FONDAZIONE IPS
CARDINAL GUSMINI VERTOVA

L'ARCOBALENO

CASA SERENA, NUCLEO A, CENTRO DIURNO E MANTENIMENTO

NOVEMBRE 2022

IN QUESTO NUMERO DI NOVEMBRE

CASA SERENA

AUTUNNO TEMPO DI....

LE CRONACHE DI CASA SERENA

NUCLEO ALZHEIMER

PENSIERI E RICORDI D'AUTUNNO

IL TRAINING COGNITIVO

CENTRO DIURNO

AUTUNNO: LE SUE RICCHEZZE, I SUOI COLORI

NOVEMBRE: LE NOSTRE TRADIZIONI !!!

MANTENIMENTO

RICETTA: I BISCOTTI DEI NONNI

SPETTACOLO : IL CERCHIO DELLA VITA

SPETTACOLO : IL CERCHIO DELLA VITA

I COMPLEANNI DI CASA SERENA, CDI , IDR E NUCLEO A.

I COMPLEANNI DELLE COMUNITA'.

ANTICIPAZIONI DELLE ATTIVITA' E DEGLI APPUNTYAMENTI DI DICEMBRE 2022.

L'ARCOBALENO

AUTUNNO TEMPO DI....

Autunno... tempo di castagne. Castagne di ogni tipo: bollite, caldarroste, con il latte... Che ricordi, le castagne con il latte, uno dei pochi dolci che mangiavamo da piccoli! Ce le preparavano le nostre nonne, era come una coccola che faceva passare tutte le sbucciature alle ginocchia e tutte le tristezze! Le nonne ce le cucinavano proprio per tirarci su il morale!
Autunno... tempo di nostalgia.
Autunno...tempo di colori. Colori che cambiano, colori che ci cambiano! La natura si veste dei suoi colori brillanti, vivaci, prima di lasciare spazio al grigio, alla pioggia, alla neve. La natura che ci mette malinconia, ma al contempo ci invita a tornare con la mente ai ricordi del passato, ai ricordi di famiglia... e ci sentiamo ancora una volta avvolti nel caldo tepore del focolare di casa. E quindi, autunno... tempo di ricordi. Ricordi di un'infanzia in cui si andava nel bosco con il "gerlì" a raccogliere le foglie cadute a terra. Eh sì, le foglie secche erano un elemento molto importante nella quotidianità dei nostri tempi. Con queste, infatti, veniva fatto il materasso su cui dormivamo... il famoso "paiù", o "stremas", come preferite voi! E poi si andava nel bosco anche a raccogliere i legnetti, quelli belli sottili, tanto importanti per accendere il fuoco... che come ben sapete era il centro della vita domestica... serviva per cucinare, per scaldare casa, per intiepidire quel letto così freddo e umido. Era il punto di ritrovo per la famiglia... le chiacchiere, il rosario intorno al fuoco per scaldarsi tutti insieme... E grazie a queste abitudini, oltretutto, i boschi erano perfettamente puliti e ben tenuti!!!
A quei tempi soldi non ce n'erano e quindi si era abili a utilizzare tutto ciò che la natura poteva donarci! E la natura autunnale aveva ancora così tante cose da offrire, prima dell'arrivo dell'inverno. E così, autunno... tempo di ultimi frutti: uva, mele, pere, nespole... le arance che terminano la loro maturazione. Autunno... tempo di profumi speciali... il mosto del vino, il fumo dei camini, le caldarroste, la nebbiolina che ti pizzica il naso...

Senza soldi, dunque, ma ricchi di ciò che la natura sapeva offrirci, ricchi di sensazioni profonde, di gioia e spensieratezza! E per finire, autunno… tempo di mani fredde, perché si andava a lavare i panni al fiume o al lavatoio… e l'acqua era sempre più fredda! Al solo pensiero ancora ci vengono i brividi.
Sicuramente anche a quei tempi c'erano persone più fortunate, famiglie più agiate, che dovevano fare meno sacrifici! Noi siamo nati e cresciuti nelle valli, mentre chi viveva in città aveva più possibilità economiche rispetto a noi e aveva anche più servizi a disposizione, come ci conferma chi è nato e vissuto a Bergamo. Persone diverse, famiglie diverse, origini diverse… ma siamo tutti qui a raccontarci con entusiasmo e un pizzico di nostalgia i tempi passati! Per noi questo momento di ritrovo e di conversazione è sempre occasione per raccontarci del nostro passato, per parlare della vita di un tempo, così differente da quella attuale, per confrontarci su quelle che erano le nostre abitudini e… per raccontare tutto ciò a voi, cari lettori!
Anche questa volta vi salutiamo con un grandissimo abbraccio e un arrivederci a presto!

a cura dei nonni di Casa Serena

LE CRONACHE DI CASA SERENA...

Il mese di ottobre è stato un mese speciale! Speciale perché è il mese dei nonni... speciale perché finalmente, dopo tanto, anzi troppo tempo, siamo tornati a vedere uno spettacolo nella nostra sala polivalente e, cosa ancor più bella, in compagnia dei nostri cari! Uno spettacolo emozionante, proprio dedicato a noi nonni! Eravamo in tanti in sala polivalente, non tanti quanti saremmo stati prima del COVID, ma comunque in tanti nonni circondati dai loro cari.

Lo spettacolo narrava le varie fasi della vita attraverso immagini, brani musicali e narrazioni... da quando si nasce, si cresce, si diventa adolescenti, ci si sposa, si invecchia... insomma, la famosa ruota che gira!

Uno spettacolo veramente bellissimo e ben fatto! C'erano 5 cantanti, tre donne e due uomini... Hanno cantato le canzoni di un tempo... ci siamo proprio emozionati! Qualcuno di noi si teneva per mano con i propri cari ed è scesa anche qualche lacrimuccia, tano eravamo emozionati.

Con questo spettacolo ci hanno trasmesso fiducia, ci hanno fatto sentire importanti e utili... alla fine gli ci hanno anche ringraziato... hanno detto "grazie a questi nonni"!

E noi vogliamo approfittare delle pagine di questo giornalino per fare i complimenti a chi ha creato questo spettacolo, ci ha permesso di vederlo e di emozionarci. Abbiamo applaudito con tutto il cuore e applaudiamo ancora oggi, mentre ne parliamo! Al termine dello spettacolo, per concludere in bellezza, ci siamo anche gustati una bella fetta di strudel in compagnia!

Ancora tanti complimenti a tutti!!!

a cura dei nonni di Casa Serena

PENSIERI E RICORDI D'AUTUNNO

L'autunno è quella stagione dell'anno dove le foglie si colorano di giallo paglierino, di rosso scuro, di marrone e arancione.
Le temperature si abbassano e gli animali vanno in letargo.
Le foglie cadono finché le piante restano nude, poi le foglie marciscono, riempiono il terreno, diventano secche e i bambini si divertono a pestarle.
In autunno la luce è più scura, iniziano le prime nebbie, il cielo è più velato.
Le giornate si accorciano e il sole tramonta prima.
Il terreno è più umido perché la notte è più lunga, c'è più brina e umidità.
Alcuni animali come il riccio, le vipere, le tartarughe, lo scoiattolo e il ghiro vanno in letargo.
Cambia anche l'umore, soprattutto nelle donne, alcune in meglio, alcune in peggio.
Si sistema l'armadio coi vestiti più pesanti e si fanno le pulizie d'autunno per far prendere aria alle coperte, ai cappotti e ai piumini.
settembre si va a funghi e i funghi più pregiati sono gli ovuli che sono meglio dei porcini. Se ne raccoglievano anche quindici chili in una giornata, una parte si mangiava, alcuni si mettevano sott'olio e altri si facevano seccare in modo da avere provviste per l'inverno.
In autunno si fa vendemmia: uva regina, uva bianca, uva isabella, uva di moscato, uva americana...
A novembre si raccolgono le patate.
Crescono le zucche, i cavolfiori, la verza, i ravanelli, i carciofi ma anche nespole, i cachi, il melograno, le noci , le nocciole, i fichi, le mele, le pere e le castagne forse regine di questa stagione!
Il profumo delle caldarroste è irresistibile e accompagnate con il vin brulè sono perfette.
A Casale si facevano i Biligòc, castagne seccate nel fumo e lasciate su una grata per quindici giorni; poi si facevano bollire e quando erano cotte si sciacquavano nell'acqua fresca.

Poi abbiamo cercato delle poesie sull'autunno e quella che ci è piaciuta maggiormente è questa di Rita Sabatini.

A utunno stagione incantata,
U midità che bagna l'aria profumata.
T imidi funghi che fanno capolino.
U va e melagrane che riempiono il cestino,
N oci e mandorle prelibate,
N occiole e castagne, che scorpacciate!
O ro che brilla nelle foglie addormentate.

I

Infine abbiano realizzato un quadro, sul tema dell'autunno, che abbiamo appeso in reparto, dove le foglie, insieme ad altri soggetti sono protagoniste proprio come ci ricorda questa poesia.

Magie di colori
Arancione, rosso e marroncino,
dorato, bruno e giallino,
l'autunno regala colori strepitosi
che hanno inspirato artisti famosi.
Tappeti di foglie e boschi incantati,
sfumature magiche e paesaggi fatati,
sono spettacoli della natura
che dipinge ogni cosa con grande cura.

a cura del Nucleo Alzheimer

Il Training cognitivo

Stimolazione cognitiva presso il Nucleo Alzheimer: premessa
Presso il Nucleo Alzheimer si svolge più volte a settimana un progetto di stimolazione cognitiva personalizzato per ogni utente e strutturato al fine di mantenere attiva la riserva cognitiva in un contesto relazionale sereno e positivo.
La riabilitazione neuropsicologica è un processo terapeutico rivolto a persone con deficit cognitivi/comportamentali/emotivi che ha lo scopo di ottenere il massimo grado di autonomia e migliorare il livello complessivo di funzionamento e la qualità di vita della persona e della famiglia.
Il training cognitivo è una parte del progetto riabilitativo che mira all'esercizio delle funzioni cognitive attraverso l'utilizzo di compiti specifici.

- Fonda i suoi presupposti teorici sulle proprietà plastiche del cervello;
- Si basa sul concetto di apprendimento (principio della ripetizione);
- Segue il principio della gradualità;
- Si avvale di metodi specifici volti all'esecuzione corretta dell'esercizio minimizzando possibili momenti di frustrazione (es. vanishing cues, spaced-retrieval, errorless learning)

INello specifico... L'attività di training cognitivo viene svolta individualmente (psicologa-ospite) ed è personalizzata sulla base dei deficit presenti, ma soprattutto sulla riserva cognitiva di ogni partecipante. È previsto l'ausilio del tablet come dispositivo per lo svolgimento di esercizi mirati, volti alla stimolazione delle funzioni cognitive. Ciascuna sessione prevede l'esecuzione di esercizi specificatamente scelti per allenare i processi cognitivi danneggiati o per potenziare le abilità residue, coinvolgendo anche l'ospite negli aspetti emotivo-comportamentali. Per ogni ospite destinatario del progetto vengono individuati dalla psicologa gli esercizi di volta in volta più utili a tali fini. Al termine di ogni sessione si registrano le difficoltà incontrate dall'ospite e i progressi osservati nel corso del tempo.
Questo progetto è rivolto ai residenti del Nucleo Alzheimer della Fondazione Gusmini di Vertova che gradiscono la relazione duale con l'operatore e che trovano al contempo sfidante e soddisfacente l'esecuzione di compiti cognitivi.
L'obiettivo della stimolazione cognitiva così organizzata è il mantenimento delle abilità cognitive residue e la stimolazione di quelle più deficitarie. Tra queste vi sono: le funzioni esecutive, le funzioni mnesiche, le abilità di linguaggio, orientamento spazio temporale, abilità prassiche e visuo-spaziali, la cognizione sociale e l'attenzione in tutte le sue componenti. Inoltre, ha l'obiettivo di stimolare le abilità relazionali e colloquiali in una situazione controllata e protetta con la psicologa.

a cura del Nucleo Alzheimer

E' arrivato l'autunno, una stagione che molti associano alla tristezza e alla malinconia per il periodo dedicato ai nostri morti o per il tempo uggioso ma che per noi invece è motivo di stupore e gratitudine.
I boschi si colorano di mille sfumature, dal giallo al rosso all'arancione creando un paesaggio che sembra dipinto e la natura ci ripaga con tante prelibatezze: funghi, uva, castagne, noci, nespole, cachi, fichi, melograno, nocciole e negli orti troviamo zucche e cavoli in diverse varietà.
Quando eravamo piccoli e c'era poco da mangiare, l'autunno era un periodo felice perché ricco di cibo, chi aveva la terra raccoglieva e chi non l'aveva…beh spesso si andava a raccogliere nei campi altrui.
GIACOMINA: io sono del 1925, inutile dire che a tavola bisognava accontentarsi, erano tutte famiglie numerose e tutti molto affamati. In autunno si poteva avere di più nel piatto e non c'era da sprecare nulla.
UMBERTO: In autunno nei campi si poteva trovare parecchio cibo anche se non si avevano i soldi, così noi bambini tenevamo d'occhio le piante più cariche e tutti insieme ci salivamo, ma ogni tanto arrivava il proprietario con il fucile.. che paura, avevamo 10/12 anni, non ci sparava addosso ma ci faceva correre.

VINCI: l'autunno mi piace, mi piacciono i colori e guardarmi in giro mi rilassa. Le temperature sono miti e più piacevoli dell'inverno. Quando ero bambina si andava a raccogliere le castagne che poi mia mamma cucinava bollite (ballotte) o arrosto (ghirole).

ROSA: Mia mamma ci dava le castagne a colazione con il latte, oppure faceva la minestra con i "peladèi" (castagne secche e pelate chiamate anche mondine)

ANGIULI': A me la frutta piace tutta ma quella di questa stagione ancora di più. Quando ero piccola andavamo da uno zio a raccogliere le castagne, poi mio papà faceva le "ghirole" oppure i "peladèi".

La preparazione consisteva nel mettere le castagne sbucciate (mondine) a bollire con una foglia di alloro e un po' di zucchero. Si lasciava bollire finchè il liquido si riduceva e si addensava. Le castagne prendevano un gusto dolciastro molto appetitoso.

BEPPE: io vengo da Milano e da quando sono qui in valle Seriana ho riscoperto l'autunno e i suoi colori. Mi piace sempre fare lunghe passeggiate col mio cane ma in autunno tutto sembra più magico.

a cura del Centro Diurno

Novembre "le nostre Tradizioni"

Il mese di Novembre che tutti pensano essere un mese triste e malinconico, è in realtà un mese di feste che però, purtroppo, in questi ultimi anni si sono un po' perse. Inizia con una festa dedicata a tutti i Santi. E' una festa cristiana che risale a tantissimi anni fa, Papa Gregorio III (731-741) scelse il primo Novembre come data dell'anniversario della consacrazione di una cappella in S.Pietro alle reliquie "dei Santi Apostoli e di tutti i Santi, martiri e confessori" In diversi paesi, compresa l'Italia; questo giorno è festivo.

Il giorno successivo, quello della Commemorazione dei defunti (2 Novembre), non è una festività nazionale ma è considerato dal calendario liturgico romano una solennità, preceduta da un tempo (nove giorni) di preparazione e preghiera in suffragio dei defunti, la cosiddetta "novena dei morti". Questa festa, che oggi è ancora molto sentita in altri paesi come nel sud America, anche in Italia era ricca di tradizioni: vi erano le Messe, si andava al cimitero in processione e ci si recava anche nei cimiteri dei paesi in cui erano sepolti i propri cari.

Tutta la famiglia era solita partecipare a queste funzioni e, anche se da ragazzi magari non sempre si aveva voglia, si andava ugualmente perché c'era molto rispetto per i defunti e forse anche un po' di paura perché i nostri anziani ci terrorizzavano sull'argomento della morte.

Queste non sono le uniche feste di questo mese, altra festa non religiosa ma altresì importante è il 4 Novembre in cui ricorre il "Giorno dell'unità nazionale e la giornata delle forze armate". Nel 1918 proprio in questo giorno si ricorda l'Armistizio di Villa Giusti e la fine della prima Guerra Mondiale. La festa venne istituita in pompa magna a partire dal 1919 fino al 1976 anno in cui venne rimosso dalle festività nazionali. Nella nostra memoria è ben impressa l'importanza del 4 Novembre, e il ricordo di tanti giovani che hanno dato la vita per la nostra Patria.

Quando eravamo piccoli era festa grande! Spesso c'erano matrimoni perché tutti erano a casa e così non si perdevano giornate lavorative per partecipare alle nozze. Noi bambini correvamo fuori dalla chiesa sia per vedere gli sposi ma soprattutto perché era usanza buttare dei confetti che noi bambini prontamente raccoglievamo per farne scorpacciate. Sempre in questa giornata in corteo, con tutte le autorità, si andava al Monumento dei caduti accompagnati dalla Banda e si deponeva una corona di fiori. Questa è una cerimonia che si svolge ancora oggi ma la partecipazione dei cittadini è sempre più scarsa.
Quindi Novembre dovrebbe essere ricordato come un mese di feste e ricorrenze, ricco di tradizioni che ci auguriamo non vengano perse!

a cura del Centro Diurno

RICETTA
I BISCOTTI DEI NONNI

Ecco qui dei biscotti super morbidi e golosi che faranno impazzire i nonni e non solo!

Volevamo consigliarvi i “biscotti dei nonni”. Son dei biscotti morbidi al limone. Noi li facciamo ogni tanto e ne andiamo ghiotti.
Gli occorrenti sono:

-1+½ uova
-450 g farina 00
-150 g zucchero
-150 g olio di semi di girasole
-12 g lievito per dolci
-1+½ limoni per scorza e succo
-zucchero a velo q.b. per decorare

Innanzitutto uniamo uova e zucchero e, dopo aver mescolato energicamente, aggiungiamo l’olio. In seguito aggiungiamo la scorza e il succo di limone e, nuovamente, mescoliamo il tutto.
Il passaggio successivo sarà aggiungere farina e lievito e amalgamiamo tutto il composto. Lasciamo riposare e poi formiamo delle piccole palline e aggiungiamo lo zucchero a velo che saranno da cuocere in forno preriscaldato a 170° C per circa 12 minuti.

a cura del Mantenimento

22 Ottobre 2022

SPETTACOLO : IL CERCHIO DELLA VITA

Il primo vero spettacolo dopo il covid con i nostri parenti !!

Il due ottobre è stata la FESTA dei NONNI.
Non solo si è festeggiato quel giorno ma è stato un intero mese di festa per noi.
"È stato molto bello festeggiare i nonni. Per me essere nonna vuol dire insegnare i valori della vita ai miei nipoti. Sono orgogliosa di essere nonna tre volte. Nella giornata di domenica 23 Ottobre abbiamo festeggiato i nonni in sala polivalente. È stato bello ripercorrere tutte le tappe della vita, dalla nascita, alle scuole, al matrimonio fino all'età anziana. Mi son molto emozionata."
"Non bisogna avere per forza dei nipoti per essere nonni.

Un nonno è una persona che ha sulle spalle una grande esperienza ed è saggio. La festa in sala polivalente è stata molto
"La festa di domenica è stata molto bella, mi son divertita. È stato bello ripercorrere tappe fondamentali con un sottofondo canoro."

Abbiamo provato, con diverse parole, a definire cosa vuol dire essere nonni: -VIVERE
-CONDIVIDERE
-COCCOLARE
-VIZIARE
-EDUCARE
-INSEGNARE
-GUIDARE
-CONDIVIDERE
-AMORE
-FORTUNA

a cura del Mantenimento

BUON COMPLEANNO

NUCLEO ALZHEIMER

AUDILIA	IL 5	COMPIE 89 ANNI
LAURO V	IL 19	COMPIE 73 ANNI
GIOVANNI S	IL 28	COMPIE 79 ANNI

CENTRO DIURNO

UMBERTO B	IL 25	COMPIE 92 ANNI

IDR MANTENIMENTO

ALBERTINA R	IL 6	COMPIE 75 ANNI

Tanti Auguri

FAREMO FESTA TUTTI INSIEME
MERCOLEDI 30 NOVEMBRE
ORE 15.00 IN ANIMAZIONE

BUON COMPLEANNO

Novembre

COMUNITA' CRM

TIZIANA	IL 10	COMPIE 37 ANNI
MARCO	IL 13	COMPIE 57 ANNI

COMUNITA' CPM

ROBERTO C	IL 7	COMPIE 55 ANNI
ALBERTO	IL 29	COMPIE 35 ANNI
ALICE	IL 30	COMPIE 34 ANNI

COMUNITA' CPA

GIANPIERO	IL 9	COMPIE 59 ANNI

Tanti Auguri

FAREMO FESTA TUTTI INSIEME
MERCOLEDI 30 NOVEMBRE
ORE 15.00 IN ANIMAZIONE

NOVITA' DELLE ATTIVITA'
DELL'ANIMAZIONE DI DICEMBRE

COSA BOLLE IN PENTOLA ?

FESTE, LABORATORI, GIOCHI, CINEFORUM.....

LABORATORI MANUALI

LUNEDI 5

ORE 14.30/16.30 PER TUTTI I REPARTI

GIOCHIAMO A BOCCE

MERCOLEDI 28

ORE 14.30/16.30 PER TUTTI I REPARTI

CORO ARCOBALENO

LUNEDI 5

ORE 10.00/11.00 PER TUTTI I REPARTI

SCUOLE ELEMENTARI DI VERTOVA

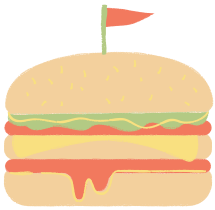
MARTEDI 20

ORE 10/11.30 CANZONI ITINERANTI
PER TUTTI I REPARTI

PRANZI SPECIALI IN ANIMAZIONE

MERCOLEDI 21

ORE 12.00 PER LE COMUNITA'



APERITIVO IN MUSICA DI NATALE

GIOVEDI 22

ORE 15.00/16.30 PER LE COMUNITA'

PRANZI SPECIALI DI SANTA LUCIA

MARTEDI 13

ORE 9.30 E POI ORE 12.00
PER IL GERIATRICO

FESTA DEI COMPLEANNI
E ULTIMA FESTA DELL'ANNO

VENERDI 30

ORE 15.00 PER TUTTI I REPARTI

SPETTACOLO DI NATALE

SABATO 17

ORE 15.30 PER CDI E CASA SERENA

SPETTACOLO DI NATALE

DOMEMENICA 18

ORE 15.30 PER NUCLEO E IDR