Serenamente

Periodico della Fondazione E. Germani a cura degli ospiti del Centro Diurno

MAGGIO/GIUGNO 2026

Le nostre gite

Ogni uscita è un'occasione preziosa per condividere esperienze, rafforzare relazioni e promuovere la partecipazione alla vita comunitaria.





Il tempo dei ricordi

Tra Festa del Lavoro, Repubblica, amicizia e famiglia, un percorso di memorie e valori senza tempo.

13 MAGGIO: MADONNA DI FATIMA

Ricordo con molta vividezza che il 13 maggio 1981 è successo un evento drammatico: papa Giovanni II ha subito un attentato, è stato colpito da un proiettile. Per fortuna i medici gli hanno salvato la vita, ma lui ha voluto che il proiettile che gli hanno estratto fosse incastonato nella corona della Madonna di Fatima.

Tornando ancora più indietro nel tempo, il 13 maggio 1917, in Portogallo, la Madonna è apparsa a tre fratellini, Jacinta, Lucia e Francisco mentre stavano giocando e assistendo il loro gregge.

Quel giorno verso mezzogiorno dopo essere stati a messa videro due fenomeni luminosi ed una bellissima signora splendente più del sole.

Lucia le chiese da dove venisse e la signora le rispose che veniva dal cielo.

Questa è stata la prima apparizione di sei della Madonna di Fatima. E' sempre apparsa il 13 di ogni mese.

Nel 1930 il vescovo di Leira autorizzò il culto della Madonna di Fatima.

Nel 1983 ho avuto il piacere di visitare la cappella che fu costruita, per desiderio della Madonna, nel luogo delle apparizioni.

La guida che mi ha accompagnato mi ha raccontato che in passato i pellegrini arrivavano dal piazzale dove successivamente è sorto il parcheggio alla cappella stessa in ginocchio, riportando spesso le ferite causate dai ciottoli.

Ho visitato anche la basilica che si trova lì vicino, dove sono sepolti Jacinta e Francisco, due dei tre fratellini portoghesi, morti in giovane età.

Lucia invece morì in età avanzata.

E' stata un'esperienza molto suggestiva che ricordo sempre con piacere. E' un luogo che sa regalare grande pace e tranquillità.

Virginia Conti



Primo Maggio

I lavori di una volta

In occasione della Festa dei Lavoratori del 1° Maggio, abbiamo ricordato i mestieri di una volta, raccontati dai signori e dalle signore del centro diurno.
Tra i ricordi sono emersi mestieri oggi quasi scomparsi, come il contadino, il calzolaio, il falegname e il fabbro.



Molti hanno raccontato del proprio lavoro svolto con passione e dedizione: come Francesco di professione bergamino, amava prendersi cura di tutti gli animali. Andreina ricorda con soddisfazione il suo primo mestiere, prima di sposarsi serviva una famiglia come bambinaia.



Maria preparava con passione il pranzo nelle scuole. Lavori spesso impegnativi e ricchi di sacrifici, ma anche fonte di soddisfazione.

È stata inoltre un'occasione per condividere competenze, esperienze e passioni coltivate nel corso della vita, valorizzando ciò che ognuno sa fare e può ancora offrire.



Maria, Andreina e Rosanna hanno ripreso al Centro Diurno l'attività della maglia. Achille racconta la sua passione per la pesca, che continua a stimolare la sua creatività. Lucia condivide il piacere della cucina, in particolare nella preparazione di marubini e tagliatelle.

Emilia ricorda le competenze acquisite nella cura della casa, mentre Nella parla dell'abilità nel disegno con i pastelli, sviluppata negli ultimi tempi. Bruna, infine, racconta la sua esperienza nella cura dei fiori e la capacità di relazionarsi con i clienti, competenze che ha affinato nel corso della sua vita.





Festa della Mamma

Legami significativi: un viaggio tra ricordi ed emozioni

La Festa della Mamma è stata per noi un'occasione speciale per ricordare e condividere le tante storie che hanno accompagnato la vita di ciascuno. Attraverso racconti, fotografie e momenti di confronto, abbiamo ripercorso esperienze legate alla famiglia, all'amicizia e al matrimonio, riscoprendo il valore dei legami che hanno segnato il cammino di ciascuno.

Sono emersi ricordi affettuosi delle mamme, dei figli e dei nipoti, ma anche delle amicizie nate nel corso degli anni e dei rapporti costruiti con impegno, rispetto e affetto reciproco. Non sono mancati i racconti dei fidanzamenti e dei matrimoni di un tempo, vissuti in un contesto sociale diverso ma caratterizzati dagli stessi sentimenti che ancora oggi uniscono le persone.











Particolarmente emozionante è stato il momento in cui alcuni ospiti hanno deciso di mostrare al gruppo i propri album di nozze e fotografie della propria infanzia. Sono riaffiorati ricordi preziosi, racconti di giornate speciali e testimonianze di relazioni significative.

L'incontro ha offerto l'opportunità di riflettere sull'importanza delle relazioni umane e dei valori che si tramandano di generazione in generazione.









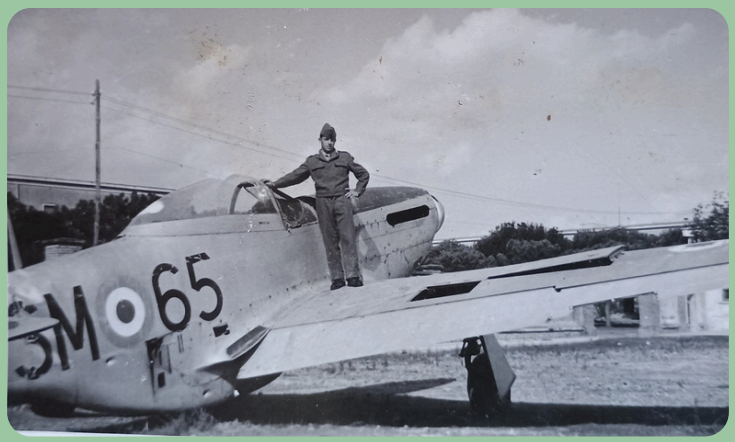


Festa della Repubblica



In occasione della Festa della Repubblica, Francesco ha condiviso con noi un prezioso ricordo della sua esperienza militare alla Cecchignola di Roma nei primi anni Sessanta. Scelto per partecipare al corteo del 2 giugno come conducente di un camion militare, conserva ancora oggi l'emozione di quella giornata speciale, tra bande musicali, applausi e l'orgoglio di rappresentare il proprio reparto.





Francesco, quando partecipò alla Festa della Repubblica a Roma?
Credo fosse il 1960 o il 1961, non lo ricordo con precisione. In quel periodo ero in servizio alla Cecchignola, nella Città Militare di Roma, presso il 3° Km Autoreparto del Servizio Divisione Autieri.

Quale fu il suo ruolo durante la manifestazione?
Guidavo un camion militare, un Fiat 632 N2, decorato con una bandiera. Era un incarico importante e richiedeva molta attenzione.

Come si svolgeva la sfilata?
C'era un tratto obbligato dove sfilavano tutti i reparti militari. Il percorso era organizzato e ogni mezzo doveva mantenere la propria posizione.

Ricorda qualche particolare di quel giorno?
Non ricordo chi fosse il Presidente della Repubblica di allora, ma ricordo molto bene i comandanti e i generali schierati per assistere alla sfilata. Io ero concentrato soprattutto sulla guida: dovevo seguire con precisione le righe tracciate a terra per non sbagliare.

Che mansioni svolgeva nel suo reparto?
Ero addestrato alla guida di mezzi militari ma principalmente svolgevo servizi a favore delle famiglie dei comandanti. Ricordo con piacere che fui scelto dal tenente per partecipare a quella importante manifestazione.

Quali emozioni provò?
Ero molto emozionato. La gioia più grande era sentire gli applausi della gente e le bande musicali che suonavano lungo il percorso.

A distanza di oltre sessant'anni, Francesco conserva ancora nella memoria l'orgoglio di aver rappresentato il proprio reparto durante una delle celebrazioni più importanti della Repubblica Italiana. Il rombo dei motori, le uniformi, le bande musicali e gli applausi del pubblico continuano a essere immagini vive di una giornata che ha segnato la sua giovinezza e il suo servizio militare.

In viaggio insieme: esperienze che arricchiscono la persona

Negli ultimi mesi abbiamo vissuto diverse gite che hanno regalato ai nostri ospiti momenti di svago, condivisione e scoperta. Ogni uscita è stata un'occasione preziosa per stare insieme, coltivare relazioni significative e valorizzare le storie di vita di ciascuno.



La prima tappa ci ha portati a Cremona, città tanto vicina alle storie di ogni partecipante. Durante la visita abbiamo ammirato la maestosa Cattedrale. “Entrando, lo sguardo è stato subito catturato dal grande altare dedicato all'Assunzione della Beata Vergine Maria. Ai lati si innalzavano due imponenti pulpiti, affiancati dalle infinite canne dell'organo che rendevano l'ambiente ancora più solenne e suggestivo. Uscendo dal portone principale, abbiamo potuto osservare una rappresentazione della morte di Gesù Cristo, un'immagine che ha suscitato riflessioni ed emozioni profonde” Andreina.









La giornata è poi proseguita con il pranzo presso l'Osteria dell'Agnello dell'Associazione Fratelli Tutti, occasione durante la quale non sono mancati i complimenti alla cuoca Clara per l'ottimo pranzo preparato.


















Un'altra esperienza particolarmente sentita è stata la gita a Tornata, dove siamo stati calorosamente invitati dalla famiglia del nostro Bruno. Abbiamo visitato la chiesa del paese e successivamente condiviso un gustoso pranzo in cascina. La giornata è stata resa ancora più speciale dalla musica dal vivo e dall'esposizione di macchinari agricoli, che hanno suscitato curiosità, ricordi e racconti legati alle esperienze di vita e al lavoro nei campi di molti dei nostri ospiti.
Un grande ringraziamento a Simona, che ha curato questa giornata nei minimi dettagli, rendendola accessibile, accogliente e confortevole per tutti i partecipanti.















La terza uscita ci ha condotti a Desenzano del Garda. Passeggiare lungo il lago e respirare un'aria diversa ha rappresentato un momento di benessere e serenità. Non è mancata l'occasione di acquistare un piccolo souvenir da portare a casa come ricordo della giornata, prima di concludere l'esperienza con un piacevole pranzo al ristorante in compagnia...



























Queste gite confermano quanto sia importante offrire occasioni che mettano al centro la persona, i suoi interessi, le sue emozioni e la sua storia. Uscire dal contesto quotidiano, incontrare nuove realtà e condividere esperienze favorisce il benessere, stimola la socializzazione e crea ricordi che continuano a vivere nei racconti e nei sorrisi dei giorni successivi.
Perché ogni viaggio, vicino o lontano che sia, è soprattutto un'opportunità per stare bene insieme.

La nostra cucina: la focaccia di cipolle di Lia e Aldo.









Ingredienti (per una teglia)
500 g di farina 0 (oppure metà farina 0 e metà manitoba)
7 g di lievito di birra secco (oppure 20 g di fresco)
300 ml di acqua tiepida
3 cucchiai di olio extravergine d'oliva
1 cucchiaino di zucchero
2 cucchiaini di sale
2 cipolle grandi (bianche o dorate)
Rosmarino (facoltativo)



Preparazione
In una ciotola versa l'acqua tiepida, lo zucchero e il lievito.
Aggiungi la farina poco alla volta.
Unisci il sale e l'olio.
Mescola con un cucchiaio e poi impasta per 5-10 minuti, finché diventa morbido.
Lascia lievitare Coprendo la ciotola con un canovaccio.
Lascia riposare circa 1 ora e mezza, finché l'impasto raddoppia di volume.
Prepara le cipolle, affettandole sottilmente.
Cuocile in padella con un cucchiaio d'olio a fuoco basso, finché diventano morbide.
Ungi una teglia e stendi l'impasto con le mani.
Distribuisci sopra le cipolle.
Premi leggermente con le dita per creare le classiche fossette.
Aggiungi un filo d'olio e, se piace, un po' di rosmarino.
Seconda lievitazione
Lascia riposare altri 20-30 minuti.
Cottura
Cuoci in forno già caldo a 200 °C per 25-30 minuti, finché la superficie è dorata.

Le stelle dell'estate

Ariete ♈

Estate dinamica, con voglia di muoversi e provare qualcosa di nuovo. Buon periodo per viaggi brevi e attività all'aperto. In amore, spontaneità e sincerità saranno i punti di forza.

Toro ♉

Saranno protagonisti il relax e il piacere delle piccole cose. È il momento ideale per dedicarsi alla buona cucina, alla natura e agli affetti più cari.

Gemelli ♊

Estate ricca di incontri, conversazioni e nuove conoscenze. La curiosità ti porterà in luoghi interessanti e potrebbe nascere un'amicizia speciale.

Cancro ♋

Un periodo favorevole per la famiglia e la casa. Le emozioni saranno intense, ma anche fonte di ispirazione e serenità.

Leone ♌

Il tuo carisma sarà al massimo. Sarai al centro dell'attenzione e avrai molte occasioni per divertirti. Ottimo momento per coltivare un hobby creativo.

Vergine ♍

L'estate invita a rallentare. Organizzare una vacanza tranquilla o dedicarsi al benessere fisico e mentale porterà ottimi risultati.

Bilancia ♎

Atmosfera leggera e piacevole. Le relazioni saranno favorite e sarà più facile trovare equilibrio tra svago e impegni.

Scorpione ♏

Potresti sentire il desiderio di cambiare qualcosa nella tua routine. L'estate offre occasioni per rinnovarsi e guardare avanti con fiducia.

Sagittario ♐

Spirito d'avventura in primo piano. Viaggi, escursioni e nuove esperienze renderanno questa stagione particolarmente vivace.

Capricorno ♑

Dopo mesi intensi, è il momento di concedersi una pausa. Anche un breve periodo di riposo potrà ricaricare le energie.

Acquario ♒

Idee originali e voglia di sperimentare. Le amicizie avranno un ruolo importante e potrebbero aprire nuove opportunità.

Pesci ♓

Estate romantica e ricca di fantasia. Attività artistiche, passeggiate vicino all'acqua e momenti di tranquillità saranno particolarmente appaganti.

Buon compleanno Nella, Emilia, Matilde!



Hanno collaborato alla realizzazione del giornale i signori e le signore del Centro e tutta l'equipe. Il Centro Diurno SerenaMENTE è un servizio socio-sanitario semiresidenziale che si configura come luogo di assistenza e cura nelle ore diurne. L'obiettivo è quello di promuovere la qualità della vita, tutelare la sicurezza e salvaguardare la dignità della persona.

Per informazioni chiamare il Centro Diurno al numero 0375-9602256

Periodico della Fondazione E. Germani a cura degli ospiti del Centro Diurno