

*A.P.S.P. SAN GIOVANNI
- MEZZOLOMBARDO -*

LA NOSTRA VOCE



*Pubblicazione interna
Anno XIX - NATALE 2023*

DAL CONSIGLIO DI AMMINISTRAZIONE

LA SECONDA FASE DEL NOSTRO CAMMINO!

L'insediamento del nuovo Consiglio di Amministrazione, in questo mandato ha avuto un passaggio di consegne solo formale perché di fatto noi tutti componenti del precedente Consiglio abbiamo dato la nostra disponibilità a proseguire, con conseguente conferma dall'Amministrazione Comunale.

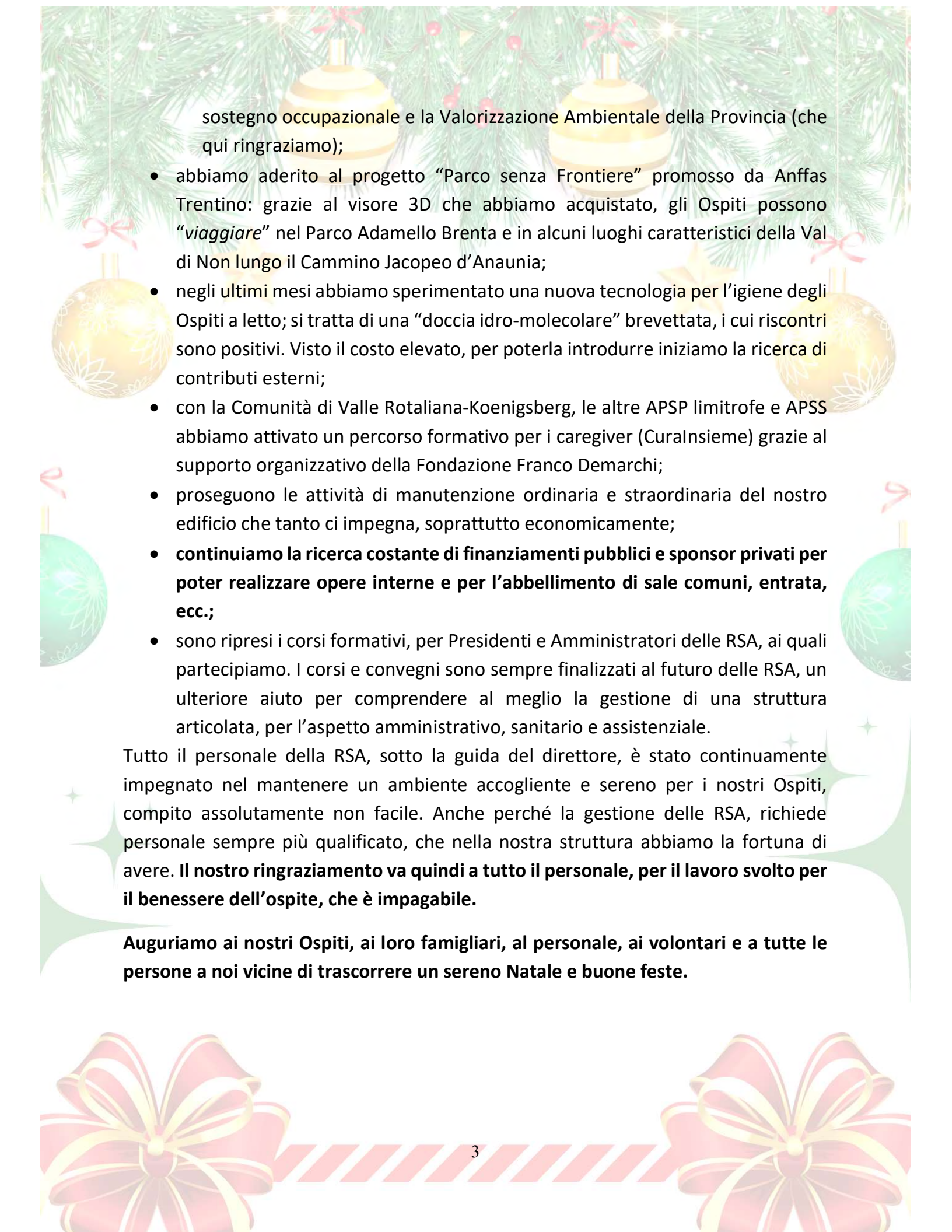
Il nostro primo insediamento è avvenuto il 12 luglio del 2018, siamo partiti con molto entusiasmo e allo stesso tempo con la consapevolezza di dover imparare molto, ma disposti a condividere le proprie competenze e le proprie esperienze con l'impegno e l'obiettivo di gestire al meglio l'Ente.

Ricordiamo qualche progetto che abbiamo realizzato nel primo mandato: abbiamo visto concretizzarsi un progetto importante, lo sviluppo del Nucleo Alzheimer, un luogo studiato e organizzato con personale adeguatamente formato, che con l'aiuto del nostro psicologo garantisce ai nostri ospiti colpiti da questo disturbo una vita migliore; nel 2019 ha visto concretizzarsi anche la Certificazione Family Audit; abbiamo rinnovato l'arredamento della sala caffè e separato la sala da pranzo; abbiamo stanziato dei soldi per rallegrare le domeniche con la musica e attività varie con l'aiuto delle animatrici e volontari. Abbiamo creato una rete di collaborazione a partire dagli asili nido, scuole elementari e tante altre attività, con associazioni, cori, e feste varie, il tutto per rendere speciali le giornate e cercare di trasmettere emozioni e allegria ai nostri ospiti.

Purtroppo in parte i nostri progetti, sono stati interrotti dal periodo Covid-19 che ci ha fortemente messo alla prova, soprattutto sotto il profilo emozionale e finanziario. Far fronte all'emergenza sanitaria ci ha impedito, di fatto, di occuparci di nuovi progetti, ma se quel periodo ci ha spaventato, allo stesso tempo ha anche contribuito alla nostra formazione, ci ha arricchiti e motivati a proseguire.

Parte quindi da qui, la nostra decisione di continuare il percorso iniziato cinque anni fa, per completare l'esperienza già vissuta e proseguire con tanti altri progetti:

- stiamo sviluppando un progetto di miglioramento del giardino della struttura grazie al supporto organizzativo e finanziario del Servizio per il



sostegno occupazionale e la Valorizzazione Ambientale della Provincia (che qui ringraziamo);

- abbiamo aderito al progetto “Parco senza Frontiere” promosso da Anffas Trentino: grazie al visore 3D che abbiamo acquistato, gli Ospiti possono “viaggiare” nel Parco Adamello Brenta e in alcuni luoghi caratteristici della Val di Non lungo il Cammino Jacopeo d’Anaunia;
- negli ultimi mesi abbiamo sperimentato una nuova tecnologia per l’igiene degli Ospiti a letto; si tratta di una “doccia idro-molecolare” brevettata, i cui riscontri sono positivi. Visto il costo elevato, per poterla introdurre iniziamo la ricerca di contributi esterni;
- con la Comunità di Valle Rotaliana-Koenigsberg, le altre APSP limitrofe e APSS abbiamo attivato un percorso formativo per i caregiver (CuraInsieme) grazie al supporto organizzativo della Fondazione Franco Demarchi;
- proseguono le attività di manutenzione ordinaria e straordinaria del nostro edificio che tanto ci impegna, soprattutto economicamente;
- **continuiamo la ricerca costante di finanziamenti pubblici e sponsor privati per poter realizzare opere interne e per l’abbellimento di sale comuni, entrata, ecc.;**
- sono ripresi i corsi formativi, per Presidenti e Amministratori delle RSA, ai quali partecipiamo. I corsi e convegni sono sempre finalizzati al futuro delle RSA, un ulteriore aiuto per comprendere al meglio la gestione di una struttura articolata, per l’aspetto amministrativo, sanitario e assistenziale.

Tutto il personale della RSA, sotto la guida del direttore, è stato continuamente impegnato nel mantenere un ambiente accogliente e sereno per i nostri Ospiti, compito assolutamente non facile. Anche perché la gestione delle RSA, richiede personale sempre più qualificato, che nella nostra struttura abbiamo la fortuna di avere. **Il nostro ringraziamento va quindi a tutto il personale, per il lavoro svolto per il benessere dell’ospite, che è impagabile.**

Auguriamo ai nostri Ospiti, ai loro familiari, al personale, ai volontari e a tutte le persone a noi vicine di trascorrere un sereno Natale e buone feste.

Il Consiglio di amministrazione



La presidente
Monica Tomezzoli



Il vicepresidente
Guido Devigili



La consigliera
Martina Casagrande



La consigliera
Michela Zeni



La consigliera
Liliana Weber

PASSATO – PRESENTE - FUTURO

Recentemente ho riguardato alcuni nostri giornalini del passato, in particolare quelli di una decina di anni fa; questo mi ha portato a fare alcune riflessioni su come sono trascorsi questi dieci anni e come è cambiato (o non è cambiato) il mondo e la società. Sono sotto gli occhi di tutti i tragici eventi che da oltre un anno stanno avvenendo in Ucraina e da oltre un mese a questa parte anche in Israele-Striscia di Gaza.

La crisi climatica sta causando eventi atmosferici estremi sempre più frequenti, come è purtroppo capitato più volte anche in Italia in questo 2023 che si sta concludendo.

Lo sviluppo tecnologico sta progredendo sempre più velocemente. È diventato comune sentire parlare di auto a guida autonoma e di Intelligenza Artificiale, termine quest'ultimo prima riservato agli addetti ai lavori ed ora, come il "prezzemolo", nominato in tutti gli ambiti (a volte anche in modo eccessivamente trionfalistico).

Nel mondo sanitario assistenziale alcune cose sono cambiate, ma altre purtroppo sono le stesse di dieci anni fa, in particolare i problemi che un decennio fa erano sul tavolo sono rimasti gli stessi, se non addirittura peggiorati.

Le risorse sono sempre scarse e, in termini reali, addirittura diminuite. Nel mondo sanitario-assistenziale, ad alta intensità di manodopera, le risorse sono fondamentali per poter erogare i servizi, non solo per migliorarli, ma anche per mantenerli stabili. Purtroppo invece sta succedendo l'opposto: le risorse finanziarie sono diminuite in termini reali, soprattutto in questi ultimi due anni con una inflazione acquisita intorno al 15% (e con previsioni non positive per il prossimo anno). Le risorse umane sono sempre più difficili da reperire in tutte le professionalità sanitarie e assistenziali, come già avevo spiegato nel giornalino dello scorso anno.

In sintesi, quanto scrissi nel giornalino per il Natale 2014 potrebbe essere riproposto pari pari anche adesso, con poche modifiche.

Purtroppo questa situazione, che ormai si protrae da tanto tempo, sta incidendo negativamente anche sulla nostra società. Se ci fate caso [basta guardarsi in giro per strada, o in un negozio o al supermercato, per non parlare di quando si viaggia in macchina o sui mezzi pubblici], la gran parte delle persone sembrano scoraggiate, nervose, irritate col mondo, chiuse in se stesse, con un aumento generalizzato della conflittualità e della violenza in tutti gli ambiti.

E ricordiamoci che, in più (ma in questo caso "il più" non è sinonimo di "meglio"), *usciamo* da un triennio difficile caratterizzato dalla pandemia Covid-19, che ha contribuito a complicare le cose.



«Sii il cambiamento che vuoi vedere nel mondo» è una celebre citazione del Mahatma Gandhi. Ritengo che questo insegnamento sia applicabile quotidianamente ad ognuno di noi. Se vogliamo che le cose comincino a cambiare in meglio, non dobbiamo pensare che sia colpa solo degli altri: cerchiamo prima di tutto di cambiare noi stessi, facciamo noi il primo passo. Non possiamo imporre il cambiamento agli altri, ma sicuramente possiamo sforzarci di cambiare noi stessi nel rapporto con gli altri. E questo lo possiamo fare anche nelle piccole cose: nel saluto e nel ringraziamento, nel porsi in modo costruttivo, nel cercare di evitare i conflitti, nell'impegnarsi ognuno nel proprio lavoro, nel chiedere servizi validi senza pretendere l'impossibile, nel vedere il buono delle cose che si hanno, nell'evitare la critica fine a se stessa, ecc.

Nel nostro piccolo, nella nostra RSA, con le risorse a nostra disposizione, siamo continuamente impegnati nel mantenere un ambiente il più possibile accogliente e sereno per i nostri Ospiti: e con l'aiuto di tutti, è sicuramente più facile!

Così come continuiamo a pensare e realizzare nuove iniziative e progettualità: nell'articolo del Consiglio di Amministrazione, a cui rimando, potete leggere quanto abbiamo fatto e quello che abbiamo in programma di fare. In particolare, il progetto di miglioramento del giardino sarà un modo per rendere più piacevole la permanenza nel nostro ampio spazio verde, con lo sviluppo di nuove aree di utilizzo: verrà costruito un campo bocce per i nostri residenti e un piccolo parco giochi che potranno utilizzare i piccoli parenti dei nostri residenti; il Servizio Provinciale che si occupa dei lavori ci ha promesso di realizzare le opere nel corso del 2024.

Nel nucleo Alzheimer, grazie ai contributi del Comune di Mezzolombardo e della Cassa Rurale Rotaliana e Giovo (ora Cassa Rurale Val di Non – Rotaliana e Giovo) abbiamo apportato dei miglioramenti ambientali (cucinetta, mobili zone comuni, pellicole grafiche, ecc.) e stiamo ora integrando il sistema impiantistico per supportare il lavoro del personale.

Concludo il mio intervento ringraziando tutto il nostro personale (sia i dipendenti che i collaboratori, anche delle ditte in appalto) per il costante impegno quotidiano nel creare un ambiente di vita e lavoro positivo.

Ricordo e ringrazio per lo stesso motivo anche i nostri dipendenti che negli ultimi anni hanno raggiunto il traguardo pensionistico: Maricica, Roberta, Patrizia, Bruna, Lucia, Luciana, Lucia, Nives, Giuseppina, Gabriella, Renzo.

Auguro a tutti buone feste e felice anno nuovo.

Il Direttore
Dennis Tava

100 ANNI! CHE TRAGUARDO!

Il 9 ottobre scorso Maria ha festeggiato con noi il suo centesimo compleanno!

"Me par emposibile che i sia zento! Ho sempre laorà, ma ston ben!"

Stupita di trovarsi davanti tante persone che la applaudivano, è stata davvero felice della sorpresa.



Gradito anche il pensiero da parte degli altri residenti della casa, che la hanno omaggiata di un regalo fatto con le loro mani. Non sono mancate le autorità, un brindisi e una gustosa fetta di torta!



“R-Estate Attivi – Adolescenti e Comunità”

ESPERIENZA IN CASA DI RIPOSO

Sono giunta al termine di queste due settimane, che sono state una nuova esperienza per me. Sono arrivata in casa di riposo tramite un progetto chiamato “R-Estate attivi” dello Spazio Giovani di Mezzocorona ed è il secondo anno che partecipo. L’anno scorso ho “scoperto” il mondo dei bambini, lavorando come animatrice in colonia, quest’anno invece ho “scoperto” il mondo degli anziani. Sono state due settimane diverse, molto belle e che mi hanno insegnato molto.

In questo periodo mi sono messa in relazione con gli ospiti attraverso varie attività: per esempio abbiamo fatto bellissimi collage, abbiamo costruito i puzzle, abbiamo giocato con la palla e fatto una gara a punti, due uscite in paese e tanto altro.

In questi momenti ho notato la loro voglia di fare, essere attivi e soprattutto divertirsi ancora. Penso che l’animazione svolga un ruolo fondamentale perché propone tante belle attività e sprona tutti a partecipare per trascorrere il tempo in modo diverso senza momenti di noia, ma soprattutto cerca di divertire e creare ricordi insieme; ci mette tanto impegno.

Da questa esperienza ho imparato che bisogna avere pazienza e delicatezza, saper ascoltare i bisogni dell’ospite e rivolgere sempre un sorriso in più, piuttosto che uno in meno. Mi è piaciuto molto perché, come ho detto in precedenza, ho scoperto un nuovo mondo. Non ero mai stata in una casa di riposo, quindi ho imparato nuove cose sull’organizzazione interna e anche a livello burocratico, ma soprattutto ho passato dei bei momenti. Ho chiacchierato con gli ospiti, che mi hanno colpita con le loro storie e l’allegria di alcuni. Dopo l’esperienza in colonia dell’anno scorso e questa, ho capito che il mondo del gioco, del divertimento, delle storie e dei momenti in compagnia sono significativi in tutte le età ed è così importante che non va mai dimenticato.

Ringrazio tantissimo Sonia che mi ha seguita la prima settimana e Monica nella seconda, che sono state molto gentili e carine con me e spero di averle aiutate in questi giorni.

Grazie a tutti, un caloroso saluto.

Elenusha

A proposito di gioco e divertimento, ho pensato di creare questo puzzle per far trascorrere a tutti i lettori qualche momento di relax. Ho individuato i luoghi della casa di riposo e inseriti nello schema qui sotto. A voi non resta che trovarli...buon divertimento!

S	L	S	M	P	A	L	E	S	T	R	A	S	S
A	A	A	O	Q	I	T	V	R	O	M	T	I	O
L	N	L	E	I	N	P	E	N	S	R	R	R	G
A	E	A	A	S	F	M	I	F	R	Q	I	M	G
D	A	T	N	A	E	D	M	N	C	C	O	N	I
A	A	V	P	I	R	O	E	D	A	A	T	Q	O
P	F	M	P	A	M	C	C	B	M	P	B	G	R
R	O	U	I	A	I	F	O	A	E	P	O	C	N
A	S	G	A	C	E	T	S	B	R	E	D	C	O
N	M	E	N	I	R	L	L	B	A	L	T	U	O
Z	S	T	O	O	I	C	D	F	I	L	S	C	M
O	C	E	T	A	A	P	S	S	L	A	E	I	V
P	A	R	R	U	C	C	H	I	E	R	A	N	Q
U	F	F	I	C	I	I	A	L	M	B	R	A	O

CAMERA

GIARDINO

ATRIO

SALA DA PRANZO

SALA ARCOBALENO

PIANO

INFERMIERIA

CAPPELLA

SOGGIORNO

UFFICI

ORTO

CUCINA

SMS (SALA
MULTISENSORIALE)

SALA TV

PARRUCCHIERA

PALESTRA

FACCIAMOCI BELLI: IL PROGETTO CHE CURA CORPO E ANIMO

Può sembrare poco comune affrontare il tema dell'estetica all'interno di una casa di riposo, ma la cura del sé, il prendersi cura dell'aspetto esteriore, riveste un ruolo estremamente importante, per il benessere, a tutte le età.

Curare il proprio corpo aiuta a stare meglio, ha un'influenza positiva sulla percezione di se stessi ed aumenta il benessere psicologico.

La nostra casa di riposo, oltre alle cure quotidiane volte ad ogni residente, offre momenti di cura estetica attraverso il servizio parrucchiera e podologa.

Da quest'anno, ormai da diversi mesi, Francesca, estetista professionale, dedica il suo tempo e la sua professionalità al servizio degli anziani. Francesca si è proposta come volontaria, raccontandoci di sé:

“Ho avuto la sfortuna di perdere i miei nonni e mi è mancato questo aspetto di accudimento verso di loro. Quando sono entrata nel mondo delle case di riposo con la pet therapy, ho scoperto che mi dà gioia stare a contatto con gli anziani, poter fare qualcosa per loro. Ecco che, quel qualcosa per loro, si è trasformato in una proposta di cura della persona, sfruttando ciò che so fare, il mio lavoro.”

In un ambiente disteso e piacevole, con della musica rilassante di sottofondo, Francesca fa manicure, applica lo smalto, fa cerette e massaggi a viso e mani con creme cosmetiche. Sono i residenti stessi che scelgono se e come partecipare, ma fino ad ora l'accoglienza è stata molto calorosa!

Il benessere psicologico va nutrito, al fine di rendere gli anziani più partecipi della loro vita, aumentando la loro felicità, ed è quello che cerchiamo di fare con questo progetto!



Infine Francesca vuole lasciare un pensiero personale, scaturito dal contatto con i nostri residenti:

“Vorrei fare un invito alle famiglie dei residenti, ma anche a quelle fuori dalla casa di riposo, a viverci questo bene prezioso che sono i nonni, a prendersi cura di loro per valorizzare questo rapporto speciale. La loro felicità, e il loro benessere, rendono felici!”



Il progetto, cominciato nel 2014, vedeva coinvolte alcune realtà del territorio di Mezzolombardo e aveva l'intento di creare una rete di collaborazioni all'interno della Casa di riposo finalizzata nella cura dell'orto botanico. In questi ultimi anni, anche causa covid, solo la Coop. Grazie alla Vita e la Casa di Riposo sono rimaste in contatto.

Quest'anno abbiamo deciso di riprendere l'attività di collaborazione in modo più strutturato stilando il seguente progetto per alcuni utenti di Grazie alla Vita.

L'intervento è a cadenza settimanale intervallato da un lavoro sia a livello pratico che teorico.

I nostri obiettivi sono:

- trasformare le risorse della terra, i saperi contadini, in opportunità di socializzazione, scambio di informazioni teoriche e pratiche tra i due soggetti attraverso degli incontri;
- acquisizione di conoscenze e competenze tematiche.

Tutte le attività hanno una parte teorico cognitiva dove gli utenti faranno una ricerca del materiale da utilizzare per la conoscenza e condivisione utilizzando strumenti come PC, internet e quaderni dove annotare le informazioni.



Si partirà da:

- breve storia dell'orto botanico;
- scambio di informazioni tra i vari utenti su come si è evoluta la cura dell'orto dal passato fino ai giorni nostri;
- calendario della semina;
- incontri sulle proprietà delle piante che si è deciso di piantare;
- cura dell'orto che va dalla semina, piantumazione, irrigazione e alla pulitura del terreno.

Ci sono reciproci scambi di visite tra la Casa di Riposo e Grazie alla Vita per approfondire la conoscenza anche delle due sedi.



Educatrice Alessandra



PROGETTO ORTO E GIARDINO: il nostro punto di vista



Il progetto orto e giardino nasce con l'intento di mettere in relazione più associazioni che collaborano alla realizzazione di un orto come attività manuale e della memoria.

Quest'anno, oltre a momenti dedicati ai nostri residenti, abbiamo avuto la possibilità di collaborare con il Centro Kaos, i bambini della scuola elementare di Mezzolombardo, ma soprattutto con gli utenti di Grazie alla Vita.

È proprio con loro che l'orto ha preso il via in modo più concreto, grazie al quale abbiamo potuto raccogliere insalata (apprezzata molto anche da qualche animale che ci ha mangiato le foglie più tenere), ravanelli di tutti i colori, pomodori, cetrioli, zucchine e non possono mancare profumi come basilico, timo, salvia, maggiorana e rosmarino.

Assieme ai bambini di Kaos ed elementari abbiamo iniziato con la semina, soprattutto in vasetti e semenzaio: momenti, questi, anche per scambio generazionale importante e possibilità di tramandare modalità di coltivazione legata anche alle fasi lunari.

Con gli utenti di Grazie alla Vita, poi, l'orto ha preso la sua forma più rigogliosa, con diverse piante che hanno dato molta soddisfazione.

Durante i nostri incontri, qualcuno ha avuto la possibilità di sperimentarsi con il contatto con la terra, qualcun'altro ha dato indicazioni pratiche secondo la



propria esperienza, altri ancora hanno godono dell'ambiente e i profumi dell'orto. In ogni caso, da collante, è lo spazio che si è venuto a creare tra i presenti, colmato da dialogo stimolante e letture tematiche sulle nostre coltivazioni, ricche di informazioni e curiosità, anch'esse fonte di scambio e di dialogo.



E se piove? Quando poi il tempo non ci ha permesso di stare all'aperto, vi è stata occasione di fare lavori artistici/manuali che richiamano il progetto principale, come ad esempio i piccoli spaventapasseri in legno, con i quali abbiamo adornato anche le piante all'interno della casa.



GLI ORTI DEL MUSE

All'interno del progetto orto, abbiamo strutturato una visita guidata agli orti del Muse.



La decisione di condividere questa visita tra le due realtà, Grazie alla Vita e Casa di Riposo, è stata la naturale prosecuzione della collaborazione in atto.

La visita guidata consisteva in un percorso da seguire con una guida all'interno degli orti, riconoscimento delle piante, fiori e informazioni sulla gestione di un orto.

La guida ci ha anche spiegato l'utilizzo della "casa degli insetti", luogo dove gli insetti trovano rifugio l'inverno e che durante la primavera aiutano l'impollinazione delle piante, utilissima per una buona coltivazione.

Gli ospiti presenti si sono dimostrati molto attenti e interattivi con la guida, interessati a tutto ciò che li circondava, con domande e osservazioni.

Sia per gli utenti di Grazie alla Vita, che per i Residenti della Casa di riposo è stato interessante condividere del tempo, ascoltando reciprocamente le impressioni sulla visita guidata.

È stata una bella occasione di scambio e di conoscenza per i partecipanti: attraverso il percorso tra piante da tutto il mondo, abbiamo conosciuto e riconosciuto profumi,

appreso curiosità e ammirato fiori mai visti prima, compresi quelli della pianta pelosa...morbida proprio come un peluches!!!!

A conclusione del progetto orto con Grazie alla Vita, ci siamo ritrovati per un momento di degustazione di prodotti derivanti la conservazione del raccolto estivo. Un ulteriore momento di condivisione e scambio durante il quale, tra un assaggio di pesto di basilico, uno di conserva di pomodoro e uno di marmellata di cipolle, abbiamo programmato i prossimi incontri: da gennaio ci aspettano le prime coltivazioni in semenzaio!



MARIA: la mia passione è il lavoro a maglia

“Lavoro ai ferri perché mi dà soddisfazione pensare che ciò che realizzo può essere utilizzato da qualcuno che non ha le possibilità o le capacità di farlo. Per questo mi piace confezionare babbucce e calzini per le persone anziane, copertine e maglioncini per bambini e poi sciarpe e berretti coordinati che regalo alla Caritas per le persone bisognose.”

Maria mi conduce nella sua stanza e mi mostra minuscoli berrettini e delle scarpine di lana che sembrano poter calzare solo ai piedi di una bambola, tenui colori e lana morbidissima.



Sono molto incuriosita e chiedo: “Per chi sono, Maria?”

La risposta mi lascia senza parole: “Da tanti anni confeziono cuffiette e scarpine per il reparto prematuri degli ospedali di Trento e Bolzano.

Le cuffiette hanno la misura di una piccola mela mentre le scarpine sono grandi quanto un biscotto Pavesini”.

Brava la nostra Maria che nel silenzio della sua stanza mette da parte le sue preoccupazioni e si dedica agli altri nel modo che le viene più semplice e naturale!

DANILO: il nostro poeta



“Ho cominciato a scrivere da ragazzo. C’era qualcosa che mi mordeva dentro, un desiderio di esprimere quello che provavo e la necessità di far conoscere agli altri i miei pensieri.

La mia maggiore soddisfazione è vedere che riesco ad esternare ciò che sento dentro il mio cuore attraverso la scrittura e sapere che qualcuno legge i miei pensieri”.

Queste sono le parole del nostro poeta Danilo Dallago che nel 2012 ha pubblicato una raccolta di pensieri e poesie, grazie alla collaborazione con il Circolo Acli di Mezzolombardo in occasione del 65° anno di attività e dal quale sono tratti i versi che seguono:

L'ETA' CHE AVANZA

Vivendo a lungo si sa
che avanza anche l'età,
che fa ricordare
ma anche scordare
talvolta anche soffrire.
Per un momento non dategli peso
siate sereni,
provate voi gioia,
ridete, scherzate con chi accanto vi sta,
pregate sovente il buon Dio,
il mondo, vedrete, più colorito sarà,
così che l'avanzare d'età,
per voi un grave peso più non sarà.

Complimenti Danilo e grazie per aver condiviso con la Comunità i tuoi pensieri che evidenziano una preziosa capacità di guardare “oltre”.

DIARIO DEI RICORDI

Ricordare, rievocare eventi passati, raccontare, condividere. Queste sono azioni importanti per gli anziani, e la loro naturale tendenza. Esse alleviano il peso del tempo che trascorre, trovando in chi ascolta interesse e accoglimento. Non a caso esiste la “terapia della reminiscenza”, nella quale si va a evocare il ricordo, per la sua condivisione, che diventa spunto per stimolare le risorse mnestiche residue e recuperare esperienze emotivamente piacevoli.

Su questi assunti si basano diverse attività di animazione, compreso il progetto “Diario dei ricordi”.

Vogliamo qui riportare un estratto di ciò che è stato condiviso in questi mesi.

RICORDI AL SOLE



Finita la scuola mi spedivano al pascolo con le mucche. Le odiavo!!!

Ne avevamo infatti alcune esigenti che volevano essere accompagnate dove l'erba era più fresca e tenera. Dovevo trascinarle alla corda e mio padre mi consegnava una verga che preparava con dei rami di salice, per incitarle un po' a muoversi. Io mi annoiavo nello stare loro accanto in attesa che finissero di brucare. Allora un giorno ho trovato in casa un bel bastone lucido che era

appartenuto ai fascisti e, di nascosto a mio padre, l'ho preso pensando maliziosamente al momento in cui la mucca si sarebbe ostinata a non muoversi. Questa volta, anziché la verga morbida del papà, le avrei fatto sentire il mio bastone!!

Passavano i bei giovanotti e io mi vergognavo di essere lì con le mucche. Così ho maturato l'idea che volevo imparare presto un mestiere. Condividevo questi miei pensieri con la mia mamma che fortunatamente comprendeva la mia esigenza.

Verso i 15 anni, quindi, sono andata da una sarta e ho cominciato l'apprendistato. Mi sono molto appassionata a questo mestiere che mi ha permesso di crearmi una posizione, tanto che un giorno, la mia insegnante, parlando con una mia cugina le disse *“Tua cugina mi ha rubato l'arte”*.

Assunta

Ho vissuto in Val di Fiemme e ricordo con grande gioia che i miei genitori mi portavano nel bosco, sui monti del Lagorai, a vedere la fioritura dei rododendri.

Mio padre infatti mi ha trasmesso una grande passione per i fiori e le piante officinali che ho imparato a conoscere e utilizzare.

Mi ricordo in particolare che raggiungevamo la Valle della Madonna dove c'era un piccolo capitello presso il quale, durante l'estate, veniva recitata la Messa. È un luogo speciale che mi porto nel cuore. Lì vicino c'era anche una malga dove spesso ci si fermava a mangiare e a volte anche a dormire.

Quando qualcuno aveva qualcosa di cui lamentarsi la mia nonna rispondeva così:

"Ne auguran zento ani, en zeston de mesi e po'...via da sti paesi!"

Giuseppina



Io ho vissuto 18 anni dentro la scuola Elementare.

In principio ero un po' triste perché ho lasciato la mia bella casa per trasferirmi in questo appartamento piuttosto vecchio e un po' austero.

Un po' alla volta, però, mi sono abituata e ho vissuto tante belle esperienze, alcune anche divertenti e ve ne racconto una!

Gli operai stavano rifacendo i pavimenti e all'improvviso mi sembrò di vedere un gatto salire la grande scalinata e infilarsi dentro un'aula. Chiamai subito mio marito che, con mia sorpresa, si armò di scopa e gli corse dietro. Dall'aula sentivo provenire strani rumori: PIM POM PANF... ed ero davvero preoccupata! Ma di lì a poco mio marito si affacciò alla porta tutto trafelato: in una mano reggeva la scopa e nell'altra...teneva per la coda una grossa pantegana!!!

Frida

IL MIO PRIMO GELATO

Silvio racconta del suo lavoro, un lavoro che a tutto il gruppo fa venire in mente ricordi e aneddoti divertenti!!

Silvio infatti faceva il gelataio nella grande città di Bratislava, una professione imparata dal papà che, specialmente d'estate, non gli consentiva di avere tempo libero.

Danilo e Giovanna intervengono subito:

"Il gelato era un lusso che non ci si poteva concedere".

"La mia mamma non ne parlava nemmeno, cosicchè non potesse neanche balenarmi in testa l'idea di assaggiarlo".

Agnese invece ricorda la prima volta che con gli amici ha deciso di assaggiare questa prelibatezza: *"Dopo il lavoro siamo andati a prendere questo gelato, mi pareva una cosa così grande e mai avrei immaginato che potesse essere così buono. Peccato che poi la mamma mi ha sgridata per non averla avvisata: secondo lei era poco decoroso per una ragazza mangiare il gelato in compagnia e avrei dovuto portarlo a casa.*

Ma per me la compagnia era tutto...e piuttosto avrei rinunciato al gelato!"

Annamaria ricorda che con il marito e i suoi bambini andavano al lago di Molveno a gustare il gelato. La cosa strana era che al lago non si poteva fare il bagno, non solo, non si poteva nemmeno indossare una camicetta a maniche corte.

"Mettersi in mostra era scandaloso. Bisognava stare ben coperti con maniche lunghe e gonne lunghe. Quindi se faceva caldo si restava al chiuso e si usciva quando era più fresco". "Una volta ci hanno raggiunti i nostri parenti di Zambana e abbiamo fatto una foto tutti insieme che conservo ancora".

Gina, che è più giovane, ricorda che a Bronzolo, più o meno intorno al 1955: *"Ogni settimana veniva il carretto dei gelati. Era grande come un tavolo e aveva tutte le vaschette con i vari gusti. Io sceglievo cioccolato e fragola e lo mangiavo piano piano per farlo durare più a lungo possibile! Gli altri giorni ci si accontentava di bere l'acqua fresca della fontana e le persone più anziane mi chiedevano spesso di portargliene una brocca in casa e poi mi ricompensavano con qualche spicciolo".*

Giuseppina ricorda con molta precisione la prima volta che ha mangiato un gelato a Cavalese: era il 1951 e vi si era recata col papà per sostenere gli esami di terza media.

“Il papà per premio mi ha portata a mangiare il gelato. Era sullo stecco, al gusto cioccolato ricoperto da una glassa bianca”.

Infine **Erica** ricorda che l'estate trascorreva 40 giorni in colonia a Cesenatico.

“Erano giorni lunghi e a volte mi assaliva un po' di nostalgia di casa perché il mare era molto grande e quindi era bello ma allo stesso tempo mi faceva anche paura, specialmente quando era in burrasca e le onde arrivavano alte fino alla spiaggia.

Quando ci portavano a mangiare il gelato era festa e io sceglievo sempre cioccolato e vaniglia”.

IL RACCOLTO



Durante l'autunno gli argomenti dei nostri incontri sono stati la raccolta delle mele e la vendemmia, a seconda delle diverse esperienze dei partecipanti.

I momenti di condivisione sono stati molto sentiti in quanto ognuno aveva ricordi vividi della propria esperienza lavorativa in campagna, spesso iniziata già dall'infanzia.

Grazie all'invito di Roberta Caset presso la sua vigna, è stato anche possibile cimentarsi nella vendemmia e condividere una fantastica merenda così come, si evince dai loro racconti, era abitudine nei giorni del raccolto.



"I grappoli di uva fraga e di moscato, venivano legati con un filo e messi a cavallo dei bastoni appesi in cantina o in soffitta. Quest'uva poi si mangiava a Natale."



"Mia mamma faceva le 'cote d'oro'. Erano mele cotogne tagliate a fette che poi cuoceva nella pentola di rame con acqua e zucchero finché caramellavano. Poi le chiudeva nei vasi di vetro e le serviva a Natale dopo il pranzo." (Anita)



"Da noi si raccoglievano le mele, si tagliavano a fette e si mettevano a seccare sulle 'vinarole', delle specie di vassoi di legno, poste in soffitta o sul tetto." (Angelina)



RICORDI DAVANTI AL CAMINO



“Nei mesi freddi si lavorava a maglia con le sorelle, vicino al focolare e ogni tanto si scendeva a prendere la legna, altrimenti il fuoco si spegneva.” (Olga)



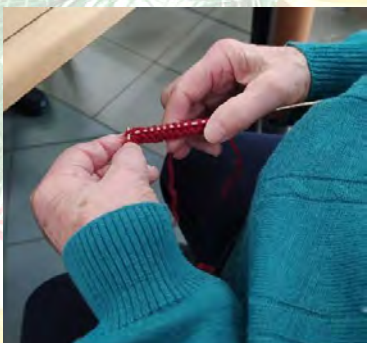
“Per la festa di Ognissanti, mia mamma preparava le lumache. Eravamo in 12 a tavola e i giorni precedenti passavamo tanto tempo a pulire le chiocciole che poi la mamma richiudeva con un impasto di pan grattato, aglio e prezzemolo.” (Fiorella)

“A San Nicolò tutti i bambini facevano la strozega coi “bandoni”. Più grandi erano e meglio era! Poi si andava in giro per il paese trascinandoli e battendoli con un bastone per farci sentire ben bene.” (Rosa Maria)

“Sull’albero di Natale si mettevano noci avvolte nella carta stagnola e mandarini, poi si illuminava con le candeline. Una volta l’albero prese fuoco improvvisamente e il papà fu prontissimo a lanciarlo in cortile dalla finestra lasciandoci tutti di stucco.” (Assunta)

“L’albero di Natale si addobbava pochi giorni prima di Natale con dolci, frutta secca e mandarini. Da bambini attendevamo con gioia questo momento perché era l’unica occasione dell’anno per mangiare delle leccornie. Ogni occasione era buona per passare davanti all’albero e mangiarne un pezzetto. La mamma si arrabbiava perché arrivava a Natale quasi spoglio.” (Agnese)

SFERRUZZIAMO INSIEME!



Nell'intento di creare nuovi addobbi per l'albero di Natale della nostra sala da pranzo, si sono radunate tutte le donne con la passione per il lavoro a maglia e insieme hanno raccolto diverse idee. La curiosità ha portato ad unirsi al gruppo anche qualcuna meno esperta che si è resa disponibile per preparare i gomitoli da distribuire ad ogni partecipante e per ritagliare nastri e stelle. È stato bello vedere l'affiatamento del gruppo, le più esperte aiutare chi era più in difficoltà o rimediare a qualche piccola imperfezione, permettendo poi di proseguire il lavoro con serenità. Tutte si sono impegnate e il risultato ottenuto ha dato loro molta soddisfazione. Per questo stiamo già pensando a qualche nuovo progetto da realizzare insieme.





Con la speranza che l'albero di Natale, così decorato, sia piaciuto anche a voi e con lo stesso amore con il quale abbiamo dato vita alle nostre creazioni, vi auguriamo

BUONE FESTE!



RICORDI DI GIORNATE FELICI CON LA COMUNITA'











I VOSTRI VICINI DI CASA DELLA “PAGODA”

Buongiorno cari vicini, sono ormai più di due anni e mezzo che l'edificio a fianco della A.P.S.P., la “pagoda”, si è animata di nuovi coinquilini e nuove attività. E siamo davvero felici di poterci brevemente presentare, ospitati sull'edizione natalizia del vostro giornalino.

Per prima cosa va ricordato come questo edificio, che prima ospitava gli uffici del Servizio Sociale territoriale, grazie alla Comunità Rotaliana-Königsberg e al Comune di Mezzolombardo, è stato valorizzato e messo a disposizione di servizi a favore dei ragazzi, delle ragazze e dell'intera comunità.

Ultimamente è anche stata oggetto di un intervento al tetto e adesso, le pareti bianche e soprattutto la nuova copertura in lamiera marrone, la fanno quasi assomigliare ad una torta “panna e cioccolato” ma, come per tutte le torte, anche in questo caso la “parte buona” sta all'interno.

Come avrete già avuto modo di osservare, alcune sale sono state messe a disposizione di “Rotaliana solidale” per la loro preziosa attività di sostegno, soprattutto alimentare, alle persone in difficoltà delle nostre comunità, mentre tutti gli altri locali sono abitati dal centro “il Kaos”, da “Officina dei Saperi” e da OPenLàb, spazi e servizi pensati per i nostri ragazzi.

Il centro “il Kaos” e i laboratori di “OpenLab” sono gestiti direttamente dalla Cooperativa Sociale “Kaleidoscopio”, mentre “Officina dei Saperi”, che propone attività laboratoriali di vario genere per le scuole, opera in stretta collaborazione con gli istituti comprensivi di MezzolombardoPaganella, Mezzocorona e Lavis e con l'istituto Martino Martini.

Il fatto di essere così vicini e di condividere parte del curatissimo giardino ci ha dato la possibilità di iniziare a conoscerci e di svolgere assieme alcune attività, così come si fa tra buoni vicini.

Vogliamo ricordare qui di seguito alcune iniziative che nel corso del tempo abbiamo condiviso.

Il Centro “il Kaos” durante l'anno ha avuto modo di collaborare in due occasioni: addobbando l'albero di Comunità e lavorando all'orto.



Nel mese di dicembre infatti i ragazzi e le ragazze che frequentano il Centro hanno preparato degli addobbi con materiale di riuso e poi hanno addobbato l'albero di Natale insieme ad alcuni di voi, alle volontarie e ad alcuni residenti nella zona.

Durante la primavera invece abbiamo allestito assieme ad alcuni di voi l'orto. In un primo momento, quando le temperature erano ancora fredde, ci siete venuti a trovare ed insieme ai nostri ragazzi ci siamo inizialmente confrontati su quali piantine seminare nell'orto, sulle loro varie caratteristiche e scoprendo le vostre preferite. Inizialmente le piantine sono state seminate nell' "orto su ruote", messo a disposizione dall'Officina dei Saperi. Questo orto facilmente trasportabile è stato utile perché si poteva spostare e utilizzare all'esterno nelle belle giornate e all'interno del Centro nei momenti più freddi. Quando le temperature lo hanno permesso, sempre assieme, abbiamo messo a dimora le piantine nell'orto esterno.

La creazione dell'orto è sicuramente stato un momento significativo per i nostri ragazzi, perché hanno potuto conoscere molti di voi. È stato bello sentirli chiamarvi per nome e, ogni volta che vi incontravano, interessarsi alla vostra salute.

Nei laboratori di OPenLàb e di Officina dei Saperi inoltre gli studenti hanno lavorato ad alcune realizzazioni che hanno trovato spazio nei vostri locali. Al vostro laboratorio di cucito è stato donato un artigianale portarocchetti dedicato a "Mister Jingles", il topolino che giocava con il rocchetto nel film del 1999 "Il Miglio Verde" e, come decorazioni natalizie, vi abbiamo messo volentieri a disposizione due alberelli di Natale costruiti da noi con legno di vite, pietre del torrente Noce e acciaio.

Officina dei Saperi vi deve ringraziare per la possibilità data ad un paio dei nostri ragazzi di salire sulle vostre terrazze ed osservare la "skyline" (un parolone inglese per dire orizzonte) della montagna verso Faedo per poter svolgere al meglio un loro progetto!

Inoltre, sempre Officina dei Saperi, ha avuto il piacere di curare per il secondo anno consecutivo il progetto grafico di questo giornalino.

Siamo davvero lieti di poter svolgere ancora assieme a voi queste e magari anche altre attività perché sono dei bei momenti di dialogo, di crescita e di incontro che fanno bene, a noi, a voi, insomma ai ragazzi ed alle ragazze di ogni età!

Tanti Auguri di Buon Natale e Felice Anno Nuovo!



Ringraziamo i Vigili del Fuoco Volontari di Mezzolombardo e il nostro personale per aver partecipato all'esercitazione antincendio del 25 novembre 2023. Queste esercitazioni sono importanti per tenere alto il livello di attenzione e di formazione per la sicurezza di tutti.

IL POMPIERE

Il pompiere è sempre in battaglia,
ma senza bombe, senza mitraglia,
senza fucile fa la sua guerra
al servizio di tutta la terra.
Contro la furia dell'uragano,
contro il fiume che allaga pian piano
contro le fiamme del fuoco ruggente
dove il pericolo è sempre presente.
Non lo trattiene mai la paura
e con la mano forte e sicura
salva la vita di tanta gente:
per ricompensa non chiede niente.
Guerra di notte, guerra di giorno
stanco a casa fa ritorno:
ma c'è una rondine da salvare,
sale là in cima e la fa volare.

Gloria De Giorgi





Desideriamo ringraziare e salutare

*Tutto il Personale della APSP "San Giovanni"
Lo Staff della ditta di ristorazione "Serenissima"
Lo Staff della ditta di pulizie "Miorelli Service"
Il Gruppo delle Volontarie e dei Volontari
L'Amministrazione e gli Uffici Comunali di Mezzolombardo
La Biblioteca di Mezzolombardo
L'Istituto comprensivo di Mezzolombardo Paganella
L'Asilo nido "Ciripà"
La Scuola materna di Mezzolombardo
La Cassa Rurale Val di Non - Rotaliana e Giovo
L'Associazione "Cuore per un Sorriso"
Il Circolo "La Pergola"
La Polizia Locale e i Vigili del Fuoco di Mezzolombardo
Il Convento dei Francescani
Il Gruppo "Amici di Padre Pio"
La Parrocchia e l'Oratorio di Mezzolombardo
La Scuola musicale "Guido Gallo"
Il Circolo ACLI di Mezzolombardo
La Proloco di Mezzolombardo
L'Atletica Rotaliana
Il fisarmonicista Giuliano
Il Gruppo Alpini di Mezzolombardo
"La Micologica" e la micologa Marialuisa Preghenella
"Il Mulino"
L'Associazione "Grazie alla Vita"
Il Centro "Kaos", l'"Officina dei Saperi" e l'"OpenLàb"
Il Coro "Voci Ignoto"
Il Gruppo musicale "La vita in...canta"
Il Museo degli usi e costumi della gente trentina di San Michele
E tutti quelli che ci sono vicini e ci supportano*

BUONE FESTE

*Il presente fascicolo è stato realizzato in proprio
Presidente del CdA: Monica Tomezzoli
Redazione: Servizio Animazione della A.P.S.P. San Giovanni
Progetto grafico: Officina dei Saperi
Tipografia: Lithodue snc, di Lanera Luca e Mario - Mezzolombardo*