

SerenaMente

Periodico della Fondazione E. Germani a cura degli ospiti del Centro Diurno SerenaMENTE - 29 Febbraio 2024 - n° 4



Il periodico del
Centro Diurno SerenaMENTE

Benvenuti in questo angolo di creatività e condivisione, dove i nostri partecipanti trovano ispirazione, esprimono le proprie idee e celebrano la loro esperienza al Centro Diurno.

Qui ogni giorno è un'opportunità per scoprire nuove passioni, coltivare amicizie e celebrare vittorie grandi e piccole. *SerenaMente* è uno specchio di queste esperienze, un luogo dove le storie del Centro Diurno prendono vita.

Buona lettura!

San Valentino: è vero amore?

Di Alberto Morandi.

Esistono tanti tipi di “amore” però noi siamo abituati a identificare l'amore solo nell'incontro tra un uomo e una donna, come ricorda il celebre quadro di Klimt, mentre sono fermamente convinto che esistono tanti tipi di amore.

Paolo e Francesca si riconoscono solo per l'amore fine a se stesso.

Il Conte Ugolino “la bocca sollevò dal fiero pasto...”, rappresenta la sublimazione dell'amore egoistico (Dante, XXXIII canto Infero della Divina Commedia).

Mentre secondo me l'Amore in senso assoluto ce l'ha dimostrato Gesù Cristo morendo per salvare il genere umano.

Ha ragione San Lorenzo nella preghiera alla Madonna nel XXXIII canto del Paradiso, che recita “vergine madre figlia di suo figlio...”, perché intende l'amore come obbedienza assoluta a Dio finalizzato alla salvezza di tutta

l'umanità creando le premesse di considerare l'amore “la gloria di colui che tutto move” (I canto Paradiso) e “l'amor che move il sole e l'altre stelle” (XXXIII canto Paradiso).

La gloria di cui parla Dante è la forza che regge il mondo, quindi possiamo intendere che quello è l'amore che regge il mondo.

Dante pur non essendo un fervido credente, aveva forse capito la vera essenza dell'amore.

Se ogni essere umano fosse più semplice ed avesse maggiore apertura mentale e meno egoismo, soprattutto ognuno di noi si convincesse che siamo solo di passaggio in questo mondo e intendesse la vita con maggiore serenità e semplicità vivremmo tutti meglio perché metteremmo in pratica il comandamento fondamentale di Dio cioè *ama il prossimo tuo come te stesso*.

San Valentino, 14 Febbraio

San Valentino è un giorno dedicato all'amore romantico. "Ho sempre regalato a mia moglie fiori, cioccolatini e magari preparavamo una cenetta in casa" (Giannino).

"Per il giorno di San Valentino ho ricevuto l'anello di fidanzamento e io ho ricambiato mio marito con tantissimi baci." (Nella)

Maria scriveva al fidanzato lettere d'amore ed era ricambiata.

Secondo noi l'amore non si festeggia solo quel giorno ma per tutta la vita. Adesso è tutto diverso, sembra che fare un dono o portare a cena il proprio amato o la propria amata sia diventata un'abitudine.

Vogliamo ricordare una donna che nella sua vita ha amato tanto e tutti, Madre Maria Teresa di Calcutta, con una sua celebre frase: **"non esiste povertà peggiore che non avere amore da dare"**.



Sara, Giannino, Nella, Giuseppe, Maria.

Il Ponchielli per la Grande Età



I Legnanesi

sono un gruppo teatrale italiano famoso per le loro commedie dialettali ambientate a Legnano, una città situata nella provincia di Milano. Il gruppo è noto per le sue rappresentazioni che mescolano umorismo, satira e tradizioni locali.

Le commedie dei Legnanesi spesso trattano temi legati alla vita quotidiana, alla cultura popolare e alle dinamiche sociali della regione lombarda.

Tra i temi trattati l'utilizzo del cellulare da parte dei giovani "spegniamo i cellulari e iniziamo a pensare con la nostra testa" esclama la *Teresa* innalzando un applauso condiviso da tutto il pubblico.

Infine la *Teresa* ha iniziato un lungo applauso "questo è per voi, voi siete le nostre radici!".



Il Ponchielli per la Grande Età (2)

Al Centro Diurno, abbiamo atteso il giorno dello spettacolo, prendendo cura di ogni dettaglio dell'uscita: pianificando gli orari di partenza e di ritorno a casa, le signore chiedevano consigli di abbigliamento. Il giorno dello spettacolo è stato un momento di gioia e festa. Prima di recarci al teatro, ci siamo fermate da Sara, che ci ha acconciato i capelli con cura e ha dato gli ultimi ritocchi al nodo della cravatta di Giuseppe. Le signore portavano con sé le loro borsette, contenenti gli oggetti personali, e indossavano con orgoglio collane e spille, preparandosi al meglio per questa speciale occasione. Per alcune di noi, era la prima volta che avremmo varcato le porte del grande teatro cittadino; per altre, invece, era passato un decennio o più dall'ultima volta che avevamo avuto l'opportunità di assistere a uno spettacolo simile.

Debora, Alberto, Maria R., Maria T., Giuseppe, Rosanna.



L'arte del creare

Ascoltare una musica non è una pratica fine a se stessa.

L'ascolto può essere anche un punto da cui partire per poter creare un nuovo testo musicale.

Così, scegliendo alcune parole delle canzoni a noi care e musicandole tra loro, abbiamo creato i testi di queste due canzoni, che a loro volta, sono stati musicati e cantati.

Annalisa



Tu e luna

Questa notte,
sotto il raggio della luna,
sei più bella di una stella.
Nel tuo incedere elegante,
c'è tanta poesia,
come galleggiare
su di un manto di rose...
ed anche se cadesse il mondo
io vivrei solo per te
solo per te...amore!

Giuseppe e Alberto

L'arte del creare

L'amore brilla

Ci amiamo da tanti anni
quando ti guardo
i miei occhi brillano
lucidi come lucciole
in una notte buia.
E fantastico sulla vita,
sogno le cose belle
e apro le porte del mio cuore,
dove, con le mani dell'amore,
ti condurrò.

Adamo



Se volete ascoltare e non solo leggere i testi, vi invitiamo a venire a trovarci al Centro Diurno. Ci farà piacere condividere con voi la nostra creatività, che rimane sempre viva in noi.

Adamo, Alberto, Annalisa, Giuseppe

San Biagio, 3 Febbraio

Biagio di Sebaste fu un Vescovo, venerato come Santo nella Chiesa Cattolica. “In molte chiese i sacerdoti benedivano la gola usando due candele incrociate” (Lucia).

“San Biagio è protettore degli animali e delle attività agricole” (Nella), “in alcune famiglie si conservava una fetta di panettone da mangiare il giorno di San Biagio.



San Biagio fece dei veri e propri miracoli, quello ricordo un bambino che rischiò di soffocarsi per una lisca di pesce” (Carla), “lo salvò dandogli una briciola di pane. Per questo motivo diventò tradizione benedire le gole dei bambini in suo nome il 3 febbraio” (Lucia).

Sara, Nella, Lucia

Carnavale



Nelle campagne era usanza festeggiare carnevale banchettando con i *bumbunin*. Li portavamo dentro ad un cesto detto *cavagn* e il padrone della cascina portava il vino in una damigiana e del *pan biscut*. Si giocava a carte, a tombola e qualcuno si prendeva la *ciuca*.

Per carnevale non potevamo mangiare la carne (*anca se ghe n'era poca o mia*), perché era il periodo che precedeva la quaresima, *mia cuma ades che se mangia de tut*.

Alla televisione mostrano i carri e tante mascherine in diverse città. Noi ci ricordiamo: ARLECCHINO, COLOMBINA e PULCINELLA.

Ai nostri nipotini facciamo la *paghetta* per comprare coriandoli e stelle filanti.

A carnevale è tradizione preparare li *latughi*, i *bumbunin*, i *bariculin* e i *uset*.

Sara, Nella, Giannino, Matilde, Lucia, Maria, Giuseppe



La cucina delle tradizioni

Bombonini

Ingredienti:

- 800 g farina 00
- 200 g fecola di patate
- 200 g strutto
- 100 g burro
- 8 tuorli
- 2 albumi montati a neve
- 450 g zucchero
- 3 cucchiaini di farina fioretto
- 1 bustina di lievito
- buccia di 1 arancia
- buccia di 1 limone

Preparazione:

Impastare come una frolla. Lasciare riposare per 1 ora poi stendere sulla spianatoia a spessore non troppo sottile.

Cuocere in forno a 180° per 15 minuti.

Maria R., Maria T., Sara



L'oroscopo del mese



Ariete

I nati sotto questo segno non stanno mai fermi, vi vediamo tra balli e salti mortali chi vi ferma più? Niente paura se non tutti vi capiscono avete 57 personalità, è normale...

Toro

Come sempre la vostra testardaggine vi porterà a fare e rifare le cose sempre a modo vostro, sbagliate! Ma sempre a modo vostro. Vi dicono che siete lunatici, ma quando sorridete siete il sole.

Gemelli

La luna vi porterà fortuna, è il momento di stupire tutti, se avete qualche numero vincente da suggerire, magari!!!

Cancro

Questo mese sarete piuttosto nervosi, niente paura tutto passa, nel frattempo teniamo le distanze non si sa mai...

Leone

Giove entra nel vostro segno, sarete fortunati in amore e nel gioco. Solo che né i vostri coniugi, né il conto corrente se ne accorgeranno.

Vergine

Urano e Plutone si sono alleati per rendervi la vita un inferno, bene: doccia fredda tutti i giorni e ritornerete come nuovi!

Bilancia

Come al solito vi piace aiutare gli altri a dare consigli, ma se sono gli altri a darli a voi apriti o cielo! Il vostro caratterino si fa notare spesso! Il vostro motto? Barcollo ma non mollo!

Scorpione

Gli astri sono tutti d'accordo: dovrete essere eliminato dall'oroscopo per qualche mese. Troppa negatività. Ma come facciamo poi con il giornalino? Ok astri, riprovatici!

Sagittario

Riuscireste ad essere positivi anche con la casa in fiamme. Bravi continuate così, attenzione un controllo in più ai fornelli del gas!

Capricorno

Mercurio ce l'ha con voi, vi trova simpatici solo se bevete un grappino in più, ma noi vi troviamo simpatici anche semplicemente se bevete solo the.

Acquario

Settimana al top! Vi sentirete pieni d'energia, ballerete convinti di essere un ballerino hawaiano. Canterete credendovi Pavarotti. Ecco faremo controllare la terapia.

Pesci

La dea bendata vi ha abbandonato, possibilità di essere fortunati zero. E' più facile cje vi investa uno struzzo! O che il vostro cane inizi a miagolare. Coraggio il prossimo mese sarà migliore.

Sara

La nostra redazione



Crediamo nella validità e nella possibilità che hanno le persone anziane o quelle che vivono a contatto con esse di essere informate e di conoscere bene come si può invecchiare serenamente e senza disperdere il bagaglio di conoscenza che durante la nostra vita ognuno ha fatto.

Ogni persona anziana è prima di tutto laureata all'università della vita.

Alberto

Il Centro Diurno SerenaMENTE è un servizio socio-sanitario semiresidenziale che si configura come luogo di assistenza e cura nelle ore diurne destinato a persone con diagnosi di demenza, di varia eziologia, di grado lieve/moderato associata a sintomi psicologici e del comportamento difficilmente gestibili dal nucleo familiare a domicilio. L'obiettivo è quello di promuovere la qualità della vita, salvaguardare la dignità della persona, tutelare la sua sicurezza, finalizzando in tal senso l'organizzazione del lavoro e la disposizione degli spazi che ricordino la "casa" per mantenere il più a lungo possibile i livelli di autonomia nelle attività della vita quotidiana, puntando a risolvere o ridurre i disturbi comportamentali attraverso interventi individualizzati.

LA NOSTRA REDAZIONE:

Debora, Sara, Alberto, Giuseppe, Maria T., Maria R., Rosanna, Nella.

Hanno contribuito alla realizzazione del giornale le signore e i signori del Centro Diurno.