

La casa dentro

AZIENDA PUBBLICA
DI SERVIZI ALLA PERSONA
ANAUNIA



Mentre l'inverno con la neve si veste
Ecco che piano arrivano le feste
E questo periodo a cosa lo associ?
Alla nuova uscita de
"Le nostre voci"!



"Le nostre voci"

INDICE

♥ Il saluti del presidente	pag.	3
♥ Dalla coordinatrice dei servizi	pag.	4
♥ Dall'ufficio dell'economista	pag.	6
♥ Dal servizio infermieristico e assistenziale	pag.	8
♥ Dal nostro cappellano	pag.	9
♥ Dal servizio sociale e di animazione	pag.	10
♥ Dalla fisioterapia	pag.	14
♥ Dai nostri ospiti	pag.	15
♥ Dai nostri volontari	pag.	26
♥ L'angolo della solidarietà	pag.	28
♥ W l'allegria	pag.	29
♥ Poesie e preghiere	pag.	30
♥ Momenti nostri	pag.	31



IL SALUTO DEL PRESIDENTE

Le feste natalizie e quelle di fine d'anno sono anche un'occasione per fare un bilancio dell'annata trascorsa con l'ormai tradizionale pubblicazione de "Le nostre voci".

Il giornalino che pubblichiamo vuole essere una testimonianza della vita e delle attività che si sono svolte nella nostra Casa di Riposo.

Il 2013 è stato un anno che ha dovuto fare i conti con una contingenza economica difficile ben lontana dal suo superamento; siamo convinti però che le maggiori ristrettezze economiche non abbiano inciso per nulla sulla qualità dei servizi erogati e quindi sul benessere complessivo dei nostri ospiti: questo grazie al grande impegno e alla professionalità di tutto il nostro personale che è riuscito a dare sempre il meglio di sé e grazie anche alla generosità dei volontari che quotidianamente offrono aiuto e amicizia.

Il 2014 dovrà vederci impegnati a rafforzare il sistema di rete con le altre case di riposo a noi più vicine e con gli Enti deputati a gestire il sistema socio-sanitario. Questa collaborazione è una naturale evoluzione che potrà permetterci di mantenere qualità e numero dei servizi.

L'anno che sta per concludersi è stato l'anno del rinnovo del Consiglio di Amministrazione che durerà in carica per il prossimo quinquennio. E' un Consiglio rappresentativo di una parte importante della nostra valle che comprende tutti i Comuni della Predaia con Sanzeno e Ton. E' un Consiglio pronto ad ascoltare e a sollecitare osservazioni, anche critiche, e proposte innovative al fine di crescere insieme.

A conclusione di questa mia breve presentazione non posso non ringraziare il Consiglio di Amministrazione uscente e la Presidente Daria Demagri i quali, con competenza ed impegno, hanno saputo portare la nostra Casa di Riposo a livelli di eccellenza.

Un doveroso ricordo anche per Cesare Covi, il primo Presidente, che all'inizio dell'autunno ci ha improvvisamente lasciati: sincere condoglianze ai famigliari.

A nome del nuovo Consiglio auguro a tutti i nostri ospiti, alle loro famiglie e ai nostri lettori un buon Natale e un sereno 2014.



DALLA COORDINATRICE DEI SERVIZI

STIAMO INVECCHIANDO.....

Quando pensiamo al periodo della terza età facciamo coincidere l'idea che la persona abbia finalmente la possibilità di recuperare degli spazi e tempi per dedicarsi ad interessi personali, culturali o ricreativi, magari quelli trascurati nel periodo di maggiore impegno lavorativo o familiare. Come nel resto d'Europa, anche in Italia ormai da qualche decennio, emerge una radicale trasformazione della struttura demografica della popolazione. Gli

over 65 sono in Italia il 21% della popolazione e fra 20 anni arriveranno a più del 30%. Quindi analizzando questi dati si può evidenziare una situazione di gravità non indifferente: la popolazione invecchia ma ancor più questa situazione non ha avuto una adeguata attenzione di carattere politico e culturale.

Secondo i dati ISTAT nel 2020 in Italia gli ultra settantenni saranno più di 14 milioni di cui 4 milioni ultraottantenni (fascia di popolazione con maggiore bisogno assistenziale), a questi dati ne va affiancato un altro abbastanza preoccupante: il 52% della popolazione anziana vive solo/a. Inoltre l'aumento delle famiglie monoparentali rappresenta un'inevitabile minor capacità di fornire aiuto all'anziano debole; pazienti e famigliari si trovano a dover affrontare la riduzione della durata delle degenze ospedaliere con dimissioni veloci che richiedono piani di assistenza individualizzati.

Per convenzione nella nostra società si è stabilito che la soglia dei sessantacinque anni coincida con l'ingresso nello status di "anziano", ma alla luce del rapido cambiamento della nostra società questo limite non è più accettabile, in quanto non sempre corrispondono altri fattori come l'efficienza fisica e mentale, l'autosufficienza e non per ultimo la qualità della vita. Quest'ultima sappiamo passa sicuramente attraverso il grado di partecipazione alla vita attiva ed alla socializzazione, e sono fattori che concorrono all'oggettivo miglioramento del benessere generale.

L'invecchiamento progressivo della popolazione rappresenta un aspetto molto importante che richiede l'assunzione di responsabilità nei programmi ed interventi di politiche socio-assistenziali e socio-sanitarie, nell'offerta dei servizi da parte delle istituzioni che rispondano ai complessi bisogni di assistenza e sociali.

In questo contesto va trovato un equilibrio che sappia coniugare popolazione anziana in crescita, aumento dei bisogni e adeguato stanziamento delle risorse finanziarie.



La tipologia degli ospiti delle APSP sta evolvendo: possiamo trovare sempre più persone anziane, e sempre più sole; con compromissioni sanitarie e di autosufficienza severe; frequenti sono i problemi nutrizionali e della deglutizione; rischi di caduta connessi alla deambulazione assistita, pluripatologie, malattie degenerative e neurodegenerative progressive tanto per fare degli esempi.

La domanda di accesso del non autosufficiente presso le APSP viene considerata necessaria quando i profili di gravità aumentano, quando il care-giver deve affrontare l'intensità e la complessità delle prestazioni, quando la gestibilità dell'anziano a domicilio diventa estremamente difficile.

Le modalità di accesso alle RSA sono gestite dall'UVM, (Unità Valutativa Multidisciplinare) distrettuale tramite domanda fatta dal Medico di Base che segue la persona anziana, su richiesta dei familiari o dell'utente stesso. Nel gruppo UVM, oltre al medico responsabile e la capo sala Infermieristica del distretto, fanno parte l'assistente sociale e il medico di base. Possono essere presenti anche altre figure (es medico e/o infermiere del CSM) in base alle problematiche dell'utente. Quest'ultimo viene valutato attraverso delle scale sociali e sanitarie che vanno a formare un punteggio di gravità con cui inserire l'utente in un elenco dinamico degli assistiti valutati non autosufficienti eleggibili in RSA. La scelta dell'Apsp dipende dalla richiesta dell'utente o dal primo posto disponibile normalmente nel luogo più vicino alla residenza; oppure in base alla patologia in base alla presenza di Nuclei ad alto fabbisogno assistenziale.

Le modalità di risposta alla residenzialità, per la crescente complessità degli ospiti hanno significato, per le RSA, nuove sfide nella riorganizzazione dei vari servizi, ed in particolare la possibilità di disporre di un patrimonio di risorse umane di grande professionalità. Infatti negli anni si è investito molto nei piani di formazione del personale valorizzando il modello delle competenze, delle conoscenze in un'ottica di costante miglioramento ed innovazione dei servizi erogati, al fine di garantire standard assistenziali qualitativi, in grado di rispondere alle richieste e ai bisogni dei nuovi ospiti e agli standard imposti dalla Provincia Autonoma di Trento.

Chi entra come ospite/residente nelle Strutture, indipendentemente dal grado di autosufficienza, deve trovare un'accoglienza ed un ambiente che lo facciano sentire il più possibile "a casa" o comunque in un posto in grado di diventare la sua nuova casa. A questo scopo, l'organizzazione e i servizi pongono al proprio centro la persona (il suo rispetto, la sua sensibilità, le sue necessità) secondo il miglioramento costante della qualità.

Tutto questo richiede uno sforzo straordinario comune di tutto il personale delle Apsp, sinergia necessaria per mantenere la qualità dei servizi in una costante crescita, soprattutto in questo momento dove dobbiamo imparare a vivere "la crisi" come opportunità di crescita e non come ostacolo.

Buon Natale a tutti!

Katia



DALL'UFFICIO DELL'ECONOMO

L'appuntamento di ogni anno con questo spazio del notiziario diventa per me momento di "bilancio": ripercorro con la mente i mesi passati, volati come al solito, per darvi conto del lavoro svolto... Che anno pieno il 2013! È stato realizzato il primo bilancio sociale dell'A.P.S.P. Anaunia, si è insediato il nuovo Consiglio di Amministrazione, è stata ampliata l'offerta dei servizi con l'istituzione del servizio di fisioterapia a domicilio e del servizio di tecnico ortopedico, è stata avviata la collaborazione con ben quattro altre case di riposo (Cles, Lavis, Mezzolombardo e Mezzocorona) per realizzare una gara unica (l'A.P.S.P. Anaunia capofila) per l'affidamento del servizio di lava-nolo biancheria e divise... solo per citare qualche momento saliente.

Inevitabile rivivere non solo le fatiche alla scrivania, ma soprattutto le emozioni, la soddisfazione delle sfide vinte come la preoccupazione per le difficoltà da affrontare in questo tempo di crisi. Mi tornano in mente sguardi, sorrisi, parole che particolarmente mi hanno colpito, ma non posso dimenticare anche qualche viso corrucchiato, qualche tono urlato, qualche lacrima. Eppure, mi scopro di nuovo contenta davanti a questa pagina da riempire. Sono felice che il Direttore mi abbia chiesto quest'anno di utilizzarla per una notizia, che ci proietta verso un immediato promettente futuro: la Provincia ha accolto istanza di finanziamento per la realizzazione di alcuni importanti lavori nella nostra Struttura.

Il Consiglio di Amministrazione ha valutato le necessità più immediate per l'A.P.S.P. Anaunia, stabilendo gli interventi più urgenti per migliorare la funzionalità generale del complesso. È già stato affidato l'incarico per la redazione del progetto esecutivo delle opere. Questi i principali lavori che andremo a realizzare il prossimo anno:

Ampliamento locale mensa / cucina a piano terra e primo piano: ampliando l'edificio esistente verso nord, ricavando circa 20 mq per piano con una costruzione in una intercapedine, con un intervento di minimo impatto, si uniranno i due cucinini dei nuclei blu e verde, ottenendo un passaggio più ampio e funzionale, e si realizzerà una sala pranzo al piano terra capace di accogliere fino a venti / venticinque utenti.

Ampliamento ufficio animazione / creazione nuovo locale più ampio per servizio parrucchiera – estetista – podologia / realizzazione stanza snoezelen: ampliando l'edificio

esistente verso ovest, ricavando nuovo spazio nella nicchia compresa tra l'ingresso principale e la zona uffici, si darà una diversa locazione all'ambiente dedicato al servizio parrucchiera – estetista – podologia, rendendo lo stesso più ampio ed il passaggio/sosta degli utenti più agevole. L'ufficio del servizio di animazione, attiguo all'attuale locale parrucchiera, sarà in tal modo ampliato utilizzando lo spazio libera-



to. L'ampliamento includerà anche il primo piano, dove il nuovo spazio creato sarà adibito alla realizzazione della "stanza calma", un locale che permetterà un servizio dedicato per gli ospiti particolarmente disturbati e/o inattivi.

Realizzazione saletta / bar, ufficio coordinamento del personale, soggiorno per ospiti: al piano terra, nell'ala adibita alle attività diurne degli ospiti, è necessario creare un nuovo spazio adibito principalmente alle visite dei parenti. Al primo piano è urgente realizzare un ufficio di coordinamento del personale, in quanto attualmente è disponibile solamente un angusto ambulatorio nel nucleo verde e si è costretti, ad esempio, a riunirsi per le "consegne" nella sala da pranzo. Al secondo piano, dove si trovano in prevalenza gli ospiti autosufficienti e comunque quelli con minori problematiche sanitarie, sarebbe utile usufruire di un soggiorno, oltre alla piccola saletta posta in fondo al corridoio, al fine di consentire ai residenti di svolgere più attività, soprattutto nei periodi freddi in cui non è possibile utilizzare gli spazi esterni. Verso ovest, sarà ricavato in una nicchia dell'edificio esistente un ampliamento della struttura su tre piani, che permetterà di realizzare tutti tre gli spazi sopra descritti.

Rivestimento camere, corridoi, sale con fasce di protezione murale: verrà realizzato un intervento di manutenzione delle pareti interne di tutta la struttura. Le fasce di protezione murale presentano numerosi vantaggi rispetto alle semplici intonacatura ed imbiancatura: sono lavabili e quindi più igieniche, sono resistenti e garantiscono la durata nel tempo senza più la necessità di frequenti interventi di manutenzione, sopperiscono anche alla funzione dei "paracolpi" (necessari altrimenti nei luoghi di continuo passaggio di carrozzine).

Insomma, **avremo una casa più grande, più colorata e più accogliente**, oltretutto più funzionale!

Collaborare con un Direttore sempre propositivo e pieno di idee... è una gran fatica! Ma è davvero bello!!

Ringrazio di cuore i colleghi, i collaboratori e tutti coloro che, a vario titolo, lavorano qui e con noi affrontano sfide e difficoltà.

Ringrazio tutti gli ospiti, per ogni loro sorriso.

Buon Natale, a tutti e a ciascuno.

Silvana



DAL SERVIZIO INFERMIERISTICO E ASSISTENZIALE

Momenti di aggregazione fra colleghi

TORNEO DI CALCETTO *Taio, Agosto 2013*

Da colleghi sui piani a compagni di squadra in campo il passo è stato breve. Questa estate una rappresentativa della nostra struttura, capitanata dalla sig.ra Berti e coadiuvata da alcuni innesti di assoluta qualità tecnico-tattica, ha partecipato al Torneo di calcetto del paese. E' stato un bellissimo momento (assolutamente da ripetere) di aggregazione, coesione, carica agonistica e puro divertimento nonostante il risultato sportivo non sia stato soddisfacente rispetto ai pronostici della vigilia (partivamo da favoriti..... scherziamo!?!). L'obbiettivo è stato raggiunto, consolidare il nostro legame di amicizia andando oltre al nostro legame professionale.

Ringraziando tutti quelli che nel bene e nel male ci hanno sostenuto!



DAL NOSTRO CAPPELLANO



La festa del Santo Natale è per tutti, grandi e piccini, un avvento pieno di familiarità, pace, cuore aperto per sentirci più amati da Dio e tra noi. Nostra attenzione ad ogni categoria:

- *per la società*: alla fine di un anno che sta per passare, pieno di consumismo ed esteriorità;

- *per l'adulto ammalato*: un avvicinarsi sempre più alla chiamata di Dio, alla responsabilità di vita, alla conversione;

- *per i piccoli*: un evento in famiglia, Dio si fa piccolo per essere amato;

- *per i giovani*: Gesù, con le sue braccia tese dice loro: *Venite a Me e sarete felici!*

Il Santo Natale prepara tutti a sentirci fratelli senza distinzione. I primi ad accorrere alla grotta di Betlemme sono stati i pastorelli perché nella loro semplicità avevano un cuore generoso da offrire al Bambino Gesù. Anche da noi Gesù aspetta l'offerta del nostro cuore più di ogni altra cosa. In quella notte santa gli angeli cantavano *pace agli uomini di buona volontà* e noi ci uniamo a loro, a questo coro celeste, per sentirci in festa e sicuri della benedizione del Bambino Gesù. Il Santo Natale è pure, per ciascuno di noi, festa di compromesso per sentirci più buoni, solo così possiamo sentirci veri cristiani, spinti verso Dio che è amore.

Colgo il pensiero del papa S. Leone Magno e con questo finisco anch'io augurando a tutti Buon Natale: *Il nostro Salvatore, carissimi, oggi è nato, rallegriamoci! Non c'è più spazio per la tristezza nel giorno in cui nasce la vita, una vita che distrugge la paura della morte e dona gioia per le promesse eterne. Nessuno è escluso da questa felicità!*

Il vostro cappellano rinnova e augura a tutti gli ospiti, al personale di servizio, al signor direttore e a quanti contribuiscono a rendere la casa soggiorno centro di pace e familiarità, un Buon Natale!



DAL SERVIZIO SOCIALE E DI ANIMAZIONE



Siamo alla settima edizione del nostro giornalino e come ogni anno è il momento di “tirare le somme” dell’anno appena trascorso. Fa sempre un certo effetto prendere in mano l’agenda, volgere indietro lo sguardo e ripensare ai mesi passati: come raccontano le fotografie contenute in queste pagine, sono molte le emozioni vissute, le persone passate di qua e i ricordi che ci legano a esse, le attività svolte, i momenti del quotidiano vissuti insieme. E allora, riviviamo insieme alcune cartoline di questo 2013...

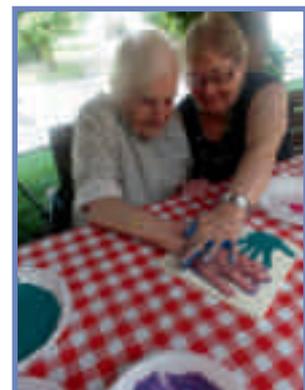
La divertente festa di carnevale e la giornata del ridere sono organizzate grazie al prezioso aiuto dei volontari sono state dei momenti di autentico toccasana per il nostro buonumore. Durante la Quaresima ci siamo riuniti con i ragazzi della catechesi di Segno per prepararci alla Pasqua, che abbiamo festeggiato in compagnia di alcuni cori che si sono esibiti per noi. Con l’arrivo della bella stagione siamo potuti uscire nel nostro bel giardino, a questo proposito desideriamo ringraziare Renzo che, nonostante i tanti impegni, riesce sempre a

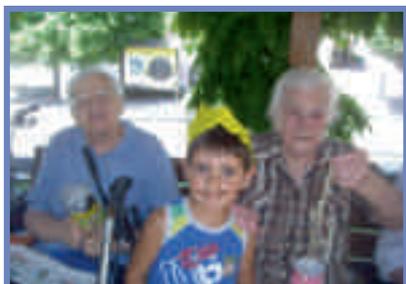
mantenerlo ordinato e accogliente! È un luogo speciale, amato da tutti noi, ospiti, familiari, volontari e dipendenti, con i suoi colori e profumi è l’ambiente ideale dove trascorrere le giornate estive e ritrovare quella serenità ed equilibrio che solo la natura ci può donare.

In giardino abbiamo anche lavorato insieme ai bambini del percorso estivo “Artisti in erba”: accogliamo sempre volentieri i ragazzi che vengono a trovarci e a lavorare con noi perché sono linfa di vita, ci trasmettono energia e voglia di vivere; l’albero di fico piantato in giardino, simbolo della vita e del tempo che scorre, è un dono che i bambini hanno voluto farci. Quest’anno abbiamo lavorato utilizzando i nostri cinque sensi, in particolare, impiasticciandoci per bene le mani, abbiamo realizzato il colorato quadro che ora abbellisce il corridoio del primo piano.

Durante il periodo estivo non sono mancate le uscite sul territorio, che molti di voi apprezzano e che ci regalano ogni volta momenti indimenticabili. Abbiamo, infine, salutato l’estate con una bella giornata di festa a base di polenta, “tonco” e musica...quest’anno eravamo duecento, chissà che il prossimo anno qualcuno non aspiri a superare questo record!

Nei mesi scorsi abbiamo ripreso i contatti con gli insegnanti della scuola media di Taio, viste le positive esperienze degli scorsi anni vogliamo ritrovarci per costruire insieme un nuovo percorso di lavoro che ci impegnerà anche il prossimo anno. Come forse qualcuno avrà già notato, le iniziati-





ve appena presentate sono il frutto dell'impegno e della collaborazione con numerose persone e realtà presenti sul territorio che, mettendo a disposizione il proprio tempo, dimostrano di percepire la nostra struttura come parte integrante della comunità di cui noi tutti facciamo parte. La ricerca di contatti e collaborazioni rappresenta proprio una delle sfide del servizio sociale e di animazione: è nostro compito cercare di creare un ponte fra "dentro" e "fuori", costruendo relazioni che contribuiscano a rendere la nostra struttura non ripiegata sulla propria organizzazione ma aperta alla comunità esterna. Il nostro desiderio è quello di continuare su questa strada, lavorando sempre alla ricerca di relazioni di collaborazione, infatti, realizzare interventi di animazione non significa solo lavorare con la persona ma con tutto il contesto in cui essa è inserita al fine di creare, attivare e ampliare risorse e potenzialità che favoriscano una migliore qualità di vita e un maggiore benessere per ciascun ospite.



A tutti, un augurio sincero di Buone Feste!

LA NONNA MUTA

Il nonno e la nonna avevano bisticciato. La nonna era così arrabbiata che non rivolgeva più la parola al marito. L'indomani il nonno aveva già dimenticato tutto ma la nonna continuava ad ignorarlo e rifiutava di parlare. Per quanti sforzi facesse il nonno non riusciva a farla uscire dal suo ostinato mutismo. Alla fine si mise a rovistare negli armadi e nei cassetti. Dopo qualche minuto la nonna non ne poté più! Al colmo dell'irritazione gridò: "Si può sapere cosa stai cercando?" Al che, il nonno, con un sorriso furbetto: "Oh, Dio sia lodato! L'ho trovata". La nonna "Che cosa?" Il nonno "La tua voce!".

La parola, scritta o orale, è il ponte che più unisce le persone.

Segnalata dalla nostra volontaria Irma

È Natale

(Madre Teresa di Calcutta)
 E' Natale ogni volta che sorridi a un fratello e gli tendi la mano.
 E' Natale ogni volta che rimani in silenzio per ascoltare l'altro.
 E' Natale ogni volta che non accetti quei principi che relegano gli oppressi ai margini della società.
 E' Natale ogni volta che spera con quelli che disperano nella povertà fisica e spirituale.
 E' Natale ogni volta che riconosci con umiltà i tuoi limiti e la tua debolezza.
 E' Natale ogni volta che permetti al Signore di rinascere per donarlo agli altri



Tanti auguri di Buon Natale e un sereno anno nuovo a tutti!
 Rosa



Primavera, (L.Galli)

Ecco che è arrivata
Primavera scapigliata,
Primavera bella bella
Primavera pazzarella,
con il sole
con le viole,
con i gridi dentro i nidi.
Son fioriti i biancospini,
nasceranno i rondinini,
danzeranno i loro balli
le farfalle
bianche e gialle.

I tesori dell'estate

Calda estate tutta d'oro,
che cos'hai nel tuo tesoro?
Pesche, fragole, susine,
spighe e spighe senza fine;
prati verdi e biondi fieni,
lampi, tuoni e arcobaleni;
giorni lunghi, notti belle
con le lucciole e le stelle.

Autunno

Un albero spoglio
tremando sussurra:
"Tu vento furioso
sui rami hai soffiato
rendendo il mio aspetto
così sconcolato".
E il vento risponde:
" Non piangere albero,
ben presto sarai
più bello che mai
coperti di verde
i tuoi rami brilleranno
riflessi da un sole
amico e compagno".

Sera d'inverno

Nel camino c'è un fastello
che tien vivo il focherello.
Mamma stira il grembiolino
del suo caro fantolino;
mentre il babbo con la mano
culla il bimbo piano piano.
In un canto del camino
fa le fusa un bel gattino,
mentre fuori, lieve lieve,
in silenzio vien la neve.

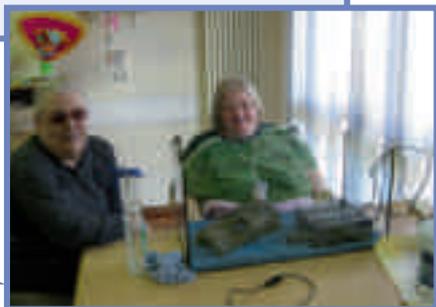
Anche quest'anno è passato veloce ed è quasi finito. Quante giornate passate insieme, tante belle giornate! Per questo vi dico grazie! A tutti faccio i miei più cari auguri di buone feste. Carla

Poesia sui mesi

Gennaio porta gelo e nevicata,
Febbraio grandi balli e mascherate,
Marzo vento e delicate viole,
Aprile l'erba per le capriole,
Maggio ci dà rose profumate,
Giugno spighe secche e ben dorate,
Luglio ha la trebbia e sempre gran lavoro,
Agosto buona frutta e rami d'oro,
Settembre mette l'uva giù nel tino,
Ottobre cambia il mosto in un buon vino,
Novembre butta giù tutte le foglie,
Dicembre per il fuoco le raccoglie.



C'è un posto nel mondo dove il tempo si ferma. Quel posto è tra le tue braccia: non invecchia il cuore e la mente non smette mai di sognare. Rosa



NUOVI AMICI SILENZIOSI

Dal mese di aprile i nostri ospiti hanno dei nuovi amici in casa! L'acquario messo a disposizione da Livia ospita sei pesci tropicali e un pesce pulitore... Benvenuti!



LA STORIA DEL VASO ROTTO

Una anziana donna cinese possedeva due grandi vasi, appesi alle estremità di un lungo bastone che portava bilanciandolo sul collo.

Uno dei due vasi aveva una crepa, mentre l'altro era intero. Così alla fine del lungo tragitto dalla fonte a casa, il vaso intero arrivava sempre pieno, mentre quello con la crepa arrivava sempre mezzo vuoto.

Per oltre due anni, ogni giorno l'anziana donna riportò a casa sempre un vaso e mezzo di acqua.

Ovviamente il vaso intero era fiero di se stesso, mentre il vaso rotto si vergognava terribilmente della sua imperfezione e di riuscire a svolgere solo metà del suo compito. Dopo due anni, finalmente trovò il coraggio di parlare con l'anziana donna, e dalla sua estremità del bastone le disse: "Mi vergogno di me stesso, perché la mia crepa ti fa portare a casa solo metà dell'acqua che prendi".

L'anziana donna sorrise "Hai notato che sul tuo lato della strada ci sono sempre dei fiori, mentre non ci sono sull'altro lato? Questo succede perché, dal momento che so che tu hai una crepa e lasci filtrare l'acqua, ho piantato semi di fiori solo sul tuo lato della strada. Così ogni giorno, tornando a casa, tu innaffi i fiori.

Per due anni io ho potuto raccogliere dei fiori che hanno rallegrato la mia casa e la mia tavola. Se tu non fossi così come sei, non avrei mai avuto la loro bellezza a rallegrare la mia abitazione"



E' su questa suggestione che nel corso del 2013 sono state svolte le attività di laboratorio al primo piano: attività pensate apposta per andare incontro alle capacità e alle risorse di tutti i residenti, anche di quelli che hanno maggiori difficoltà.



A volte ci si lascia abbagliare dalla malattia, da ciò che essa porta via ai nostri cari: ricordi, parole, capacità... con il rischio di non accorgersi di ciò che rimane e c'è ancora, pronto per essere valorizzato e trasformato in un'occasione per "stare bene".

Piegare strofinacci e metterli in ordine, sfogliare giornali di cucina e commentare le ricette, ascoltare musica, sorridersi, asciugare posate e ... condividere il fatto, ogni tanto, di avere la luna storta: l'importante "non è fare cose straordinarie, ma fare straordinariamente bene le cose ordinarie"!



DALLA FISIOTERAPIA: ultimo arrivo in fisioterapia

Salve a tutti,

mi chiamo Chiara e da gennaio faccio parte della grande famiglia di Casa Anaunia!

Nonostante sia passato quasi un anno non ho avuto il piacere di conoscere tutti i parenti dei nostri ospiti quindi, per chi non sa nulla di me e per chi vuole approfondire, mi presento...

Sono nata nel lontano 1989 e da allora abito a Vigo di Ton, piccolo comune all'inizio della Val di Non meglio conosciuto per Castel Thun.

Dopo aver frequentato il liceo scientifico mi sono iscritta alla facoltà di Fisioterapia di Rovereto e lì dopo 3 anni di duro lavoro, suddiviso in lezioni teoriche ed esperienza sul campo in vari ospedali e strutture sanitarie del Trentino, per la gioia dei miei genitori a Novembre 2012 mi sono laureata.

Tanta era la paura di non trovare lavoro in questi tempi difficili per i giovani (e non) quindi è stato con enorme sollievo e molta fortuna che ho colto l'opportunità di venire a Taio.

Sin dall'inizio ho potuto apprezzare la gentilezza del personale, la curiosità e fiducia degli ospiti e la grandissima generosità ed accettazione delle mie colleghe.

Essendo la mia prima esperienza di lavoro temevo gli inevitabili ostacoli presenti sul cammino ma da subito ogni persona della Casa mi ha dimostrato disponibilità, aiutandomi ad inserirmi nel meccanismo che, spesso da dietro le quinte, fa funzionare ogni cosa per il meglio.

È passato quasi un anno dal mio arrivo fra voi e non posso sentirmi che fortunata di aver trovato non solo un lavoro che mi piace e che mi permette di sfidare le mie capacità ogni giorno, ma soprattutto un ambiente caloroso ed attento ad ogni esigenza degli ospiti che ci vivono.

In America a fine novembre si festeggia il Thanksgiving, cioè il giorno del ringraziamento...

Nel mio piccolo voglio ringraziare il Direttore ed il Consiglio di amministrazione per avermi dato quest'opportunità.

Ringrazio tutti gli ospiti ed i loro parenti che mi hanno accettata credendo nella mia professionalità nonostante la mia giovane età.

Sono infine più che grata alla mie colleghe per avermi accolto a braccia aperte, per aver sconvolto un po' le loro vite per rendere più facile la mia e per continuare ad insegnarmi ed ispirarmi.

Buon Natale a tutti

Chiara

Le fisioterapiste augurano buon Natale ad ospiti e familiari ed auspicano a tutti (noi comprese) un ottimo 2014!!!

POTENDO RINASCERE

Qualcuno mi ha chiesto giorni fa se, potendo rinascere, avrei vissuto la vita in maniera diversa. Lì per lì ho risposto di no, poi ci ho pensato un po' su e...

Potendo rivivere la mia vita, avrei parlato meno e ascoltato di più.

Non avrei rinunciato a invitare a cena gli amici soltanto perché il mio tappeto aveva qualche macchia e la fodera del divano era stinta. Avrei mangiato briciolosi panini nel salotto buono e mi sarei preoccupata molto meno dello sporco prodotto dal caminetto acceso.

Avrei trovato il tempo di ascoltare il nonno quando rievocava gli anni della sua giovinezza.

Non avrei mai preteso, in un giorno d'estate, che i finestrini della macchina fossero alzati perché avevo appena fatto la messa in piega.

Non avrei lasciato che la candela a forma di rosa si sciogliesse, dimenticata, nello sgabuzzino. L'avrei consumata io, a forza di accenderla.

Mi sarei stesa sul prato con i bambini senza badare alle macchie d'erba sui vestiti.

Avrei pianto e riso di meno guardando la televisione e di più osservando la vita.

Avrei condiviso maggiormente le responsabilità di mio marito.

Mi sarei messa a letto quando stavo male, invece di andare febbricitante al lavoro quasi che, mancando io dall'ufficio, il mondo si sarebbe fermato.

Invece di non veder l'ora che finissero i nove mesi della gravidanza, ne avrei amato ogni attimo, consapevole del fatto che la cosa stupenda che mi viveva dentro era la mia unica occasione di collaborare con Dio alla realizzazione di un miracolo.

A mio figlio che mi baciava con trasporto non avrei detto: "Su, su, basta. Va' a lavarti che la cena è pronta". Avrei detto più spesso: "Ti voglio bene" e meno spesso: "Mi dispiace"... ma soprattutto, potendo ricominciare tutto daccapo, mi impadronirei di ogni minuto... lo guarderei fino a vederlo veramente... lo vivrei... e non lo restituirei mai più.

(Enna Rombeck)

Segnalata da Elia

DAI NOSTRI OSPITI

COSE DI CASA

In queste foto vediamo le nostre ospiti intente nella preparazione di gustosi piatti. Ringraziamo in particolare la nostra Gabri che è sempre presente anche con i suoi consigli da cuoca esperta!

E non possiamo dimenticare di ringraziare la cucina, che è sempre disponibile a collaborare con noi, aiutandoci in particolare nella cottura dei cibi!



Prepariamo il pane



La torta de fregoloti



Le focacce con la verdura del nostro orto



Prepariamo lo strudel con le mele della nostra valle



E non possiamo dimenticare i canederli!



Per fare dei canederli

Per fare dei canederli
col brodo e col ragù
si ciapa del prezemolo
e se lo taia su
farina ovi e zigole
luganeghe col speck
pan vecio senza migole
e 'n toc de formai vec

Se fa balote col pan gratà
e quatro fregole de ai pestà
na meza chichera de lat e vin
eco i canederli de noi trentin

Ensema coi canederli
noi altri aven magnà
na tesa de luganeghe
e 'n toc de smacafam
en piat de polenta e finferli
la mosa con el lat
capussi co' le scodeghe
che vanza for dal piat

Ghem la maiolica in Otreghé
capussi e crauti su per Piné
ghaven le trote zo li a Toblin
col vino santo e el marzemin

Il gruppo cucina vi invita a provare questa ricetta, con impegno e costanza, il risultato è assicurato!

Si prendono 12 mesi, li si puliscono per bene dall'invidia, dall'amarezza, dall'avarizia, dalla pedanteria e li si taglino in 30 o 31 parti in modo che la provvista basti per tutto l'anno. Ogni giornata venga singolarmente condita con 1 parte di lavoro e 2 parti di allegria e umorismo. Si aggiungano 3 cucchiaini colmi di ottimismo, 1 cucchiaio di tolleranza, 1 granello di ironia ed 1 presa di tatto. L'impasto venga quindi ricoperto con tanto amore. Si guarnisca la pietanza finita con un mazzetto di piccole attenzioni e la si serva giornalmente con serenità!

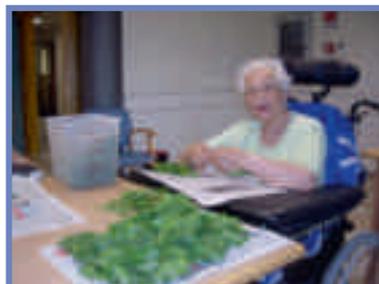
VI PRESENTIAMO IL NOSTRO ORTO

L'attività di giardinaggio e di cura dell'orto richiedono parecchio tempo, impegno e costanza ma i "frutti" che raccogliamo a fine stagione ci ripagano di tutto il lavoro fatto! Ne siamo molto fieri, il nostro orto è un'esplosione di colori e sapori che trasmette serenità e gioia di vivere! Che soddisfazione!



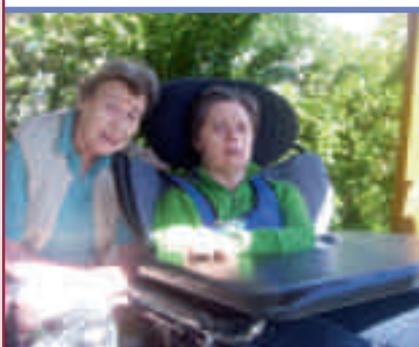
Le nubi

Sotto il sole e sotto le stelle stanno tante pecorelle; quando son giornate brutte, se una piange piangono tutte.



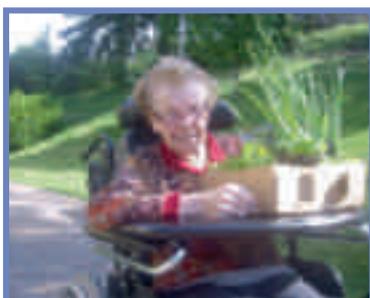
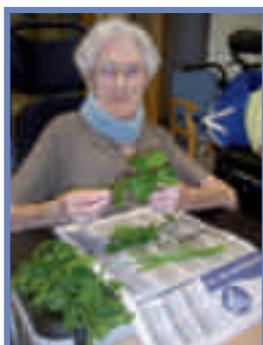
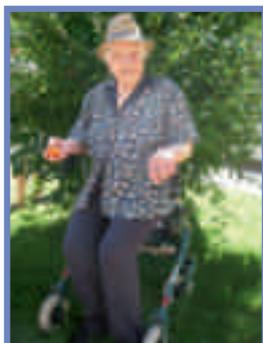
L'arcobaleno

Dopo il temporale viene il sereno, in cielo brilla l'arcobaleno. I suoi bellissimi sette colori fanno pensare a un mazzo di fiori: al gelato di un bambino al vestito di Arlecchino. C'è il rosso e il turchino, un bellissimo azzurrino, il verde e l'arancione il giallo limone: un arco perfetto, tenuto su dal rosso-violetto.



... quando si dice “il medico cura, la natura guarisce!”

LA NATURA COME AUSILIO AGLI INTERVENTI TRADIZIONALI



L'ortoterapia è un metodo riabilitativo innovativo che rientra nell'ampia categoria delle terapie occupazionali, che concentrano l'attenzione sullo sviluppo e il mantenimento delle capacità di agire delle persone. È un'attività caratterizzata da un impegno sia cognitivo che manuale e manipolativo, si volge prevalentemente all'aria aperta permettendo di stabilire un rapporto di cura verso organismi viventi. Attraverso gesti semplici come coltivare la terra, sporcarsi le mani, seminare, innaffiare, recidere, etc. sono attività che in un qualche modo ci riconciliano con la vita e con la natura e ci aiutano a trovare sollievo ai disagi della mente e dell'anima. Oltre a contribuire al miglioramento della salute e della qualità della vita, incrementa le capacità di partecipazione di un individuo all'interno di una società, rendendolo in grado di interagire serenamente in differenti contesti quotidiani. Prendersi cura di organismi vivi sollecita, inoltre, il senso di responsabilità, l'attività motoria e aiuta a contrastare quella brutta sensazione di inutilità. Curando l'orto si impara ad attendere e gioire di tutti i piccoli cambiamenti che sono frutto del lavoro delle nostre mani, delle cure e del nostro amore. Il tutto si traduce in un rallentamento del battito cardiaco, in una riduzione dei valori della pressione sanguigna e in una maggiore regolarità del respiro... in altre parole, fare giardinaggio svuota la mente dai pensieri negativi, urgenti e stressanti! È molto efficace come terapia di gruppo: lavorare assieme ad altre persone, condividendo e dividendo le mansioni, vedersi riconfermati nella propria abilità è un vero toccasana per l'autostima, il senso di appartenenza e l'identità sociale.

IL TEMPORALE

Quando piove
sulla terra
lassù in cielo
c'è la guerra
fra due nuvole
in partenza
per non darsi
precedenza.

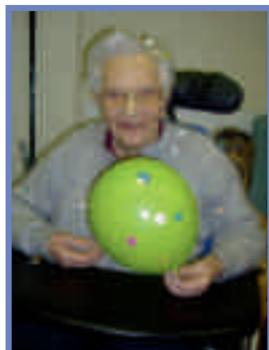
Se l'umore
non è buono
dopo il lampo
viene il tuono,
una poi
ci resta male
e ci scappa
il temporale.

Ci saranno
lampi e tuoni
ma si fa
senza cannoni!

UNA FESTA PER OGNI STAGIONE

Agli anziani dell'Apss Anaunia piace fare festa! Sono diverse le occasioni per ritrovarsi, cantare, ballare e ridere insieme, in queste pagine vi presentiamo alcune foto di questi momenti felici...

CARNEVALE 2013



UN POMERIGGIO DI "RIDERE SANO" - aprile 2013



GLI EFFETTI BENEFICI DEL SORRISO E DELLA RISATA

Il sorriso e la risata sono una delle attività più benefiche per la nostra salute e il nostro benessere. Se una persona non potesse ridere, da un punto di vista medico, finirebbe per ammalarsi. La fiducia, la gioia, il rilassamento, il pensiero positivo, la capacità di saper ridere e di potersi divertire indipendentemente dalla propria età anagrafica, sono elementi oggi considerati sempre più importanti per condurre una vita serena con se stessi e con gli altri.

Ecco gli effetti di una sana risata:

- **Esercizio fisico:** con ogni risata mettiamo in moto circa 400 muscoli;
- **Pulizia:** la risata pulisce gli occhi con le lacrime, e aiuta a sgombrare il naso e le orecchie. Inoltre elimina le tossine, perchè con il movimento del diaframma si produce un effetto di massaggio sull'apparato digerente, che aiuta ad eliminare gli acidi grassi e le sostanze tossiche;
- **Ossigenazione:** entra il doppio di aria nei polmoni, portando più ossigeno in circolazione nel sangue ossigenando pelle ed organi;
- **Analgesico:** pochi minuti di risate si convertono in un prodigioso effetto analgesico;
- **Rigenerante:** la risata equivale a un trattamento di bellezza, perchè stira e stimola i muscoli del viso producendo un effetto tonificante e antirughe;
- **Previene l'infarto:** rafforza i polmoni e il cuore a causa del movimento del diaframma;
- **Elimina lo stress:** la produzione di adrenalina rianima la nostra vitalità. Ci rende anche più ricettivi per vedere il lato positivo delle cose;
- **Processo di regressione:** si può generare un ritorno a uno stato precedente emotivamente felice che ci consente di alleviare una realtà presente percepita come dolorosa;
- **Comunicazione:** attraverso sorrisi e risate esterniamo sentimenti ed emozioni positivi, gli effetti sociali della risata e del sorriso sono evidenti: sono contagiosi ed è un modo per aiutarci a risolvere situazioni di disagio.

Con tutti questi dati a disposizione sembra incredibile dover constatare quanto ci sia difficile offrire un sorriso, per quanto piccolo sia. Non sarebbe male imparare ad affrontare le questioni della vita con una certa dose di umorismo: ci aiuterebbe a ridurre la tensione e neutralizzare i conflitti nei momenti difficili...e poi, il sorriso è contagioso, provate!





ANGURIATA ESTIVA CON LA MUSICA DI ALDO -
agosto 2013

COSTRUIAMO INSIEME LE STATUINE DEL PRESEPE

Un GRAZIE ad Aldina e alle volontarie Iole e Irma che con passione ci hanno aiutato a dar vita ad un presepe popoloso e colorato!





*POLENTATA IN GIARDINO
E ESIBIZIONE DEI MINILACCHÈ
settembre 2013*

Un sincero grazie vogliamo rivolgerlo alla Proloco e al comune di Smarano che hanno organizzato per noi una meravigliosa giornata in giardino! La polenta, si sa, ci piace assai ma gustata in giardino e accompagnata con un saporito spezzatino sembra ancora più buona! È stato un pranzetto che non dimenticheremo!

Ringraziamo anche Aldo, che con la sua dolce musica ha allietato l'evento e il gruppo di ballerini minilacchè di Coredo che hanno concluso l'evento con un'allegra esibizione

...vi aspettiamo ancora tra noi!



Tra le nostre uscite estive sul territorio, i nostri ospiti chiedono ogni anno di recarci in qualche santuario vicino: oltre ad essere un profondo momento di preghiera, è anche un modo per rivivere i tempi passati, un vero e proprio tuffo nella tradizione storica e religiosa di un tempo...



Ricordo le gite della scuola; ci ritrovavamo tutti nel piazzale della scuola. Si partiva a piedi e giù per la valle. Ricordo i prati di frumento e grano e poi si vedeva il lago di Coredò. Si scendeva nella valle e si arrivava a S. Romedio: era molto suggestivo. Si pregava e si portavano i fiori raccolti nei prati, ranuncoli e eriche.

Si scendeva lungo il Verdes dove si vedevano i ruderi dei mulini e delle segherie.

Dopo si arrivava a Sanzeno e nella pineta del Bertagnolli si faceva merenda. Poi piano, piano si risaliva e felici si ritornava a casa.

Trene

Quando ero adolescente, con tre amiche e le sorelle, mio papà ci ha accontentate e ci ha portato col cavallo marrone con una bella criniera con il carro a S. Romedio. Mia mamma aveva messo sul carro le coperte e ci ha sistemate. Questo viaggio ci è sembrato lungo. Ricordo il silenzio della valle, solo il rumore degli zoccoli, era un caldo pomeriggio d'estate. Quando siamo arrivati abbiamo fatto le scale, siamo andati a pregare e poi abbiamo fatto merenda con le cose preparate dalla mamma. Siamo ritornate felicissime. Rina

I PELLEGRINAGGI

I pellegrinaggi erano forme di cultura religiosa nelle quali si manifestava e si testimoniava un'autentica convinzione di fede cristiana. Era anche l'occasione per incontrarsi insieme e per conoscere realtà diverse da quelle che poteva offrire la propria valle. A San Romedio si andava a piedi o con il carro a trazione animale, sul quale veniva sistemata un po' di paglia e qualche vecchia coperta per sedersi. Arrivati ai piedi del santuario si saliva in ginocchio pregando per la lunga e ripida gradinata. Si proseguiva poi fino a Sanzeno per visitare la Basilica dei Santi Martiri. Per arrivare alla Madonna di Senale si usava la ferrovia elettrica Dermulo-Fondo-Mendola in funzione dal 1909 al 1934. Nonostante la difficoltà di spostamento per gli scarsi mezzi di trasporto, si ambiva anche a pellegrinaggi con mete più lontane: per arrivare alla Madonna di Pinè si giungeva fino a Trento con la ferrovia e si procedeva a piedi! Durante le visite ai santuari si pregava con devozione, si accendevano le candele davanti alle statue dei Santi, lasciando qualche offerta per celebrare la messa in suffragio dei morti o per le intenzioni dei pellegrini. Queste pratiche

di devozione venivano attuate prevalentemente per adempiere a qualche voto per grazia ricevuta o anche per chiedere particolari grazie.



Anche quest'estate siamo stati ospiti del circolo anziani di Taio. Un'uscita in paese per un gelato in un bel pomeriggio d'estate è proprio quello che ci vuole per rinfrescare e rallegrare queste giornate di caldo afoso!



“Non esiste modo migliore di gestire la propria vita se non toccare la vita di un altro con amore e un sorriso”

A rivedere questa foto ci torna a tutti l'acquolina in bocca! Che bontà i crostoli di carnevale... *“Sappiamo il lavoro che richiede la loro preparazione, per questo un grazie doppio alle signore del circolo anziani!”*



Grazie di cuore a tutti gli ospiti che ci aiutano nell'organizzazione e nella gestione della casa!



Livia, il braccio destro del servizio animazione



Gabry, la tuttofare della casa



Vincenzo, preciso e meticoloso lavoratore

Vivere la vita ci ricorda che ogni attimo è prezioso, dovremmo tutti averne consapevolezza. Cavalcare l'onda del momento, ispirare e espirare con serenità e trasformare ogni attimo di vita in senso compiuto per i nostri desideri. La vita si compie un passo alla volta ed è ciò che fai in questo momento che ti porta verso il domani. Oggi esiste, domani, sarà sempre e solo domani. Vivi l'oggi, perchè oggi è vita. Assaporala.



La nostra meteorina Renata

S. Littleword



Lilia, alle prese con la preparazione delle tavole



Rina, nella recita del S. Rosario del venerdì

“La nostra è una cittadinanza attiva”

DAI NOSTRI VOLONTARI



CANTICO DI UN ANZIANO

Benedetti quelli che mi guardano con simpatia.
Benedetti quelli che comprendono il mio camminare stanco.
Benedetti quelli che parlano a voce alta per minimizzare la mia sordità.
Benedetti quelli che stringono con calore le mie mani tremanti.
Benedetti quelli che si interessano della mia lontana giovinezza.
Benedetti quelli che non si stancano di ascoltare i miei discorsi già tante volte ripetuti.
Benedetti quelli che comprendono il mio bisogno d'affetto.
Benedetti quelli che mi regalano frammenti del loro tempo.
Benedetti quelli che si ricordano della mia solitudine.
Benedetti quelli che mi sono vicini nella sofferenza.
Beati quelli che rallegrano gli ultimi giorni della mia vita.
Beati quelli che mi sono vicini nel momento del passaggio.
Quando entrerò nella vita senza fine mi ricorderò di loro presso il Signore Gesù.



La generosità è silenziosa

Alessia S. Lorenzi

La vera generosità è silenziosa; l'egoismo, l'ostentazione, urlano, ma lei no, lei timidamente fa senza parlare, senza farsi sentire.

La sente solo il cuore e l'anima di chi riceve la sua "carezza".



L'associazione AVULSS di Taio ha organizzato nel 2012 un corso per volontari che operano nell'ambito socio-sanitario che è iniziato il 21 gennaio e terminato il 10 marzo.

Il corso ha avuto come obiettivo la formazione di nuovi volontari destinati ad integrare e sostituire quelli più anziani che si sono ritirati.

Il corso è stato frequentato da 36 persone e grande è stata l'assiduità nella frequenza alle lezioni.

E' interessante analizzare la provenienza geografica di queste: 13 provengono dal Comune di Taio comprese le frazioni di Segno, Torra, Mollaro e Tuenetto, 2 da Tassullo, 4 da Cles, 1 da Don, 2 da Sanzeno, 1 da Sarnonico, 1 da Salter e 1 da Tres. Questa partecipazione è stata assolutamente positiva e ci ha permesso di ampliare i servizi sul territorio. La collaborazione con le Associazioni AVULSS di Cles e Fondo ha centrato l'obiettivo di raccogliere volontari su un ampio territorio geografico.

I nuovi associati sono stati inseriti nella compagine dei volontari destinandoli, secondo le loro scelte e necessità organizzative delle associazioni presso: le A.P.S.P di Taio, Cles e Fondo, il Centro di Igiene mentale di Cles, l'ospedale di Cles nonché direttamente presso il domicilio delle persone da assistere sul territorio in collaborazione con i servizi sociali della Comunità della Valle di Non.

Dopo aver frequentato il corso di preparazione di base, il volontario AVULSS si rende disponibile per un servizio **libero, gratuito e organizzato** nella misura delle sue possibilità.

Lo statuto della nostra Associazione indica il CORSO BASE quale elemento indispensabile per far parte dell'Associazione stessa. Il volontario è impegnato, inoltre, a seguire il programma mensile di aggiornamento e FORMAZIONE PERMANENTE.

Si è formato nella nostra Associazione un gruppo di persone che si impegnano seguendo il motto dell'AVULSS **"Lavorare insieme per servire meglio"**.

Si ricorda a tutti i possibili interessati che un corso base per volontari è in programma per il prossimo gennaio presso la R.S.A. di Fondo!

*Il presidente
Maria Candida Tuveri*



L'ANGOLO DELLA SOLIDARIETÀ

Questa pagina nasce dall'idea di voler ricordare, dar valore e promuovere ogni prezioso atto di generosità, donazione e sostegno anche economico nei confronti della nostra struttura.

La vostra scelta di generosità contribuirà a realizzare servizi e attività migliori, adeguati alle attuali esigenze in ambito sociosanitario.

Si ricorda che da qualche settimana l'Angolo della Solidarietà è attivo anche sul nostro sito internet consultabile all'indirizzo www.apspanaunia.it.

Grazie per la vostra sensibilità!

Per l'anno 2013 si ringraziano:

- l'affezionatissimo Giorgio Covi: con la sua donazione (10.000 euro) ci è stato possibile aggiornare il sistema informatico dell'ente, acquistando nuovi computer;
- i familiari di Lisetta Fuganti venuta a mancare lo scorso giugno: attraverso la loro donazione (2.000 euro) è stato possibile acquistare un nuovo materasso antidecubito;
- la persona che scegliendo l'anonimato ha voluto donare 4.000 euro per l'acquisto di un letto Alzheimer;
- la signora Eleonora Brentari di Coredo che ci ha donato due enciclopedie che ora arricchiscono la nostra biblioteca;
- la Cassa Rurale d'Anaunia che ha sponsorizzato il mese della prevenzione dell'invecchiamento cerebrale.
- gli sponsor (presenti nell'ultima pagina) che ci hanno offerto un prezioso sostegno finanziario per la pubblicazione del nostro notiziario, nella speranza di condividere anche in futuro questa collaborazione!



W L'ALLEGRIA



TRA NONESI

Ehi, Giovanni, come va il frutteto?
Benissimo, a gonfie mele!



Un signore entra in cartoleria e chiede:
-Ne avete ancora di quelle cartoline con scritto:
AL MIO PRIMO E UNICO AMORE?
- Sì, certo.
-Bene, me ne dia venti.



Qual è l'animale che non va mai a dormire? Il maialetto.

Un anziano va dal medico perchè gli fa male la gamba sinistra. - "Lei non ha niente di grave, la gamba le fa male a causa dell'età" - risponde il dottore. - "Non è vero", risponde l'anziano, "la gamba destra ha la stessa età e non mi fa male!

DAL MEDICO

Un uomo che non si sente bene va dal medico e, dopo numerose analisi, la diagnosi è che ha contratto una strana specie di virus tropicale. -Il solo modo per uccidere il virus- dice il medico - è molto succo d'arancia. -Capisco- ribatte il paziente- ma come faccio a farglielo bere?!

- "Alfredo, vieni a prendere un po' di vino"
- "No, io sono astemio"
- "Astemio, vieni a prendere un po' di vino"

- Cara Sara, come mai stasera tieni sempre gli occhi chiusi?
- Caro Lino, ho promesso a mio padre di non vederti più!



Alcune delle domande che prima o poi tutti ci siamo chiesti:

- Quando un bancario muore viene seppellito in una cassa costosa o in una cassa di risparmio?
- Come mai la LemonSoda è fatta con aromi artificiali e nel detersivo per i piatti trovi vero succo di limone?
- Le Suore Orsoline vanno in letargo?
- I pendolari vengono tutti da Pisa?
- Se offendi un partigiano reggiano, ti trovi una grana? La colf è una domestica tedesca che va a benzina?
- Con uno stipendio da fame si possono nutrire dei dubbi?
- Il prete che viene ricoverato in ospedale quando esce è curato?
- Su un InterCity i Milanisti li picchiano?
- Quando producono un nuovo cibo per cani "più gustoso", in realtà chi lo ha assaggiato?
- Un tornado all'andata cos'è?
- I fiori che amano il buio vanno messi nel vaso da notte?
- La via Crucis che CAP ha?
- Se volare è così sicuro, come mai quello dell'aeroporto lo chiamano Terminal?

Grazie Elia!

POESIE e PREGHIERE

TIENI SEMPRE PRESENTE

Tieni sempre presente
che la pelle fa le rughe,
i capelli diventano bianchi,
i giorni si trasformano in anni.
Però ciò che è importante
non cambia; la tua forza
e la tua convinzione
non hanno età.

Il tuo spirito è la colla
di qualsiasi tela di ragno.
Dietro ogni linea di arrivo
c'è una linea di partenza.
Dietro ogni successo
c'è un'altra delusione.
Fino a quando sei vivo,
sentiti vivo.

Se ti manca ciò che facevi,
torna a farlo.
Non vivere di foto ingiallite...
insisti anche se tutti
si aspettano che abbandoni.
Non lasciare che si arrugginisca
il ferro che c'è in te.
Fai in modo che invece
di compassione,
ti portino rispetto.

Quando a causa degli anni
non potrai correre,
cammina veloce.
Quando non potrai
camminare veloce, cammina.
Quando non potrai
camminare, usa il bastone.
Però non fermarti mai.



LE ALI

Voglio ringraziarti, Signore,
per il dono della vita.
È stato scritto che gli uomini
possono volare
solo rimanendo abbracciati.
A volte, Signore,
nei momenti di confidenza,
oso pensare che anche tu
abbia un'ala soltanto.
L'altra la tieni nascosta:
forse per farmi capire che anche Tu
non vuoi volare senza di me.
Per questo mi hai dato la vita:
perché io fossi
tuo compagno di volo.



PADRE NOSTRO

Padre nostro che in cielo dimori
il Tuo nome da tutti si adori,
venga e venga presto il Tuo regno
e si faccia qui da noi
tutto quanto a te piace,
come fanno i Tuo Santi nel ciel.
Oggi e sempre il pan nostro ci doni
e tutte le colpe a noi pure perdona
come noi perdoniamo le offese.
Tu ne sia nel periglio difesa,
Tu stogli lo spirito infernal.
Insegnata da Cesira

PREGHIERA A MARIA BAMBINA

O dolce bambina Maria
che destinata ad essere Madre di Dio
sei pur divenuta madre amatissima nostra.
Per i prodigi che compisti tra noi
Ascolta pietosa la nostra umile supplica
nei bisogni che ci premono da ogni parte,
specialmente nell'affanno che ora mi tribula.
Tutta la mia speranza
è in Te riposta.
O santa Bambina
che in virtù dei privilegi
che a te sola furono concessi,
mostrati ancora oggi verso di me pietosa.
Mostra che la sorgente dei tesori spirituali
e dei beni continui che dispensi
è inesauribile,
perché illuminata è la tua potenza sul cuore materno di Dio.
Dè per quell'immensa profusione di grazia,
onde l'altissimo ti arricchì fin dal tuo primo concepimento,
esaudisci o celeste bambina la mia supplica,
e loderò in eterno
la bontà del tuo cuore. Amen

Segnalata da Cesira

Momenti nostri



Alla Grotta di Lourdes di Mezzocorona giugno 2013



Alla riscoperta delle mele antiche febbraio 2013



Artisti in erba luglio 2013



Gita a casa di Candida luglio 2013



Gita alla malga di Coredo luglio 2013



Santuario della Madonna di Senale agosto 2013



FARMACIA

ZACCHILLI DR.SSA LEONELLA
Via Roma, 38 - Taio

