

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

# LA NOSTRA VOCE



*Presepe  
realizzato  
dai residenti  
nel laboratorio  
di falegnameria*

**Pubblicazione interna**  
**Anno XX - NATALE 2024**

## **DICEMBRE: TEMPO DI BILANCI PER L'APSP SAN GIOVANNI DI MEZZOLOMBARDO**

Dicembre è da sempre il mese dei bilanci, un momento per riflettere su quanto realizzato e per guardare con fiducia al futuro. Come Consiglio di Amministrazione dell'APSP San Giovanni di Mezzolombardo, desideriamo offrire alla comunità una sintesi delle nostre attività e dei progetti intrapresi durante l'anno.

In questa occasione vogliamo innanzitutto esprimere la nostra gratitudine alla consigliera uscente Martina Casagrande per il contributo dato durante il suo mandato e dare il nostro benvenuto al nuovo consigliere avv. Matteo Rivi.

Il Consiglio di Amministrazione ha operato con non poca soddisfazione, in continuità con gli obiettivi che si era preposto all'interno della programmazione a lungo termine avviata.

Nel corso dell'anno il C.d.A. ha partecipato a numerose iniziative e attività formative volte all'accrescimento culturale e professionale del Consiglio stesso, tra cui la partecipazione alla festa per i 25 anni di UPIPA, un importante momento di riflessione e confronto con altre realtà del settore. Questo percorso ci consente di continuare a lavorare nell'ottica di un miglioramento continuo, sia nella gestione che nei servizi offerti.

Durante il 2024 abbiamo portato avanti un'intensa attività di manutenzione ordinaria e straordinaria della struttura che ha incluso l'ordine delle nuove cucine destinate ai piani della struttura, l'abbellimento del tunnel di ingresso con dei vasi e nuove piante, sono stati avviati e sono a buon punto, i lavori per migliorare l'estetica e la fruibilità del giardino. *Nello specifico saranno sostituiti gran parte dei pergolati esistenti perché obsoleti, integrati con le piante esistenti, verranno realizzate nuove aree d'ombra e creato uno spazio giochi per i bambini in visita ai nostri ospiti, sarà poi predisposta un'idonea isola ecologica mascherata con una struttura metallica. Un campo bocce per gli ospiti sarà infine l'elemento importante per favorire la loro socialità e migliorare l'attività motoria. Questo progetto di risistemazione dello spazio verde è stato finanziato in gran parte dal Servizio per il sostegno occupazionale e la valorizzazione ambientale della Provincia di Trento e per la parte rimanente con risorse dell'Ente. A breve una nuova proposta prevederà il rinnovamento e l'abbellimento della sala dove vengono svolte le feste e le attività ricreative, siamo in attesa di capire se questo progetto verrà finanziato totalmente da degli Enti esterni.*

**Un ringraziamento particolare va all'Assessore Tonina Mario**, che più volte si è dimostrato attento alle esigenze della nostra comunità, con lui manteniamo un dialogo aperto e proficuo, con l'obiettivo comune di migliorare la struttura e i servizi offerti. **Ringraziamo inoltre il Sindaco di Mezzolombardo, Michele Dalfovo, e l'intera Amministrazione Comunale** per il costante sostegno che non ci fanno mai mancare, permettendoci di affrontare con maggiore serenità le sfide quotidiane e i progetti futuri.

**Un sentito ringraziamento va a Mons. Lauro Tisi, Arcivescovo di Trento**, per la visita che ha voluto concederci. La sua presenza è stata per noi un momento di grande arricchimento



spirituale e i profondi spunti di riflessione che ci ha donato continueranno a guidarci nel nostro impegno quotidiano.

**Desideriamo inoltre rivolgere un sentito ringraziamento ai dipendenti della struttura, veri pilastri della nostra comunità. Ogni giorno, con dedizione e professionalità, garantiscono agli ospiti un'assistenza di qualità, contribuendo a creare un ambiente accogliente e sicuro.**

**Un pensiero speciale va anche ai volontari, figure insostituibili che con il loro impegno e le loro attività rendono più ricca e vivace la vita all'interno della casa di riposo. Il loro prezioso contributo dimostra che il senso di solidarietà e comunità è un valore vivo e importante.**

**Infine, desideriamo ringraziare di cuore tutte le associazioni che hanno collaborato con la nostra struttura durante l'anno. La loro disponibilità e il loro entusiasmo hanno rappresentato un supporto prezioso per allietare gli ospiti con momenti di gioia, svago e condivisione. La collaborazione con queste realtà dimostra quanto la rete di solidarietà sul nostro territorio sia forte e indispensabile per il benessere della nostra comunità**

**Siamo sempre disponibili ad accogliere il supporto di chiunque desideri contribuire alla nostra causa. Ogni donazione, piccola o grande che sia, rappresenta un aiuto concreto per migliorare i servizi, le attività e le strutture dedicate ai nostri ospiti, e rafforza il legame tra la nostra realtà e la comunità che ci circonda.**

Concludiamo questo bilancio annuale con un sincero augurio di buone feste a tutta la comunità, ringraziandovi per la fiducia e il supporto che ci dimostrate ogni giorno.

**Il Consiglio di Amministrazione dell'APSP San Giovanni di Mezzolombardo**

**Il Vice Presidente**

**La Presidente**



## LA SFIDA CONTINUA NEL MONDO SANITARIO-ASSISTENZIALE

Durante il periodo della pandemia covid-19, in Italia il personale sanitario-assistenziale ha ricevuto un'ondata di stima e riconoscimento senza precedenti: in passato spesso invisibili agli occhi del grande pubblico, questi professionisti sono diventati eroi quotidiani, affrontando turni estenuanti per accudire i pazienti.

Tuttavia, negli ultimi mesi, sembra che in Italia sia cambiata la considerazione nei loro confronti. Nonostante il ruolo importante che continuano a svolgere, il personale sanitario-assistenziale si trova a fronteggiare un aumento preoccupante delle aggressioni, come si legge nelle cronache quasi quotidiane; è un fenomeno allarmante che lede la sicurezza e il benessere di chi lavora negli ospedali e nelle strutture residenziali. E per aggressioni non si intendono solo violenza fisica, ma anche i maltrattamenti verbali e la mancanza di rispetto verso il loro lavoro.

Durante i mesi della pandemia, uno dei messaggi più diffusi era "ne usciremo migliori", che mentalmente dava a tutti la forza di superare quel momento difficile. Ora invece, la discordanza tra la stima ricevuta durante la pandemia e le aggressioni attuali, avvenuta nell'arco di poco tempo, è preoccupante. Questa è anche una delle cause della disaffezione dei giovani verso questo lavoro, tanto che i percorsi di formazione per OSS e infermieri vedono un forte calo degli iscritti con numerosi posti non coperti; così come molti sanitari perdono interesse nel loro lavoro e cercano altre strade professionali e lavorative; per non dire dei numerosi concorsi dove non si riescono a coprire nemmeno i posti liberi negli organici (anche nelle RSA).

È essenziale che la società e le istituzioni si impegnino a proteggere e supportare il personale sanitario-assistenziale per ristabilire un clima di rispetto e collaborazione: senza questi professionisti non esistono servizi sanitari-assistenziali per i cittadini!

Nella nostra RSA, seppure con le ridotte risorse a nostra disposizione, siamo continuamente impegnati nel mantenere un ambiente il più possibile accogliente, sereno e sicuro per i nostri Ospiti e per il nostro Personale. Con questo obiettivo, ad esempio, realizziamo alcuni percorsi (formativi, ecc.) per il personale, così come stiamo cercando i mezzi per poter installare i sollevatori a soffitto in struttura (lavoro che vorremmo riuscire a fare nel 2025).

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 e mantenere un ambiente di vita e lavorativo positivo.

Ricordo e ringrazio per lo stesso motivo anche i nostri dipendenti che nel 2024 hanno raggiunto il traguardo pensionistico: Roberta, Donatella, Sandra.

**Auguro a tutti buone feste e felice anno nuovo.**

Il Direttore - Dennis Tava



## NATALE

Il gregge s'abbassa  
lungo i pendii  
smorfie di vento accarezzano la lana delle pecore  
allorché una sinfonia di colori  
fa palpitare i cuori dei pastori  
con gli occhi sbarrati dalla montagna  
e in fondo ai piedi scivola un ruscello  
trascinando qualche sasso.

Il Natale ultimo sorriso dell'anno  
s'aggiunge un mantello di neve  
e in prossimità della fine dell'anno  
i Babbi Natale con le loro folte barbe  
illuminate dalla luce delle stelle  
si abbracciano osservando il bosco  
nutrito di fiaba.

Lorenzo Fedrizzi



## IL DONO DEL TEMPO

Nel 2024 Trento è stata eletta capitale europea del volontariato. Anche nella nostra struttura c'è una tradizione di volontariato che da anni supporta le persone e le attività della casa. Diverse sono le persone che donano il loro tempo con motivazione e dedizione, mettendo a disposizione le proprie competenze e abilità a sostegno dei bisogni dei residenti.

Non solo le singole persone, ma anche enti, associazioni, gruppi, che hanno a cuore il benessere degli anziani, offrono intrattenimento di vario tipo, portando momenti di spensieratezza e sorrisi nella nostra casa.

In questo anno così importante per la nostra città, anche il progetto di Upipa, volto ad unire e sollecitare il lavoro comune all'interno delle case di riposo, è dedicato al volontariato: l'intento è quello di condividere alcune esperienze di questo tipo nelle RSA e APSP del Trentino. Il prodotto finale è stato un calendario denominato "Il dono del Tempo", proposto come vetrina per i tanti progetti in atto nelle case di riposo, che sono in essere esclusivamente grazie alla presenza dei volontari.

Qui, vogliamo anche noi mettere in risalto le persone che nel 2024 si sono costantemente dedicate e messe a disposizione nel loro impegno di volontari.

Ci teniamo a dire quanto la loro disponibilità sia a 360 gradi, sempre pronti ad ESSERCI per i nostri residenti. Tutti, indistintamente, hanno costruito e mantenuto legami con gli anziani, divenendo per loro finestra sul mondo esterno e importante supporto relazionale. Quello che riportiamo qui è una piccola parte di ciò che loro fanno, con un grande cuore!

**Amine** è un ragazzo giovane e ben disposto, che muove i suoi primi passi nel mondo del volontariato. Chissà che un giorno non possa insegnarci un po' di francese!







**Anna** in questo periodo ci manca molto perché disposta a cimentarsi in ogni proposta dell'animazione; l'aspettiamo a braccia aperte per le prossime uscite primaverili.

**Clara**, storica volontaria, tra le altre cose, collabora tutte le mattine con la lavanderia della struttura. Cuce, rammenda, accorcia, aggiusta i capi di vestiario dei residenti, che in questo modo possono vedere i loro vestiti preferiti sempre in ordine!



**Francesca**, estetista professionale, una volta al mese dedica il suo tempo e la sua professionalità al servizio degli anziani. In un ambiente disteso e piacevole, Francesca fa manicure, applica lo smalto, fa cerette e massaggi a viso e mani con creme cosmetiche.



**Giannino** è il nostro guru della polenta! Una festa a tema non può definirsi tale senza il suo paiolo di rame e il suo trapano "a frusta" per mescolare la farina gialla!



**Giusy** è sempre stata il nostro anello di congiunzione con la spiritualità. Volontaria da moltissimi anni, si occupa di tutte le proposte religiose all'interno della casa di riposo, dal Rosario alla Santa Messa. Per quest'ultima, officiata dai Frati del Convento Franciscano di Mezzolombardo, è aiutata da altre volontarie che dedicano il loro tempo e la loro devozione ai nostri residenti.

**Lucia** e **Gina** sono donne solari e sempre in movimento che nei loro momenti liberi ci accompagnano volentieri alle gite o ballano con i residenti in occasione di qualche festa.







**Guido** da anni, in rappresentanza de “Gli amici di Padre Pio”, ormai San Pio, ci regala mensilmente un momento raccolto in cui recitare il Rosario.



A **Ilaria** piace molto dedicarsi ai lavori manuali, che la impegnano anche da casa. Svariati sono, infatti, gli oggetti e i monili che ha confezionato e donato per i regali della tombola. Attività, quest’ultima, che la vede sempre in prima linea!



**Lorenzo** dopo la sua esperienza con il progetto 3.3 D, ha deciso di dedicare il suo tempo affiancando tutte le settimane la parrucchiera. Accompagna puntualmente i residenti nel salone e con la sua allegria rende i momenti di attesa molto più piacevoli.



**Franca** braccio destro di Giusy, con la sua bella voce anima i canti della Messa durante la quale è anche ministro della comunione.





**Luigina** è diventata volontaria in seguito all'ingresso della sua mamma nella nostra struttura. Entrambe donne solari e sorridenti, sempre con una parola gentile e positiva per gli altri residenti della struttura. Abile sostegno, anche lei, nelle attività di tipo manuale, apprezza molto il canto, dalla musica leggera a quella religiosa.



**Patrizia** è appena arrivata tra noi! Si sta ancora sperimentando, iniziando dal gruppo di maglia "sferruzziamo".



**Pierino**, persona attiva e sportiva, è sempre pronto a partecipare alle uscite sul territorio. Impegnato settimanalmente con uno dei nostri residenti, con il quale fa piacevoli passeggiate in paese. È bello sentirlo suonare la sua piccola armonica.



**Sandra** è di supporto ai residenti che necessitano di recarsi alle visite in ambulanza e si dedica alla relazione all'interno della casa.



**Silvana** per tanti anni ha offerto il suo aiuto in svariate attività. Attualmente si dedica alla relazione con i residenti ed è di sostegno nelle proposte di tipo religioso e durante le feste.



**Susanna** con discrezione ed empatia si relaziona con tanti residenti e mette a disposizione le sue capacità manuali per realizzare manufatti e addobbi. Sempre disponibile a contribuire in tutte le attività proposte.



## LE ATTIVITA' CON LE SCUOLE

Nell'anno scolastico 2023/2024, con piacere, abbiamo ripreso i rapporti con le scuole di ogni ordine e grado, attivando diversi progetti.

I bambini dell'asilo nido Ciripà hanno trascorso ogni mese una mattinata con noi. Con piacere ricordiamo in particolare la collaborazione di "piccole e grandi mani" per la realizzazione dello striscione di carnevale che abbiamo portato insieme alla sfilata del martedì grasso.

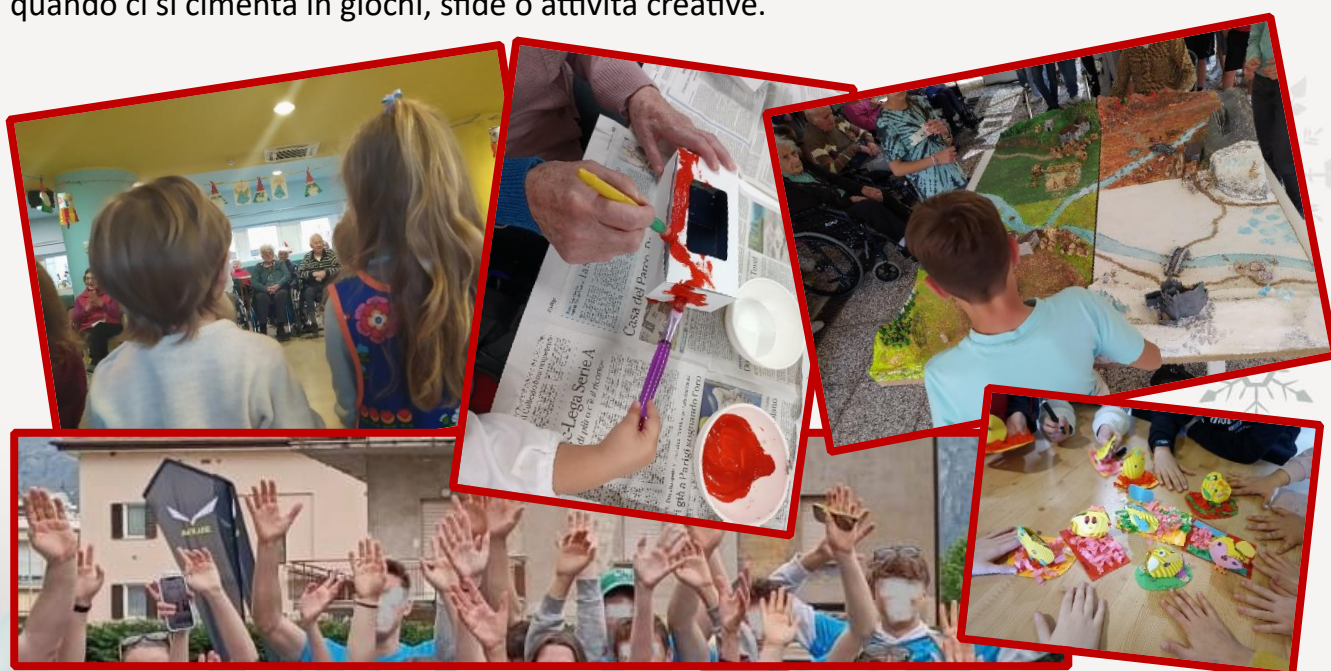
La scuola dell'infanzia è venuta ogni mese a cantare per noi e a leggere insieme delle storie.

Con la scuola elementare l'incontro mensile verteva ogni volta su un diverso argomento; particolarmente stimolante è stato il confrontarsi sulle differenze della scuola di un tempo e quella di oggi che ci ha portati anche a rispolverare e ricordare le vecchie tradizioni locali come la "strozega" di S.Nicolò.

Con la scuola media i nostri incontri sono stati numerosi, finalizzati alla realizzazione del plastico della Piana Rotaliana in epoca medioevale. Oltre ai partecipanti all'attività manuale, abbiamo coinvolto in questo progetto un bel gruppo di residenti attraverso l'attività cognitiva sviluppata con letture, immagini ed evocazione di ricordi inerenti i palazzi, i castelli e monasteri della zona.

Infine, alcuni ragazzi dell'Istituto Martino Martini di Mezzolombardo, ad indirizzo sportivo, ci hanno offerto una mattinata di spensieratezza, cercando di unire la loro passione per lo sport a giochi a noi vicini, come quello delle bocce.

Il confronto con i bambini e i ragazzi è sempre un momento che i residenti attendono con trepidazione ed è bello osservare come, a seconda dell'età che hanno, gli anziani si sanno facilmente adattare ad ogni tipo di proposta. Si vivono quindi momenti di estrema tenerezza, espressa con abbracci e carezze con i più piccoli e altri di fermento, allegria e competizione quando ci si cimenta in giochi, sfide o attività creative.





## L'ESPERIENZA CON L'ASILO NIDO "CIRIPÀ"



Il legame tra anziani e bambini è qualcosa di indescrivibile... lampante, ma quasi incomprensibile agli occhi di chi osserva. Non c'è bisogno di parole, meno si interviene e maggiore è la magia... in quegli scambi di sguardi o di gesti d'amore si percepisce una comprensione profonda del mondo, una complicità giocosa, ma piena di tenerezza. Ogni momento viene vissuto seriamente, come si è soliti fare per le questioni importanti. Un semino piantato nella terra, la lettura di una storia, l'ascolto di una canzone, la costruzione di una lanterna... ogni vissuto è prezioso e ricco di esperienza!

I sorrisi spontanei che nascono sui visi dei "nonni" quando li andiamo a trovare ci riempiono il cuore di gioia e gli occhi di lacrime, mentre i bambini fanno cadere tutte le barriere senza timore né giudizio.

Ogni volta l'emozione è tanta e per molto tempo, dopo che





ci siamo lasciati, viviamo nel ricordo di questi dolci momenti che tanto ci insegnano del valore delle piccole cose e della felicità che sta sempre nelle cose più semplici.



Grazie di cuore a tutti gli operatori della “casa dei nonni” che ci accolgono con calore e affetto ogni mese, permettendoci ogni volta di far nascere timidi sorrisi o fragorose risate dalle giovani bocche dei più piccoli ed occhi pieni di gratitudine e amore sui visi raggrinziti dei più anziani. Mentre noi che viviamo da spettatori tutto questo, ce ne stiamo imbambolati ad osservare così tanta bellezza.



Caia&Noia

a nome di tutto il Ciripà





## LE VISITE DEI BAMBINI DELLA SCUOLA DELL'INFANZIA

I bambini della scuola dell'infanzia di Mezzolombardo ci sono venuti a trovare tutti i mesi. Ogni volta, sezione dopo sezione, i visi di piccoli e anziani si illuminavano, in un timido scambio che riscaldava i cuori.

I bambini, spontanei e curiosi, con i loro sorrisi ci hanno portato canzoni e balletti che noi abbiamo provato ad imitare. Ci hanno raccontato e mimato storie, assieme alle loro maestre. Ci hanno portato regali, molto apprezzati, che hanno costruito e decorato con le loro manine. Ma più di tutto ci hanno portato affetto e hanno sollecitato i nostri ricordi e per questo li ringraziamo di cuore!





*La bellezza di ogni fase della vita vista con gli occhi dei bambini*

INCONTRI INTERGENERAZIONALI ALLA RSA DI MEZZOLOMBARDO

## **I BAMBINI DELLA SCUOLA PRIMARIA DI MEZZOLOMBARDO RACCONTANO LA LORO ESPERIENZA VISSUTA CON GLI OSPITI DELLA CASA DI RIPOSO**



Noi alunni della classe 5C della scuola primaria di Mezzolombardo vogliamo raccontare alcuni momenti particolarmente significativi vissuti lo scorso anno scolastico alla Casa di Riposo di Mezzolombardo.

Desideriamo testimoniare come il contatto intergenerazionale sia stato benefico per entrambe le parti: noi bambini abbiamo portato l'energia contagiosa della fanciullezza e la grande curiosità, mentre gli anziani hanno

offerto la loro esperienza di vita e un cuore generoso pronto ad accogliere.

A partire dal mese di novembre, una volta al mese, siamo andati a trovare gli ospiti della struttura in orario scolastico, prima della ricreazione del mattino, per consumare la merenda con loro, in un ambiente sereno e rilassante.

Al primo incontro abbiamo giocato a bowling con gli anziani, che contagiati dall'entusiasmo del momento, si sono divertiti molto.



In classe successivamente abbiamo pensato e preparato alcune domande per proporre un'intervista agli anziani. Infatti, il giorno di San Martino, 11 novembre, abbiamo fatto nuovamente visita ai vecchietti e a turno abbiamo rivolto loro alcune domande.

Ci interessava sapere soprattutto come trascorrevano, quando erano piccoli, la serata festosa dell'11 novembre.



Ci hanno raccontato che la sera di San Martino, quando faceva buio, scendevano nelle strade del paese in compagnia degli amici: ciascuno portava delle lanterne accese, che erano simbolo di buona fortuna e diffondevano un po' di calore e di luce dell'estate nel freddo autunno.



Ormai questa festa da noi è quasi in disuso, ma è stato bello ascoltare i loro racconti e conoscere le antiche tradizioni dei tempi passati. Sicuramente per loro è stato gratificante vedere che le loro testimonianze sono state apprezzate!

Alcuni giorni prima di Natale siamo ritornati alla Casa di Riposo e abbiamo creato uno spazio gioioso e vibrante, cantando, in diverse lingue, canzoni natalizie.



Gli anziani sono stati entusiasti della nostra esibizione e hanno manifestato il loro apprezzamento con grandi applausi! In quell'occasione abbiamo giocato con loro anche a tombola.

Nel periodo di Pasqua abbiamo partecipato a un laboratorio artistico sotto l'attenta supervisione delle insegnanti e delle animatrici: abbiamo

realizzato un pulcino di cartoncino che conteneva dei cioccolatini.

Gli anziani sono sempre riusciti a farci sentire felici e a nostro agio, mentre in noi è cresciuta sempre di più la consapevolezza che sono delle persone molto affidabili e gentili. Anche per questo motivo ad ogni incontro si sono rafforzati i legami umani, è aumentato il rispetto per le diversità ed è sorta una sana confidenza.

In conclusione vogliamo ribadire che è stata un'esperienza positiva: a noi bambini ha permesso di farci vivere dei bei momenti di gioia e a loro ha permesso di rompere eventuali solitudini.

Noi siamo convinti che la bellezza c'è in ogni fase della vita!

Gli alunni di 5C della Scuola Primaria di Mezzolombardo



## LA PIANA ROTALIANA E I SUOI CASTELLI CON LA SCUOLA MEDIA



Quando quarantasette ragazzini di prima media e alcuni anziani della casa di riposo si incontrano, passano del tempo insieme e lavorano su un progetto comune, nascono davvero una ricchezza e una sinergia che continuano anche al di là dei singoli momenti.

Da gennaio a inizio maggio per alcune mattinate e un pomeriggio a settimana, due classi della Scuola Secondaria di Primo Grado di Mezzolombardo,

la 1<sup>A</sup>C e la 1<sup>A</sup>D, hanno lavorato in piccoli gruppi presso l'Officina dei Saperi per costruire un plastico che rappresentasse i castelli e gli abitanti della Piana Rotaliana in epoca medioevale. Fin da subito i ragazzi hanno iniziato a progettare, definire spazi, simulare ambienti, rendendosi totalmente autonomi se non per alcuni minimi consigli operativi. È stato un incontro casuale quello con Sonia e Monica, le animatrici della RSA di Mezzolombardo, che ha portato all'idea di mostrare il lavoro in via di sviluppo ad alcuni utenti della Casa di Riposo che potevano essere interessati.

Insieme ad alcuni anziani entusiasti dell'invito, è entrato dalla porta Antonio. Serio e silenzioso, si è avvicinato a chi stava mettendo mano ai pannelli su cui si sarebbe creata tutta l'ambientazione. Con estrema concentrazione ha iniziato a spostare i suoi occhi attenti dai ragazzi al loro lavoro e viceversa. Dopo aver superato la diffidenza dovuta al ricordo di bambini dispettosi che rovinavano i suoi lavori, ha





iniziato a sorridere e, su invito di tutti, si è reso disponibile a prestare il suo aiuto. Sonia ci ha allora raccontato la sua esperienza di decennale costruttore di presepi e tutti gli alunni hanno cominciato a guardarlo con riverenza: una persona con esperienza! Super! Antonio è subito diventato per tutti un valore aggiunto, “un aiuto davvero prezioso, che ci ha incoraggiato con i suoi sorrisi”, scriverà nel suo taccuino Ginevra. Così ha lasciato la sua stanza e ha iniziato a raggiungerci quando poteva. Accompagnato da Sonia e Xhedid ha messo mano al plastico, dipingendo, creando alberi, incollando pezzi e aiutando i ragazzi a risolvere i loro dubbi. È sempre stata una gioia vederlo arrivare con il suo baschetto in testa e la camminata di chi non vede l’ora di mettersi all’opera. “Ogni volta che Antonio arriva per darci una mano, ci regalava un sorriso. Un signore sensibile, divertente e molto dolce”, lo descrive Rebecca. Quando non faceva capolino dalla porta, mancava a tutti.



Con la collaborazione di ciascuno, il plastico è poi arrivato alle sue fasi conclusive ed è stato presentato all’interno di una mostra itinerante organizzata dalla scuola. Qui, commentando il lavoro, tutti i ragazzi hanno voluto dedicare un pensiero di gratitudine ad Antonio, che, come ha detto Arianna, “è stato come una miniera piena d’oro, che ha dato dei consigli molto utili su come rendere il paesaggio più realistico e come rendere i dettagli più originali”, ai suoi accompagnatori che sempre si sono dimostrati disponibili e gentili e al direttore della RSA che ha reso possibile questa collaborazione, che rimarrà nei cuori di ciascuno di noi.

Naturale è venuta la richiesta di poter portare il plastico nella struttura per mostrare a tutti, compreso Antonio, il lavoro



finito. Qui è stato davvero emozionante assistere a due mondi all'apparenza così lontani che si sono uniti e arricchiti a vicenda, che hanno dialogato e portato esperienza e racconti di una vita da una parte e curiosità ed effervescenza dall'altra. Ci ha colpito vedere Antonio indicare con mano tremante e occhi lucidi la chiesetta di San Pietro di Mezzolombardo, "fatta così bene", a detta sua, "da sembrare vera". Significativi sono anche stati gli sguardi, gli inviti a inseguire i propri sogni, a impegnarsi per diventare degli artisti bravi come Antonio che gli studenti e le studentesse si sono sentiti rivolgere dagli anziani presenti.

È stato bello poi rientrare in classe e riempire le pagine dei nostri quaderni con pensieri di gratitudine e affetto per chi ci ha accolto con tanta gioia e ci ha accompagnato con tanta generosità in un tratto così importante del nostro anno scolastico. L'augurio di tutti è stato quello di poter presto tornare a fare visita ai "nostri" nonnini e al "nostro" Antonio, per ascoltare nuove storie, per arricchirci di sorrisi genuini e preziosi e, perché no, per realizzare nuovi progetti.

Prof.ssa Simona Mazzer





## UNA MATTINA SPECIALE CON LA CASA DI RIPOSO: IL RACCONTO DELLA 4LIS B DELL'ISTITUTO MARTINO MARTINI



Lo scorso anno, noi studenti della classe 4LIS B abbiamo vissuto un'esperienza unica e arricchente: trascorrere una mattinata all'aperto con un gruppo di anziani, organizzando per loro una partita di bocce. Quella giornata ci ha insegnato tanto e ci ha regalato momenti indimenticabili.

Abbiamo iniziato preparando il campo, sistemando tutto il necessario per farli sentire a

loro agio. Quando sono arrivati, molti di loro sembravano un po' timidi, ma bastava un sorriso o una parola di incoraggiamento per sciogliere ogni incertezza. Vederli lanciare le bocce, ridere per un tiro sbagliato o gioire per un punto segnato è stato per noi una grande soddisfazione.

Abbiamo scoperto che non era solo un gioco, ma un momento di sfogo. È stato sorprendente quanto fosse naturale parlare e scherzare con loro, come se ci conoscessimo da sempre.

La parte più emozionante è stata alla fine, quando ci hanno ringraziato per aver reso speciale la loro giornata. Una signora ci



ha detto: "Non immaginate quanto sia bello sentirsi di nuovo giovani, anche solo per qualche ora." Queste parole ci hanno fatto capire che, con un gesto semplice, avevamo fatto qualcosa di importante.



Siamo tornati a casa con il cuore pieno di gratitudine e la consapevolezza che, a volte, basta davvero poco per fare la differenza nella vita di qualcuno. Speriamo di poter ripetere presto un'esperienza così bella!





## LE NOSTRE OLIMPIADI

Nell'anno delle Olimpiadi e dei Giochi Paralimpici, anche noi dell'APSP San Giovanni, abbiamo voluto proporre la nostra versione.

A partire da fine agosto abbiamo iniziato l'allenamento e i preparativi tecnici per la prima edizione delle Olimpiadi degli Anziani nella nostra struttura.

L'idea regina è quella di Pierangela, la nostra fisioterapista, che è stata in grado di coinvolgere tutte le altre figure nel suo "team sportivo". In particolare la fisioterapia si è dedicata alla preparazione fisica, mentre l'animazione, con i collaboratori del progetto 3.3 D, ha allestito gli spazi e organizzato il tifo.

Per gli anziani è stato un coinvolgimento a 360 gradi. Oltre agli allenamenti mirati, hanno partecipato alla realizzazione dei vari simboli a decorazione della casa: dai cerchi olimpici, icona per eccellenza dei giochi olimpici, alle bandiere italiane, il tutto con grande senso di appartenenza.

I giochi si sono svolti in due giornate: il 6 e 7 settembre scorso. Abbiamo selezionato 3 atleti meritevoli per ogni disciplina: il lancio del girello, quello della palla e del giavellotto e le parallele.

L'apertura dei giochi ha visto tutti gli atleti, con tanto di pettorale con nome, sfilare tra gli altri residenti e il pubblico tifoso che sventolava con loro le bandiere italiane, sulle note dell'Inno italiano. La nostra porta bandiera è stata Maria, nonna del campione della pallavolo Gianluca Galassi, a dimostrazione che buon sangue non mente!







Nella prima giornata si sono sfidate nel lancio del girello Anita, Fiorella e Giuseppina. Ad avere la meglio è stata Anita con una distanza di 5 metri e 40, seguita da Fiorella con 2,90 metri e Giuseppina con 2,80 metri.



Per il lancio della palla, Italo ha battuto le avversarie con una distanza di 5,30 metri, dietro di lui Angelina con 4,70 metri e Maria con 3,80 metri.





Podio tutto maschile nel lancio del giavellotto con Agostino 4,7 metri, Sergio 3,5 e Silvio 2.



Infine, nella seconda giornata, le atlete si sono cimentate nella prova delle parallele. Questa disciplina ha richiesto una vera e propria giuria, composta dalle nostre residenti Olga, Luigia e Frida che hanno valutato la performance delle atlete Giacinta (30) punti, Assunta (28) e Angela (27).





Le premiazioni sono state effettuate dal sindaco di Mezzolombardo, dalla Presidente e dal Direttore.

I residenti, come dei veri atleti, hanno ricevuto sul podio i fiori e una vera medaglia, corrispondente alla posizione ottenuta, sulle note dell'Inno di Mameli. L'emozione e il coinvolgimento al canto era talmente tanta, che

tutti i residenti hanno partecipato animatamente al coro, lasciandosi trasportare in modo spontaneo anche in un sentito "bis".

I nostri atleti si sono molto emozionati, felici di dimostrare ancora la loro voglia di essere protagonisti!



Anche nel nucleo Alzheimer si sono svolte delle mini competizioni, che hanno coinvolto i residenti nel lancio del barattolo. È stata creata per loro una medaglia apposita con del filo di lana e del cartoncino. Anche in questo caso, nonostante la compromissione delle persone coinvolte, i residenti hanno vissuto e percepito un valido momento da protagonisti!



## LA VISITA DEL NOSTRO VESCOVO LAURO

Il 14 novembre scorso il nostro Vescovo, Monsignor Lauro Tisi, ci è venuto a trovare! In occasione della sua prima Visita Pastorale a tutta l'Arcidiocesi di Trento, inizia proprio da noi, da quella che si chiama Zona Pastorale di Mezzolombardo, con tutte le sue 32 parrocchie: tra tutti gli impegni che lo vedono in prima linea, c'è anche la visita alle case di riposo, con il sentito saluto agli anziani che le abitano.







L'accoglienza è stata calorosa sia da parte dei residenti che dei familiari presenti. Mons. Lauro si è reso subito disponibile, ha salutato i presenti uno ad uno, felice di essere tra noi e sono state apprezzate da tutti la sua gentilezza, la sua umanità e la sua spontaneità.







Dopo i saluti da parte delle autorità, abbiamo potuto ascoltare la Liturgia della Parola e a seguire, tutti i presenti che lo gradivano, hanno ricevuto l'Unzione degli Infermi da parte del Vescovo, aiutato da Padre Massimo.



Un pomeriggio raccolto, molto sentito dai partecipanti, che ha unito i presenti nella loro Fede, con l'emozione e l'orgoglio di poterlo fare insieme al nostro Vescovo.





## PARCO SENZA FRONTIERE

Un progetto di realtà virtuale, al quale il nostro Ente ha deciso di partecipare, che permette di visitare virtualmente il Parco Naturale Adamello Brenta e alcuni percorsi della Val di Non. Un percorso in 3D per cime, laghi, cascate e rifugi accompagnati da una voce narrante che, con parole semplici e mirate, aiuta a contestualizzare ciò che si sta guardando.

La persona che indossa il visore, quindi, viene trasportata in 30 luoghi selezionati, in cui può muoversi e vivere emozioni come se fosse realmente lì: ruotando la testa a 360 gradi e guardando tutto attorno, ascoltando i suoni della natura fedelmente ricreati, camminando lungo sentieri descritti in maniera semplificata.

È stato molto interessante vedere le reazioni positive a questa nuova tecnologia che ci permette di annullare le distanze e rivedere posti conosciuti o scoprirne di nuovi!

L'utilizzo che abbiamo fatto di questo nuovo strumento, il visore 3D, è stato vario. Per qualcuno è stato bello poter rivivere posti conosciuti o conoscerne di nuovi attraverso le immagini realistiche che gli sono state proposte, godendosi il viaggio in modo individuale.





Per altri è stato interessante progettare un vero e proprio itinerario in piccolo gruppo, in modo tale da poter “visitare”, ad ogni incontro, un luogo diverso e condividere con gli altri presenti impressioni, ricordi, osservazioni. In questi piccoli gruppi, aiutati dalla possibilità di mostrare sulla tv le immagini che il singolo vedeva in modo tridimensionale, abbiamo potuto condividere anche storie, descrizioni e leggende dei magnifici luoghi del parco Adamello Brenta e Val di Non. Prima su tutti, la storia del Lago di Tovel, il luogo più presente nei ricordi dei nostri anziani: qualcuno racconta di averlo visto rosso, qualcun altro conosce la leggenda della regina Tresenga, il cui sangue, insieme a quello dei soldati di Ragoli, lo ha tinto nella battaglia contro Lavinto, re di Tuenno.





## PIANO GIOVANI – L'ESPERIENZA DI FRANCESCA

Sin dal principio, da quando mia madre mi aveva proposto quest'attività, avevo subito pensato che sarebbe stata un'esperienza molto interessante e affabile. Avevo ipotizzato che sarei stata con i residenti e che avrei fatto loro compagnia. È stato così infatti, ma devo dire che anche loro hanno dato qualcosa in cambio a me: sorrisi, attenzioni, frasi di supporto per il mio futuro e la mia carriera scolastica.

Durante il mio tempo trascorso qui, ho aiutato le animatrici nelle attività organizzate da loro, come sessioni di gioco, letture e lavori manuali, tutto pensato per tenere alto il morale e concedere ai residenti momenti di svago e di comunicazione. Interagire con gli anziani mi ha insegnato l'importanza della gentilezza, della pazienza e anche della compassione. Ho imparato tanto ascoltando le loro esperienze di vita e la loro saggezza. Inoltre mi ha profondamente toccata vedere come anche i piccoli gesti di gentilezza e di compassione possono fare la differenza nella vita di una persona anziana.

Mi sono sentita molto accolta e percepisco un senso di profonda gratitudine nei confronti delle animatrici che mi hanno assistita e accompagnata nonostante i loro continui impegni. Ora sento come un senso di gratificazione e soddisfazione nell'aver potuto dedicare parte del mio tempo a persone che hanno tanto da insegnare e con le quali posso crescere umanamente.

Quindi posso affermare che queste settimane sono state molto motivanti e auspico che molti altri volontari come me si possano divertire nel relazionarsi con i residenti e che possano vivere questa esperienza.

Spero di poter trascorrere altro tempo qui anche il prossimo anno e di poter imparare sempre di più dai residenti della casa di riposo. Perciò ringrazio ancora per l'opportunità che mi è stata data, opportunità che mi ha permesso di vivere un'esperienza così appagante.

Francesca





## ATTIVITA' DI BUON VICINATO

Il rapporto tra giovani e anziani può sembrare, a prima vista, un incontro di mondi distanti: da un lato, i ragazzi sono immersi in un mondo frenetico e tecnologico, dall'altro gli anziani hanno vissuto esperienze che sembrano lontane nel tempo. Eppure, è proprio in questa apparente distanza che si cela un'opportunità straordinaria di scambio.

Ne abbiamo avuto prova anche in questo anno che oramai sta volgendo ai titoli di coda. L'essere vicini di casa non solo voi e noi della "Pagoda" (Officina dei Saperi, OpenLab, Kaos), ma anche delle scuole medie, ci ha dato la possibilità di condividere esperienze importanti. La realizzazione che forse più di tutte rappresenta questo buon vicinato è stata la realizzazione di un bellissimo plastico raffigurante la Piana rotaliana in epoca medievale. L'input è venuto dalle professoresse delle classi I C e I D che hanno voluto proporre ai loro alunni un modo d'imparare la storia un po' diverso ed un po' più originale. Dal dialogo e dal confronto è nata l'idea di riportare indietro nel tempo il luogo dove vivono e dove vanno a scuola.

Dalla lettura del territorio per verificare quali elementi fossero risalenti all'epoca medievale, dopo una ricerca fatta sui libri e una lettura dei dipinti del Ciclo dei Mesi di Torre Aquila del Castello del Buonconsiglio di Trento, è stata la volta dei ragazzi e delle ragazze delle due classi prime dare libero sfogo alla propria fantasia, alla propria creatività e alla propria vena realizzativa.

Ed è stato proprio nella fase operativa, quando cioè si è passati a costruire il plastico e tutti suoi componenti, che i laboratori di Officina dei Saperi ed OpenLab sono diventati luogo d'incontro e di scambio con alcuni ospiti della casa di riposo venuti, non solo a vedere i lavori ma anche a dare un contributo fattivo.

In particolar modo è stato bellissimo vedere alcuni maneggiare il seghetto del traforo, il pennello, i colori, i vari materiali e partecipare al lavoro. Specialmente Antonio, che sappiamo avere un passato da artigiano appassionato di presepi, con il suo tocco artistico ha contribuito a rendere il lavoro ancora più particolareggiato e suggestivo.

I ragazzi, da parte loro, hanno saputo apprezzare il valido contributo dato da una persona con tanta esperienza e, soprattutto, hanno potuto leggere nel suo sguardo la passione del fare ciò che si ama.

Ecco l'incontro tra generazioni, quello per cui non servono parole o spiegazioni, quello per cui è sufficiente uno sguardo e un'attenzione per comprendersi e per arrivare assieme a condividere un risultato.

Terminato il plastico è stato molto bello potervelo presentare e pensate che, grazie alla mostra organizzata dall'Istituto comprensivo di MezzolombardoPaganella "La scuola amica del territorio" lo scorso giugno, è stato visto anche da molte persone e anche dai vertici del



comune e della Comunità di Valle che hanno espresso apprezzamento per il bel lavoro svolto.

Un lavoro che non ha solo un valore didattico o artistico, ma che possiede anche un valore sociale molto importante, un valore di relazione e di sinergia. Vi sono le istituzioni che hanno creato le condizioni, vi sono le persone che hanno colto le opportunità e costruito relazioni e vi è chi, in un clima accogliente, ha vissuto esperienze di crescita o di nuova o ritrovata vitalità.

Se abbiamo potuto condividere questa bella esperienza desideriamo ringraziare la Comunità di Valle ed il comune di Mezzolombardo, la Coop. Soc. Kaleidoscopio, le professoresse che hanno coinvolto le loro classi: Simona Mazzer, Martina Mottes, Miriam e Claudia Paternoster, il bravissimo personale della RSA di Mezzolombardo e la disponibilità vostra.

Cogliamo inoltre l'opportunità di scrivere sul vostro giornalino per ringraziare pubblicamente anche la Cassa Rurale Val di Non - Rotaliana e Giovo per il contributo economico che ha permesso ad Officina dei Saperi e ad OpenLab di acquistare attrezzi e strumenti che sono serviti ai ragazzi per realizzare i loro manufatti e tra questi anche il plastico della Piana rotaliana in epoca medievale.

Nel ringraziare per quanto è stato possibile realizzare insieme auguriamo a tutti e ad ognuno Buon Natale e Felice Anno Nuovo!

Andrea e Giovanni





## LA MUSICOTERAPIA PER ACCOMPAGNARE LA PERSONA

### NELL'ETA' PIU' MATURA DELLA VITA

Mi occupo di Musicoterapia da alcuni anni, portando a termine un percorso a Berlino e specializzandomi in Musicoterapia Antroposofica a Bologna. Ritengo che sia un ambito su cui sia necessario fare chiarezza, perché si conosce ancora poco e quindi si rischia di averne una visione parziale o superficiale.

Che cos'è la Musicoterapia Antroposofica?

Si parte da uno sguardo all'essere umano come entità costituita da una serie di processualità psico-fisiche che dipendono dalla convivenza e vibrazione di tre ambiti fondamentali tra loro interconnessi: il sistema neuro-sensoriale, il sistema ritmico (respirazione ed attività cardiaca) ed il sistema metabolico. Sulla base di questa visione tripartita, si osservano questi ambiti da un punto di vista della qualità nel modo di manifestarsi e nella funzionalità, soprattutto per quanto riguarda la relazione e l'interconnessione tra di essi. Per questo si parla, in termini molto semplificativi e simbolici adatti a questo contesto, di equilibri e squilibri, di consonanze e dissonanze. Non a caso utilizzo queste parole diciamo così "musicali", perché si esprime l'idea che l'essere umano venga osservato da una prospettiva propria delle leggi di consonanza e dissonanza, di armonia e disarmonia, della musicalità







intrinseca nel suo essere corpo, anima e spirito, in costante vibrazione con l'ambiente che lo circonda.

La persona si riconosce in ciò che in una visione comune viene definita come personalità, ma che in termini di ricerca musico-terapeutica si traduce in una personale melodia, armonia e ritmo nel viverli in una dimensione interna ed una esterna, che si rapporta al mondo.

Questi vogliono essere i presupposti per comprendere il punto di partenza di questo incredibile, affascinante ambito di ricerca e di lavoro.

Quest'autunno ho sviluppato un breve progetto presso la struttura A.P.S.P. San Giovanni di Mezzolombardo ed ho avuto la fortuna di poter lavorare con tre gruppi e

con quattro utenti a livello individuale, con cadenze di incontri regolari ogni settimana. È stato un lavoro molto interessante, in cui ho avuto ulteriore conferma che per portare beneficio ad una persona con grossi limiti psico-fisici sia prima necessario trovare il canale adeguato per poterla raggiungere. Ci sono canali, come quello dell'elemento musicale, che sono universali ed oggettivi e che attraverso il principio della risonanza, sostenuto da un'attività mirata con alla base un metodo, si rivelano efficaci nella loro fruttuosità.

Lo scopo principale del lavoro è stato quello di comunicare con gli utenti attraverso la sfera sensoriale, per accompagnarli a stimolare situazioni di equilibrio, ad alleviare le sensazioni spiacevoli, a sciogliere i punti di disfunzione e di malessere, stimolando anche lo sviluppo di competenze volte a favorire un piccolo passo verso una forma di movimento interiore. Un periodo di due mesi non è sufficientemente lungo per fissare il risultato di un processo, tuttavia



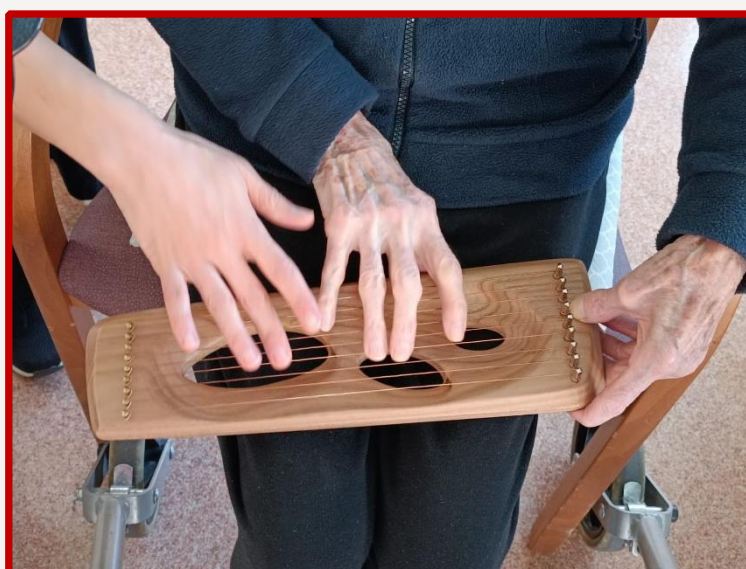


alcuni passi si sono manifestati. Questa fase è stata importante per costruire un rapporto di qualità e di fiducia, di reciproca accoglienza e di apertura verso l'elemento musicale che unisce in sé il passato, il presente ed il futuro, aspetto molto importante per la persona che deve affrontare l'età più matura della vita.

Sono molto grata per il lavoro svolto con queste persone e ritengo che sia importante prendere sempre più in considerazione interventi che utilizzano questo tipo di "linguaggio", per favorire una crescita nei termini di benessere della persona.

È mio desiderio rivolgere un sentito ringraziamento allo staff dell'organizzazione che mi ha accolta e sostenuta durante questa bellissima esperienza.

Lavinia Bottamedi





## ARRIVEDERCI ROBERTA!

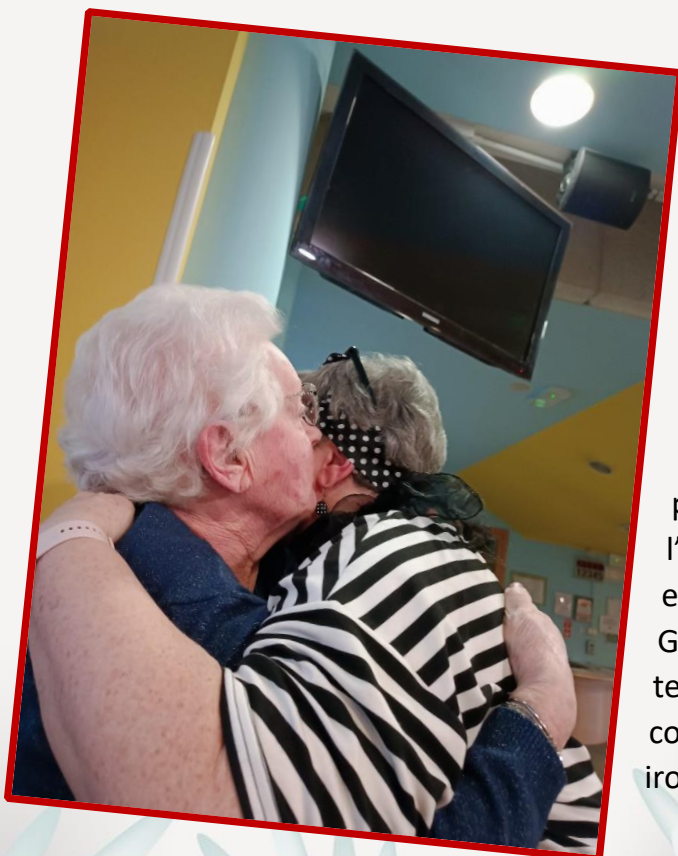
Il 2024 ha visto diverse “storiche” dipendenti raggiungere il meritatissimo traguardo della pensione. Dopo tanti anni di lavoro e dedizione, abbiamo salutato Sandra, Donatella, Patrizia e la nostra coordinatrice dei servizi, Roberta!

Il dispiacere di non vederla più camminare per i corridoi della nostra casa, misto a felicità per l’inizio della sua nuova vita, sono i sentimenti che ci hanno accompagnato nella prima parte dell’anno. Ma Roberta ci ha stupito ancora una volta, regalandoci



una festa di saluto coi fiocchi: un tuffo negli anni 50. Bandierine, pois, gonne vaporose e pettinature a banana, oggetti dell’epoca e un ottimo rinfresco sono stati la cornice perfetta ai nostri sorrisi: lei e le sue “girls”, le nostre operatrici, ci hanno regalato uno splendido ballo a tema, coreografato con maestria, che ci ha rivelato una nuova loro dote. Non solo: la sorpresa è stata ricambiata dai nostri residenti che si sono impegnati per settimane, preparando una coreografia sulle note de “Il ballo di Simone”.

Tanti sono stati i discorsi di ringraziamento dedicati a Roberta, per il suo lavoro e la sua personalità, il suo buon cuore e l’intraprendenza. Dalle parole della presidente e del direttore, a quelle della coordinatrice Giovanna con il passaggio del “testimone”, il telefono, a Cristina, dai discorsi spiritosi dei colleghi, ma pregni di vita vissuta insieme, alle ironiche poesie del nostro residente Italo.





Ma non è finita qui. Il gruppo di cucito ha realizzato per Roberta uno splendido fuoriporta in pannolenci interamente fatto a mano, rappresentante una casa, la nostra, con due uccellini, a ricordare lei e noi in uno stretto legame. In ultimo, moltissimi sono stati i residenti che hanno avuto il piacere di darle personalmente un saluto, un ringraziamento o parole di buon augurio. Queste parole sono state raccolte in un quaderno e donate alla nostra, ormai ex, coordinatrice assieme a un pezzetto di ognuno noi, sperando possa portarci sempre nel suo cuore e nei suoi ricordi!





# Desideriamo ringraziare e salutare

Tutto il Personale della APSP "San Giovanni"  
Lo Staff della ditta di ristorazione "Serenissima Ristorazione" di Vicenza  
Lo Staff della ditta di pulizie "Miorelli Service" di Mori  
Il Gruppo delle Volontarie e dei Volontari  
L'Amministrazione e il Personale del Comune di Mezzolombardo  
L'Amministrazione e il Personale della Comunità di Valle Rotaliana-Königberg  
La Biblioteca di Mezzolombardo  
La Polizia Locale e i Vigili del Fuoco Volontari di Mezzolombardo  
Il Distretto Famiglia della Rotaliana  
L'Arcivescovo Mons. Lauro Tisi  
La Parrocchia di Mezzolombardo  
Il Convento dei Frati Francescani di Mezzolombardo  
L'Oratorio di Mezzolombardo  
L'Asilo Nido Ciripà di Mezzolombardo  
La Scuola Materna di Mezzolombardo  
L'Istituto Comprensivo Mezzolombardo Paganella  
L'Istituto Martino Martini di Mezzolombardo  
La Cooperativa Sociale "Grazie alla Vita" di Mezzolombardo  
Il Centro "Kaos", la "Officina dei Saperi" e "OpenLàb" di Mezzolombardo  
Il Circolo "La Pergola" di Mezzolombardo  
La Scuola musicale Guido Gallo di Mezzolombardo  
La Proloco di Mezzolombardo  
Il Circolo ACLI di Mezzolombardo  
Il Circolo ACLI di Grumo San Michele  
L'Atletica Rotaliana di Mezzolombardo  
Il "Gruppo Forcoloti MSP" di Mezzolombardo  
Il Gruppo Alpini di Mezzolombardo  
Il Gruppo Micologico Rotaliano di Mezzolombardo e la micologa Marialuisa Preghenella  
Le APSP di Taio e di Mezzocorona  
Il Museo Etnografico Trentino di San Michele a/Adige  
La Cassa Rurale Val di Non – Rotaliana e Giovo  
La catechesi di Molveno e di Nave San Rocco  
L'Organizzazione di Volontariato "Cuore per un Sorriso" di Trento  
La Fanfara dei Bersaglieri "C.Valotti" di Orzinuovi (BS)  
Il gruppo "Amici di Padre Pio"  
I gruppi musicali "Finchè Duran...Duran" e "La vita in...canta"  
I Cori "S. Maria Assunta", "Signore delle Cime" e "Madamadorè"  
"I Giullari di Corte" del dopolavoro ferroviario di Trento  
Il fisarmonicista Giuliano  
Roberta e Davide per l'Azienda Agricola Caset D. di Mezzolombardo  
La musicoterapeuta Lavinia Bottamedi  
L'agroecologo Stefano Delugan  
L'azienda Tama Aernova SpA di Predaia  
*E a tutti quelli che ci sono vicini e ci supportano*

## **UN GRANDE GRAZIE DI CUORE!**

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