettere in relazione due enti no-profit, valorizza le potenzialità individuali, le autonomie e la qualità relazionale dei nostri ospiti.

“Si va al supermercato e ciascuno in autonomia si muove per cercare i prodotti e caricarli nel carrello. Si va alla cassa a fare il totale.

Si ritira la fattura e si va alla macchina a caricare la spesa. Quindi la portiamo alla sede del Tavolo dove con la supervisione della signora Maria viene sistemata sugli scaffali.” Fabiano

Il Tavolo Solidale poi, ogni anno organizza un evento particolare, al quale quest’anno abbiamo partecipato anche noi:

LA GIORNATA DELLA SOLIDARIETÀ

Quest’anno svoltasi sabato 7 ottobre, presso alcuni dei supermercati della piana rotaliana. Con lo scopo di raccogliere alimenti e altri



beni di prima necessità donati dai clienti, per poi distribuirli alle famiglie bisognose del territorio, quest'occasione si è rivelata un bel momento di solidarietà. Anche noi di Grazie alla Vita ci siamo resi disponibili per questa giornata particolare, mettendoci a disposizione in un punto vendita di Mezzolombardo per raccogliere le donazioni della comunità a favore del Tavolo.

Ecco la testimonianza di Dylan: “Sabato l'appuntamento era al supermercato Amort, con me c'erano Dori, Maria (due volontarie del tavolo della solidarietà di Mezzolombardo) con Paolo, Antonella e Fabiano, i miei amici di Grazie alla Vita. Ognuno di noi aveva il suo compito. Io avevo quello di mettere i prodotti regalati dai clienti nella scatola. Tanti clienti del supermercato ci hanno donato numerosi prodotti. La raccolta in generale è andata molto bene. Io sono stato contento di avere partecipato. Voglio fare questa iniziativa anche il prossimo anno.”

Il nostro contributo ci ha permesso di far conoscere la realtà al territorio e di farci conoscere attraverso l'iniziativa. Era la prima volta che partecipavamo a questa proposta, e tutti siamo stati entusiasti di esserci stati.

Anche Antonella, che per una mattinata si è resa volontaria, ci descrive la sua esperienza:

“Sono andata al supermercato Amort. Il mio compito ero quello di mettere vari prodotti alimentari che erano nei sacchetti, sul tavolo di appoggio e poi c'era Dylan che li metteva nelle scatole vuote. Con me c'era Dylan, Fabiano e Paolo. E due sorelle, volontarie come noi: Maria e Dori. È stata una bella mattinata. Alla fine del lavoro siamo andati a pranzo alla pizzeria Duomo.”

Proseguiamo tutt'ora nella nostra collaborazione con il Tavolo della Solidarietà, perché crediamo che spendere del tempo per dedicarlo agli altri ci arricchisce e ci rende parte attiva e partecipe all'interno della comunità.



TROFEO SQUALI

Giunto alla sesta edizione, il Trofeo Squali organizzato dalla Buonconsiglio Nuoto in collaborazione con FISDIR (Federazione Italiana Sport paralimpici Degli Intellettivo Relazionali) e FINP (Federazione Nuoto Paralimpico) si è svolto domenica 3 dicembre. Proprio nella giornata Internazionale dei Diritti delle Persone con Disabilità, presso la piscina di Gardolo la manifestazione sportiva ha visto la partecipazione di 100 atleti, di cui 30 agonisti e quasi 70 promozionali, appartenenti a nove società, tra associazioni e cooperative sociali, provenienti dal Trentino Alto Adige, a cui si è aggiunta una società veneta.

Presenti come di consuetudine anche noi di Grazie alla Vita, quest'anno qualche assente purtroppo per malattia, ma una new entry, il nostro Andrea, agli esordi con le gare, ma ben abituato a "far vasche". Tre atleti quindi: Phuc, Luca e Andrea. E al loro fianco molti sostenitori, educatori e volontari, ed anche tutti i familiari. Molto buone le prestazioni degli atleti e, bisogna riconoscerlo, sempre altissimo l'entusiasmo con cui i ragazzi affrontano questi momenti. Per nulla intimoriti dagli avversari, ciascuno si è impegnato fortemente, dimostrando oltre che buonissime capacità fisiche ed atletiche, anche una elevata capacità





di gestione dell'ansia e delle emozioni. Sono occasioni di incontro, di condivisione, di svago e di divertimento per tutti, dai bambini ai più adulti. Ci racconta la mattinata Luca, ormai con diverse esperienze di gare alle spalle:

“Ho fatto i venticinque metri rana e poi cinquanta rana.

Ero nella piscina di Gardolo, con Bruno, Michele, Massimo con le figlie, Francesca, Phuc e Andrea. Mi hanno dato una medaglia. Dopo siamo andati a mangiare la pizza e sono venuti anche i miei genitori. A fare la gara ero molto emozionato.”



LA CORRIDA

Altro evento a Grazie alla Vita! Già, perché l'entusiasmo non finisce! Nel mese di novembre nuovo momento di festa insieme, organizzato dagli educatori di Grazie alla Vita, nella nostra spaziosa palestra. Tutti gli ospiti hanno partecipato, esibendosi in strampalati spettacoli affiancati dagli educatori. Gran divertimento per tutta la giornata, molti gli applausi e le "strombazzate", grandi risate e super partecipazione!



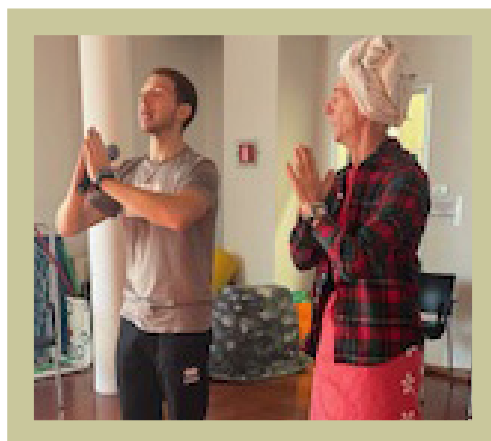
Qui alcune foto, ecco a voi alcune immagini dei nostri eventi

“Ho fatto uno spettacolo di arti marziali con Luca e il nostro amico Bruno. Io avevo la spada di legno e dovevo colpire i finti legnetti che teneva Luca. Poi ho rotto con la mano con un gesto di karate dei pezzi di polistirolo! Avevamo una

maglietta bianca, una fascetta nera in fronte e ci chiamavano i maestri Ninja. Urlavamo quando facevamo le mosse di karate! Il nostro amico Bruno insegna Karate quindi ci aveva spiegato cosa dovevamo fare!” Dylan

“Io invece mi sono esibito in Frozen con Romina, Marianna, Sara P. e Stefania. Mi sono vestito da principessa delle nevi, con i capelli finti e un vestito azzurro lungo, mentre Marianna era Olaf, il pupazzo di neve! che risate e che imbarazzo! Ho ballato e cantato, è stato bello!” Karol

Vincitori della prima edizione della corrida il gruppo con Francesca, Sara, Stefano, Alice, Bruna e Giuliano che hanno fatto una scenetta dal titolo “Le avventure di Brunacchia e il mago Camillo, primo episodio” molto divertente, complimenti!



LE FESTIVITÀ

Dicembre è sempre stato per noi un mese impegnativo. Ci teniamo a festeggiare la Natività in compagnia, con i nostri cari, con i volontari e le famiglie dei nostri ospiti. Quest'anno abbiamo ripreso la tradizione natalizia allargata, quindi invitando come pre-covid tutti i famigliari a festeggiare al centro.

Dopo la S. messa, qualche canto insieme, i saluti e una merenda in compagnia. L'occasione è stata anche un bellissimo momento per festeggiare, ringraziare e esprimere il nostro affetto alla nostra direttrice Cristina Fuoli, che presto ci saluterà per il pensionamento.



“Dopo quattro anni abbiamo potuto festeggiare il Natale con le nostre famiglie. Abbiamo partecipato alla Messa, in cui abbiamo cantato due canti natalizi. Abbiamo fatto festa per Cristina la nostra direttrice che il nuovo anno andrà in pensione. Per finire un gran buffet di panini e tartine e per concludere una grande torta alla frutta e alla crema. All'interno della sala comune è stato allestito il nostro mercatino con i lavori fatti a mano durante l'anno.” Luca

Sempre in tema di festeggiamenti, consueta tradizione è anche la tombolata di fine anno, in cui quest'anno vincitore del cesto Andrea, e l'arrivo della Befana che tutte le feste porta via (lasciando a noi dei bei sacchetti pieni di dolcezze!)



TIROCINI D'INCLUSIONE

Nei progetti educativi individuali, in funzione delle competenze e delle capacità di ogni ospite, vengono elaborate proposte di tirocini d'inclusione in aziende, imprese o altre realtà del territorio. I tirocini d'inclusione vengono proposti a ospiti che hanno buone competenze nei laboratori e nelle altre attività proposte al centro. Per loro un'esperienza in un contesto esterno, meno protetto rispetto alla nostra realtà ma comunque seguiti da uno dei nostri educatori, può essere un banco di prova in cui la persona può sviluppare ed accrescere ulteriormente capacità utili all'autonomia.

Marianna ha iniziato la sua esperienza di tirocinio nell'estate del 2022 presso un albergo in zona turistica, dove si occupava della preparazione della sala da pranzo. Essendo stata valutata molto positivamente, ha proseguito svolgendo altri due tirocini sempre presso la stessa azienda privata, il tutto sempre accompagnata da un educatore del Centro. Lei stessa ha raccontato la sua esperienza in un'occasione davanti a molti ospiti intervenuti per un festeggiamento, dimostrandosi molto orgogliosa e soddisfatta di ciò che aveva svolto in queste settimane di stage.

“L'estate scorsa nei mesi di luglio e agosto al mercoledì mattina sono andata a fare un tirocinio ad Andalo all'albergo Park Hotel.

Sono stata accompagnata da un'educatrice di Grazie alla Vita.

All'inizio ero molto agitata perché era una cosa nuova e l'albergo era pieno di gente che non conoscevo. Il posto lo conoscevo già perché si trova nel mio paese.

Ad aspettarmi c'era una cameriera di nome Alina che mi ha spiegato quello che dovevo fare. Dovevo togliere le tovaglie della colazione, mettere la tovaglia per la cena tipica, le posate e i bicchieri secondo delle precise regole.

A volte ho fatto qualche piccolo errore ma ho subito rimediato.

Le cameriere ed il personale sono sempre stati gentili e disponibili. Durante la stagione invernale sono andata ancora in albergo per un altro tirocinio, non dovevo però apparecchiare la tavola per la cena tipica perché stavolta andavo di giovedì.

Ad inizio luglio di quest'anno ho ricominciato ancora ad andare. Mi piace molto perché mi trovo bene e le cameriere scherzano con me.”
Marianna

Un altro ospite, Mehdi, ha svolto la scorsa estate un tirocinio in ambito ecologico, con un'azienda del territorio. Sempre seguito da un educatore del centro socio educativo, due volte a settimana si recava presso il luogo di lavoro e svolgeva le mansioni che gli venivano affidate.

“Andavamo in macchina ad Andalo, Cavedago o Fai, in base alle esigenze, e svolgevo i miei lavori. Annaffiavo i fiori e le aiuole, sistemavamo i fiori: quelli morti li tagliavamo e così si lasciava spazio per farli ricrescere, raccoglievamo le immondizie da terra e le buttavamo, andavo con un educatore del centro, poi una volta arrivati c'erano altri ragazzi e operatori che lavoravano con noi. Quando eravamo in pausa bevevamo qualcosa alla macchinetta del caffè, chiaccherando. Erano tutti molto bravi e molto simpatici. Alla fine del tirocinio ho preparato un biglietto per ringraziarli e salutarli. È stata una bella esperienza che mi piacerebbe rifare!”



UNA GIORNATA BELLISSIMA A GRAZIE ALLA VITA

RACCONTO DI UNA VISITA PARTICOLARE

Con il ritorno alla normalità post-covid molte cose sono ritornate come un tempo, tra queste sono ripartite le visite al centro da persone esterne. Noi operatori e ospiti apprezziamo molto le visite, gli incontri e le nuove conoscenze perché ci permettono di sentirci parte di una comunità, di crescere i nostri legami e favorire le amicizie. Qualche mese fa abbiamo avuto una visita speciale: infatti due bambini, figli di un'educatrice del centro, sono venuti a trovarci, ed hanno trascorso con noi l'intera giornata. Una ventata di aria fresca che ci ha portato tanti sorrisi!

Un'esperienza raccontata dai diretti interessati...

Un giorno siamo venuti a Grazie alla Vita, il posto dove lavora la nostra mamma Romina.

Siamo arrivati e al mattino abbiamo aspettato i ragazzi in una stanza dove ci sono tanti divani. Ci siamo divisi in gruppetti.

Amelia: "Io sono stata con Samantha, Graziano, e Mary ed abbiamo apparecchiato le tavole per il pranzo, preparato le insalate e poi abbiamo steso i panni.

Tommaso: "Io ho fatto colazione con Francesco e poi siamo andati in palestra con Sara, Carla, Michela, Maurizia e assieme abbiamo fatto ginnastica con i cerchi, i birilli e il bastone".

A pranzo abbiamo mangiato insalata con pomodori, hamburger purè e spinaci. Dopo mangiato abbiamo ballato con Ivan e poi giocato a calcetto con Mehdi e Ivan. Alle due siamo andati a casa.

È stata un'esperienza unica, vorrei tanto rifarla, ho conosciuto degli amici della mamma e mi sono divertita.

Tommaso e Amelia



RUBRICA: IN CUCINA

TIRAMISU SENZA UOVA

Per questa edizione proponiamo una ricetta realizzata da un gruppo speciale, che in questa specifica occasione ha stravolto completamente le sue abitudini dedicandosi per una mattina nella preparazione della merenda per tutti. Franco, Stefano e Luca sono orgogliosi di presentarvi ciò che hanno realizzato

INGREDIENTI

300 g di savoiardi
150 g di mascarpone
300 ml di panna fresca
120 g di zucchero a velo
Cacao amaro in polvere
Caffè espresso freddo

PROCEDIMENTO

Come prima cosa per preparare il tiramisù senza uova occupatevi della crema: montate la panna insieme a metà dello zucchero in una ciotola e ponetela in frigorifero.

In un secondo contenitore lavorate a crema il mascarpone con lo zucchero a velo restante.

Incorporate con una spatola la panna montata alla crema di mascarpone in più riprese e

con movimento dal basso verso l'alto per non smontare.





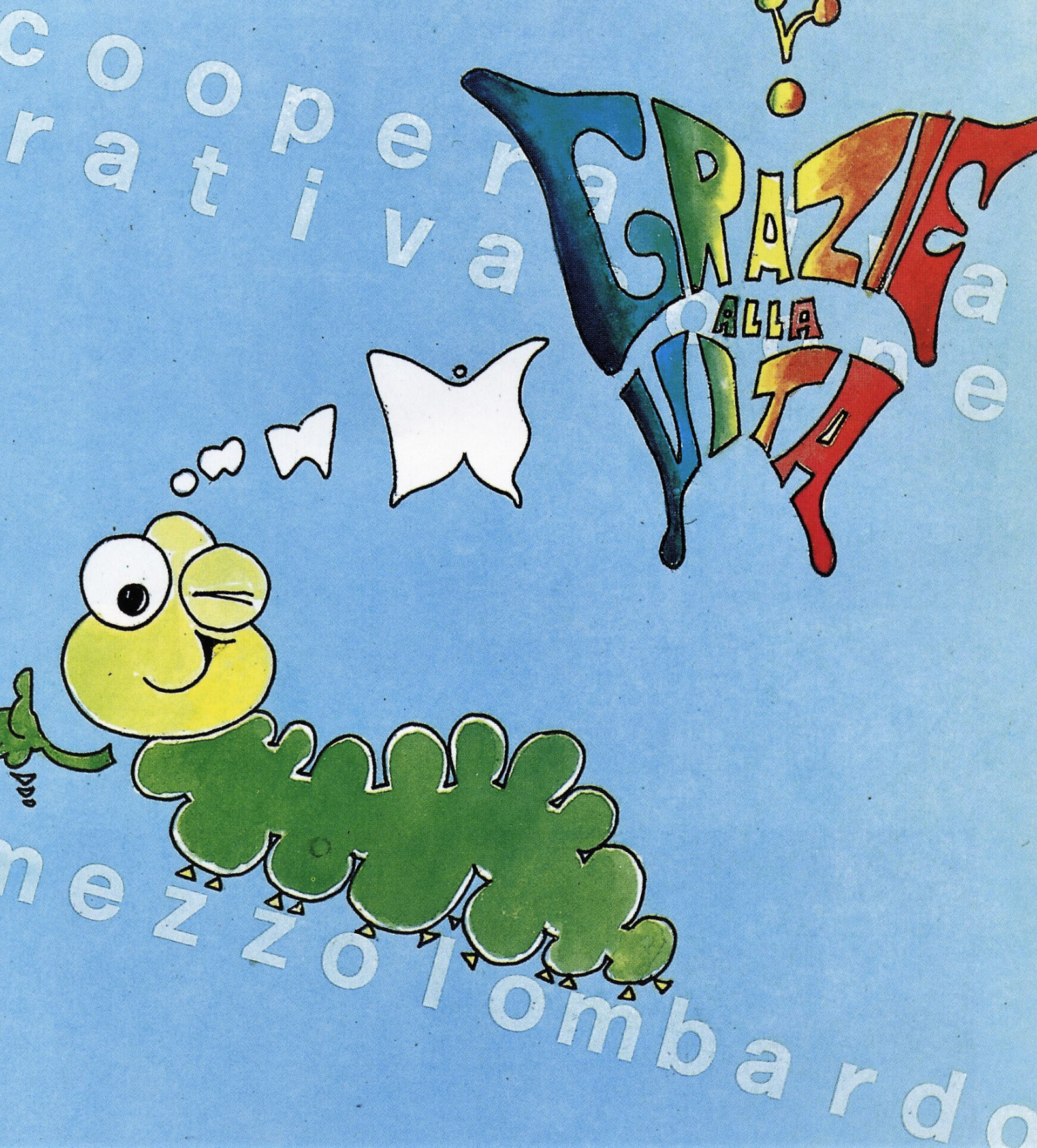
Inumidite i savoiardi, uno alla volta, nel caffè espresso che avrete versato in un piatto fondo.

Disponeteli all'interno di una teglia rettangolare, ricoprendo l'intera base. Spalmate la crema di mascarpone e panna sopra i savoiardi. Ripetete l'operazione fino al termine degli ingredienti, e se desiderate potete cospargere con il cacao.



I CONSIGLI DI ROSA LA CUOCA:

Se avete ospiti potete disporlo nei bicchieri monoporzione, sarà molto più elegante servirlo al tavolo!



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