

Residenza
Le Rose



Sommario:

Progetti avviati, progetti conclusi	
Frase famose, detti e consigli	2
L'unione fa la forza... noi e il nostro territorio	
Ipse dixit...curiosità dai nostri ospiti	3
Cambia il servizio Parrucchiera	
Umore e benessere psicologico	4
Ci hanno fatto divertire	5
Un po' di medioevo alle	6
Un po' di storia...	7/8
Gita a..Santuario del Tresto	9
Angolo del buonumore	
INSERTO Come e perché fare ginnastica	10/11
Esercizi per le vertebre cervicali	
La penna di ..	12/13
Remigio Bozzolan	
Tombola!!! E cosa vinco?	14
Abbi cura del corpo sempre...	
Anziani in gioco 2016	15
Montagnana	
Concorso fotografico	16
Facce da selfie	
Innovazioni alle Rose, il Bagno Relax	17
1° Torneo di Briscola	18
Conosciamoci...	19
L'albero delle idee regalo	20

CORRIERE DELLE ROSE

Numero 2

Trimestrale Luglio 2016 - Settembre 2016

A cura del Servizio Educativo



La nostra storia, la nostra famiglia.

Come anticipato nello scorso numero, in questa seconda uscita vorremmo approfondire gli aspetti legati all'importanza della conoscenza della nostra storia, della storia delle famiglie in cui cresciamo e che creiamo, della vita professionale e dei nostri diversi ambienti di provenienza. Ognuno di questi aspetti

concorre a creare la nostra persona e per ogni persona è fondamentale pensare ad un progetto di cura differente e "studiato" assieme.

Diventa quindi indispensabile conoscerci e instaurare un rapporto di fiducia reciproca che consenta di guardare assieme verso lo stesso orizzonte

con il rispetto verso tempi e ritmi di vita personali, rispetto verso gli spazi privati e la privacy, rispetto per la dignità della persona e per i suoi valori.

Per diventare un po' come una famiglia.

Rachele



Il legame che unisce la tua vera famiglia non è quello del sangue, ma quello del rispetto e della gioia per le reciproche vite. Di rado gli appartenenti ad una famiglia crescono sotto lo stesso tetto.

Richard Bach
1977 *Illusioni*
Le avventure di un
Messia riluttante

Progetti avviati, Progetti Conclusi



Grande successo per il primo numero del nostro giornalino: saremo addirittura pubblicati sul sito del comune di Lozzo Atestino, andateci a cercare!

Abbiamo avuti molti positivi riscontri anche da parte dei colleghi e pensiamo che questo sarà fonte di moltissimi contributi...che questo giornalino diventi un libricino magari?

Si è concluso il nostro primo Torneo di Briscola": più di 10 sfidanti per l'ambito premio di Primo classificato! A tutti gli altri una bella medaglia ricordo perché l'importante è partecipare... e capire i "moti"!!

Rachele

Frasi famose, detti e consigli utili

Ecco alcuni detti sull'ordine...e non solo!

Leonilda P.: "L'ordine sta ben anca casa del diavoeo!"

Remigio: "Ordine: Conserva le cose, facilita il lavoro, aiuta la memoria, economizza il tempo!"

"Fare del male è peccato, fare del bene è sprecato!"

"Vale di più un esempio che 100 regole!"

Rachele

L'unione fa la forza...noi e il nostro territorio



Dalla nascita della nostra Residenza, abbiamo potuto contare sulla presenza di Don Roberto, il parroco del nostro paese, che ha fatto in modo che le nostre porte sempre aperte fossero varcate da fedeli e assidui dell'appuntamento settimanale con la Santa

Messa. Con la collaborazione inoltre delle Suore (cui vanno i nostri ringraziamenti assieme a Don Roberto), questo momento settimanale è diventato uno degli appuntamenti più attesi dai nostri Ospiti che aspettano il venerdì pomeriggio per poter condividere il loro spazio di fede personale.

L'appuntamento è ogni venerdì alle ore 18.00 presso la Sala di culto della nostra Residenza al primo piano (di fronte alla sala polivalente).

Siamo inoltre disponibili ad accogliere volontari che vogliano prestare il proprio tempo per recitare il rosario con noi.

Rachele

Ipse dixit... Curiosità dai nostri ospiti

Pina è sempre con noi in sala polivalente e dalla sua borsetta dei segreti estrae e ci racconta le sue storie...

“Avevo una gattina alla catena... Ci era stata regalata per saldare un debito, era color noce. Solitamente la gattina stava nello studio piccolo, dove tenevamo il telefono, nella bottega di papà in Via Pescheria Vecchia. Un giorno è passato un tedesco con un grosso cane che si divertiva ad uccidere tutti i gatti che trovava; il cane se l'è vista brutta: la mia gattina gli è saltata al collo e gli ha morso la schiena! Il tedesco si è molto arrabbiato e gridava in tedesco... ma nessuno lo capiva! La gattina

ha fatto poi una corsa di 350 metri ed è andata in cantina!

Un altro giorno la gattina ha visto il signor Benvenuto, rosso di faccia, al nostro telefono e gli è saltata addosso mordendogli l'orecchio perché non lo aveva riconosciuto come uno di famiglia, era una gattina da guardia! Mio papà allora ha riattaccato l'orecchio al signor Benvenuto con un pezzetto di carta velina, perché non aveva altro, e gli ha detto: “Sei fortunato perché così non ti servirà più andare dal dottore!”

La gattina cacciatrice veniva lasciata libera dall'una alle 3 di notte per andare a caccia di topi quando il negozio era chiuso, non aveva un nome.

Rachele



Giuseppina Coletti

Cambia e si amplia il servizio Parrucchiera Estetista alle Rose



I servizi garantiti invece non cambiano: potrete scegliere tra taglio, piega, colore, permanente... manicure e pedicure!

Valentina vi aspetta per coccolarvi a dovere!! :-)

Rachele

Dal mese di Settembre è stato migliorato e ampliato presso la nostra Residenza il servizio di Parrucchiera — Estetista.

Avremo infatti la possibilità di avere i servizi estetici ben 3 volte alla settimana.

La nostra nuova Parrucchiera Valentina vi attende nei seguenti giorni:

- Lunedì dalle 9.00 alle 12.00
- Mercoledì dalle 9.00 alle 12.00
- Giovedì dalle 9.00 alle 12.00



Umore e benessere psicologico

Rubrica di Psicologia

Dott.ssa Rosanna Manca



L'umorismo, peculiarità dell'essere umano, rappresenta la capacità intelligente e sottile di individuare e ritrarre gli aspetti comici dell'ambiente.

La risata è un comportamento istintivo programmato dai geni umani, attraverso il quale vengono espressi sentimenti e suoni e si eseguono determinati movimenti che sono controllati dalla parte del nostro cervello più primitiva. La risata è un processo in cui, in risposta a un determinato stimolo che viene percepito comico, si produce un vissuto di piacere.

Una battuta ironica, la scena di una commedia o di un film comico, un'osservazione spiritosa divertono, inducono un'esperienza piacevole. Numerose sono le indicazioni, storiche e scientifiche, riguardo agli effetti positivi dell'umorismo sulla salute. L'umorismo consente di smussare le asperità, di realizzare un rapporto più funzionale con la realtà, di stemperare le tensioni e sgravare taluni compiti. L'umorismo creativo riflette la più elevata capacità espressiva dell'uomo, in quanto aiuta a mettere in prospettiva la realtà e ci connette con qualcosa di più grande di noi.

L'invecchiamento positivo costituisce un terreno favorevole per sviluppare l'umorismo, quale risorsa per miglio-

rare la qualità della vita.

Possiamo addestrare il nostro cervello a sperimentare la leggerezza: anche se per lungo tempo ci siamo dedicati alla serietà, si può riscoprire la capacità di divertirci. Esistono esercizi per imparare a cogliere il lato buffo delle cose che non ci piacciono. A partire da noi stessi e dal nostro aspetto. Possiamo anche imparare a ridere sotto stress. È difficile ma è molto utile: le emozioni negative restringono la prospettiva, ci fanno vedere solo quello che non va, mentre se si riesce a trovare qualcosa di buffo in una situazione, anche trovare una soluzione diventa più facile.

Anche nella nostra Struttura le occasioni di divertimento e gli spunti umoristici non mancano, è importante saper cogliere e mettere a frutto l'opportunità di sorridere anche nei momenti di difficoltà e scoraggiamento.

Rosanna Manca
Psicologa



Ci hanno fatto divertire....

Serata sotto le stelle martedì 9 agosto alla Residenza gustando una fresca anguria e...il gelato alla prossima festa (qualcuno ci ha avvertito che il mix anguria-gelato sarebbe stato "esplosivo")!!!

Abbiamo passato una bella e fresca serata soprattutto anche grazie alla presenza dei nostri Amici del canto di Lozzo Atestino con la Fisarmonica di Antonio. La loro compagnia ci è sempre molto gradita e da quando c'è la fisarmonica sono ancora più divertenti!

Abbiamo scoperto però che c'è qualcuno che non sa ballare ... Daniele Daniele...sai che stiamo organizzando un corso di ballo in struttura vero??!! Chi vuole imparare si unisca e si faccia avanti così finalmente potremo partire con questo nuovo progetto!

Grazie sempre agli amici della Pro Loco di Lozzo per le tavole e le panchine!



Rachele

*È arrivata la macchinetta dei gelati...
E qualcuno ne ha già approfittato!!
Indovina chi???*

Ecco la sequenza dell'attentato....



È terminato il primo "Torneo di briscola delle rose"!

Sul campo si sono sfidati 12 giocatori che hanno sfoderato le loro abilità dandosi battaglia fino alla fine....

Il vincitore del primo torneo è Luigi!! Congratulazioni!

Un grazie per la partecipazione e il fair play a:

Pina C., Gianni, Remigio, Elda, Duilio, Maria N., Ferruccio, Maria D.M., Aurora, Lina, Leonilda P., Giorgio, Sante



L'arrivo in sfilata...

Un po' di medioevo alle Rose....

Grande evento sabato 24 settembre qui in Residenza! Abbiamo avuto il piacere di ospitare l'Associazione Musicisti e sbandieratori di Urbana (Pd).

Un po' di medioevo è arrivato in sfilata per noi e ci ha regalato emozioni, suoni e colori con tamburi, chiarine e bandiere sventolanti.

Ultimi piacevoli scampoli di estate per non approfittare del bellissimo pomeriggio all'aperto di sabato. Preceduta da un gelato, la sfilata e l'esibizione degli sbandieratori ritmati da tamburi e chiarine è stata molto apprezzata.

Nel nostro bel piazzale esterno affacciato sui Colli euganei avevamo più di 80 persone!!

Chi aveva già avuto modo di vedere spettacoli del genere ha sostenuto che certamente questa esibizione fosse stata la più bella mai vista!!

Un doveroso ringraziamento a Elenia la nostra infermiera, che fa parte dell'associazione e si è esibita per noi sabato, che ha reso possibile questo evento e ad Anna P. che ci ha dato la soffiata... ;-)

Bravissimi a tutti i componenti del gruppo presente, grandi e piccoli!

Dalla mascotte Gaia di 9 anni con Maria e Valerio alle chiarine; Elenia, Giulia, Aurora, Gloria, Irene ai tamburi; Andrea Franchin (responsabile del gruppo), Umberto, Guido e Chiara gli sbandieratori.

Ancora grazie e arrivederci a presto!

Rachele

P.s.: grazie alla Pro Loco per le panche prestate!!



Un po' di storia...

A cura di Luca Dieni - Volontario

Francesco Ferdinando Alfieri, Maestro d'armi dell'Accademia Delia, nel suo celebre "La Bandiera" edito nel 1638, la definì "Mirabile arte del maneggio della bandiera" e nonostante i quasi quattro secoli trascorsi da allora, il giudizio dell'illustre padovano non può che essere confermato.

Oggi 'l'arte di sventolar la bandiera' non ha più le originarie funzioni militari, che vedevano la bandiera appunto, come antesignana delle odierne comunicazioni radio sui campi di battaglia. Non potendo infatti sempre contare sull'uso dei corni o dei tamburi, nel frastuono dei violenti combattimenti corpo a corpo, già Assiri e Babilonesi utilizzavano segnali visivi come vessilli e bandiere per coordinare le proprie armate. L'affinamento di tali tecniche, da parte di qualche soldato particolarmente abile, deve aver spinto queste civiltà a farne anche un'arte folkloristica da sfoggiare nelle cerimonie pubbliche o per semplice motivo di giubilo. In occidente, il primo caso venuto agli onori delle cronache, riguarda l'omaggio fatto dal popolo romano al neo eletto Papa Sergio I, che nel 687 fu accolto da sbandieramenti di drappi e vessilli. Da quel momento il fenomeno prese a crescere esponenzialmente sino a divenire parte integrante delle attività sia militari che civili in tutta l'Europa occidentale.

Non esiste ancora oggi rievocazione storica che veda battaglie, duelli o giostre senza la presenza di questi artisti e virtuosi della bandiera.

Ma chi era un tempo colui che, specialmente in guerra, aveva l'onore e l'onore di portare e maneggiare il prezioso simbolo dello Stato e dell'esercito? Era l'Alfiere, figura oggi dimenticata e sbiadita dai secoli, ricordata perlopiù come elemento, neppure primario, del gioco degli scacchi. Sebbene sia stato utilizzato come grado militare sino alla prima metà dell'Ottocento, ad esempio nell'esercito Borbonico, fu nel medioevo che la figura dell'Alfiere conobbe il periodo di maggior splendore ed importanza. Il soldato scelto per questo incarico infatti doveva avere preparazione speciale e vantare caratteristiche quali particolare destrezza nell'uso delle armi, superbe doti atletiche e acrobatiche, astuzia e una dose non comune di coraggio e lealtà. Doti fondamentali per questi soldati d'élite, che dovevano guidare i battaglioni, maneggiando ad arte i drappi, combattere e difendere con la loro stessa vita il vessillo.



Oggi a ricordarci queste figure carismatiche, a metà fra l'eroe e l'atleta (ma perchè no anche artista), ci sono le Associazioni di musicisti e sbandieratori che col suono di tamburi e chiarine, vesti storiche e soprattutto tanta destrezza nell'uso delle bandiere, fanno rivivere il mito e le emozioni di tanti personaggi ed eventi storici oggi dimenticati.

Sabato 24 settembre una di queste, ***l'Associazione Musicisti e Sbandieratori di Urbana***, ha permesso agli ospiti della nostra struttura, intervenuti davvero numerosi, e a diversi famigliari di godere della magia di questa nobile arte (nonché di un goloso gelato offerto dalla Residenza Le Rose).

Giunti come un minuscolo, pacifico e colorato esercito, al battere severo dei tamburi e annunciati dallo squillo delle chiarine, hanno deliziato i nostri nonni con figure coreografiche e acrobatiche in cui protagonista era sempre il vessillo gialloverde, simbolo del Gruppo. Interpreti assoluti i giovani e giovanissimi componenti del gruppo, sia nelle fila dei musicisti che degli sbandieratori, che hanno dimostrato, pur con diversi gradi di preparazione, la loro abilità nell'uso degli strumenti così come della bandiera. Particolare menzione per le figure di coppia con quattro bandiere e gli assoli di Andrea Franchin e Umberto Ravarotto (esibitisi in difficili esercizi usando ben tre o quattro bandiere) particolarmente apprezzati dagli entusiasti presenti che hanno tributato loro ammirazione e ringraziamento con lunghi applausi.

Per concludere, ci uniamo anche noi nel sentito ringraziamento all'Associazione Musicisti e Sbandieratori di Urbana per questo emozionante e colorato tuffo nel medioevo, con l'augurio di scorgere nuovamente all'orizzonte il piccolo esercito gialloverde, pacifica compagine foriera di musica ed emozioni.





Gita a ...

Santuario del Tresto Ospedaletto Euganeo

Anche quest'anno alcuni di noi si sono recati alla consueta messa per gli ammalati tenutasi presso il Santuario del Tresto ad Ospedaletto Euganeo.

La chiesa era come sempre gremita di gente, abbiamo assistito alla celebrazione della Santa Messa e al termine ci siamo recati presso la fontanella dell'acqua santa che si trova al lato del santuario.

Siamo tornati contenti dell'esperienza e speriamo un po' più buoni...

Rachele



L'angolo del buon umore....

NON SONO VECCHIO.
SONO DIVERSAMENTE
GIOVANE.



Due amici si trovano all'uscita di uno studio medico

il dottore
mi ha trovato
il polistirolo alto
e la glicerina sballata.

Io ho i tricicli
fuori norma
e mi devo curare
le vene vanitose.





Come e perché fare ginnastica

Rubrica di Fisioterapia
Dott.ssa Laura Broggiato
Dott.ssa Elisabetta Ruaro

Per l'organismo di un anziano, l'attività fisica è di notevole importanza. E' fondamentale fare del tempo dedicato all'esercizio fisico, un'occasione per riappropriarsi della consapevolezza della propria esistenza, e, inoltre, fare in modo che esso diventi un importante momento di socializzazione con altre persone. E' importantissimo praticare un'attività motoria o sportiva, meglio ancora se all'aria aperta, frequentare corsi collettivi di ginnastica per adulti o per anziani, con la possibilità di essere guidati da insegnanti di educazione fisica qualificati, che sappiano correggere gli errori di esecuzione o eccessive pretese nei confronti del proprio corpo, suggerendo inoltre l'esecuzione degli esercizi più adatti e quindi quelli più utili al proprio stato di salute.



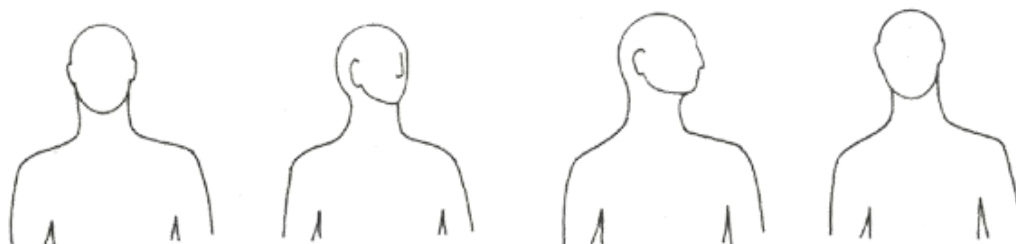
Consigli generali

- SI** agli esercizi gradualmente ripetuti a più riprese, abbinati alla respirazione e alla distensione muscolare;
- SI** al sapersi fermare quando si prova dolore, tenendo la posizione raggiunta per qualche secondo: gli esercizi sono per tutti, ma è giusto che ognuno li esegua fin dove può;
- SI** all'attività continuativa che permette, con l'allenamento, il controllo del relativo aumento della frequenza cardiaca e respiratoria, che è fisiologico;
- SI** alla ginnastica fatta insieme come occasione di incontro e di stimolo reciproco al movimento e a concepire diversamente il rapporto con il proprio corpo.

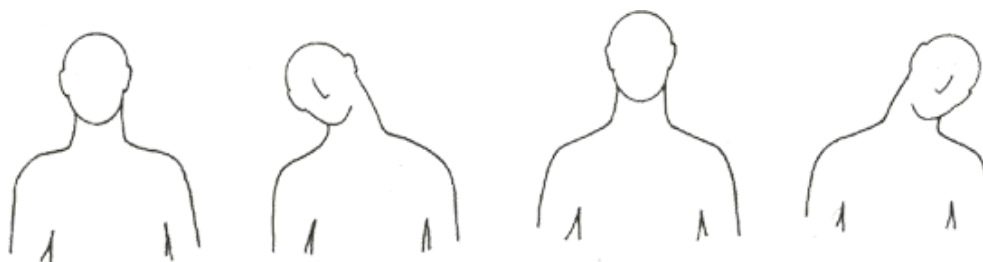




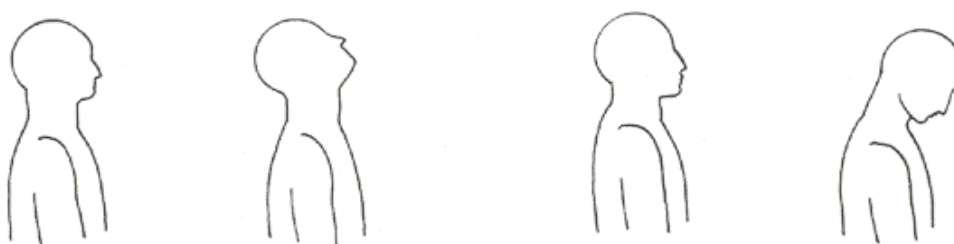
Lentamente flettere il collo a destra, indietro, a sinistra e in avanti. Ripetere una volta nello stesso senso e quindi due volte in senso opposto.



Ruotare in due tempi il capo di lato, fermandosi di tre quarti e proseguendo fino a rotazione completa; quindi sempre in due tempi ritornare alla posizione di partenza.



Lentamente flettere di lato il collo, stando brevemente tra una flessione e l'altra nella posizione di partenza.



Flettere lentamente indietro e poi in avanti il collo, con una breve pausa tra un movimento e l'altro.



Abbassare il capo in avanti fino a che il mento si infletta al giugulo; risalendo, ruotarlo a sinistra fino a guardare la spalla sinistra; quindi flettere il capo indietro e flettendo il capo verso destra ritornare alla posizione di partenza. Ripetere la sequenza nel verso opposto.

Esercizi per le vertebre cervicali (Insero Staccabile)

Per quanto riguarda gli esercizi che troverete a fianco, raccomandiamo di eeguirli lentamente, per evitare che possano creare un senso di vertigine o nausea.

Consigliamo di eseguire

almeno 1 serie da 5 ripetizioni

per ogni esercizio.



La penna di...

Remigio Bozzolan

I nostri anni più tristi

Nel '42-'43 avevo 14-15 anni e seguivo i tedeschi per condurre il bestiame da Vò fino a Grisignano a piedi.

Indossavo le "sgalmare" (=calzature con la suola di legno tipo zoccoli, sotto avevano poi una banda cioè una lamina di ferro e dei chiodi e sopra erano coperte con pelle di capra), i calzettoni fino a metà della coscia e i pantaloni ai polpacci. Si partiva da Vò, io ed altri 3-4 insieme a capo di circa 300 bestie alla volta; ci spostavamo assieme ai tedeschi alcuni si mettevano in testa sopra ad un calesse, altri seguivano a piedi per controllarci.

In cielo sopra di noi il "Pipo", così chiamavamo l'aeroplano inglese che mitragliava dall'alto. Infatti quando era alla quota giusta, ab-

bastanza bassa, faceva partire una raffica di mitra per uccidere i tedeschi, senza però toccare nessuno di noi ragazzi italiani. I tedeschi di solito rispondevano al fuoco con una mitraglia dalla canna molto grossa e capitava che andassero a segno, colpendo e facendo cadere gli inglesi dall'aereo.

Vò, Bagnara, Carbonara, Bastia, Barbarano, Montegalda, Montegaldella fino a Grisignano del Zocco dove il bestiame veniva caricato nei vagoni dei treni perché i tedeschi volevano trasportarli in Germania.

Una volta arrivati davanti ai vagoni, erano i tedeschi che si volevano arrangiare a caricare le bestie, mentre noi venivamo mandati dentro la loro caserma a mangiare e bere. Poi a ciascuno di noi veniva dato del cibo da portare a casa e ci pagavano 500 lire alla volta. Stare dentro in caserma era la nostra salvezza perché di solito, proprio mentre noi eravamo dentro al sicuro, il Pipo inglese (era un picchiatello), che lo sapeva, poteva bombardare i tedeschi a colpo sicuro.



Durante uno di questi viaggi però io sono rimasto un po' indietro, di qualche km, con un vitellino che povero camminava poco. In quel momento, uno dei due aerei inglesi presenti, si è portato a bassa quota, più o meno a livello del ponte sotto il quale passava la ferrovia, per fare come al solito cioè per sganciare bombe sotto il ponte dove si trovava la massa di tedeschi intenti a caricare il bestiame. Io mi provavo proprio appena prima del ponte. Dalla paura di essere preso dalle bombe sono saltato via dalla strada, buttandomi alla mia destra dove c'era un fosso in cemento che portava l'acqua quando pioveva, per ripararmi in mezzo alle siepi. Mi sono sdraiato lungo disteso a terra ma con le braccia che mi coprivano la faccia, lo stomaco e la parte del cuore. Mi era stato insegnato così dai tedeschi perché le bombe che cadevano a grappolo lì intorno, facendo tremare il suolo avrebbero potuto farmi scoppiare il cuore che appoggiava direttamente per terra.

Appena finito il bombardamento mi sono alzato pian piano, dimenticandomi del vitellino, e facendo il giro largo perché ormai la strada era piena di buchi sono arrivato alla caserma e come le altre volte mi sono seduto a mangiare. Le donne che servivano a tavola, avendo visto la scena, erano preoccupate, convinte che mi avessero ammazzato.

***Grazie a Valentina Benetton
per aver raccolto la testimonianza***



Tombola!!! E cosa vinco??...

Alla tombola del venerdì pomeriggio non si gioca a soldi ma ci si diverte comunque!

Ma cosa si vince??

Rachele e Alessia portano qualche gioiellino o qualche “tàtara” ogni tanto, ma i giocatori di tombola si moltiplicano e le partite sono numerose... urgono premi!!

Spesso regaliamo foto fatte in Residenza, caramelle di quelle in via d'estinzione (le Rossana rosse e dolci...), abbiamo introdotto il “Premio Buono Caffè”... ma se ave-

te qualche omaggetto a casa che non usate e volete destinare ai premi della nostra tombola settimanale, portatecelo!!

Come in tutte le occasioni, è difficile fare regali agli uomini (trovate anche voi?) e anche per loro facciamo fatica a trovare un pensiero... chi si fa venire un'idea brillante e fai da te per accontentare i nostri ometti? :-)

Grazie!!

Rachele



Abbi cura del corpo sempre...



Un particolare che è sempre importante curare è il nostro aspetto fisico perché dallo stare bene con la propria immagine si ricava anche l'autostima per stare meglio in generale.

Lo sanno bene le nostre signore a cui piace particolarmente farsi coccolare da

estetista e parrucchiera!

Un doveroso ringraziamento in questo giornalino va alle nostre bravissime Alice e Giorgia che sono venute volontariamente ad aiutarci a sistemare i capelli ad alcune nostre ospiti! Un po' di “pratica” per loro, un po' di gioia e benessere per noi, grazie davvero!

Rachele

Anziani in gioco 2016—Montagnana



Anche noi abbiamo avuto le nostre Olimpiadi!

Nell'anno delle Olimpiadi di Rio, anche la Residenza "Le Rose" ha sfoggiato i propri campioni, accuratamente selezionati, per una sfida che si è svolta sabato 10 settembre presso la palestra comunale di Montagnana.

Il medagliere dell'anno scorso ci vedeva vincitori di ben 5 medaglie e quest'anno abbiamo ripetuto il successo nonostante qualche defezione degli

atleti dell'ultimo momento!

Le discipline che ci hanno visto sfidare le altre residenze del territorio sono state:

- Tiro al bersaglio
- Staffetta
- Cornhole
- Minigolf
- Gioco degli anelli
- Tirassegno

I nostri atleti sono stati bravissimi!



Terzi classificati alla staffetta

Oro di Giovanni al Gioco del Minigolf

Argento di Luigi al gioco del Tirassegno

Bronzo di Gemma F. e Sonia B. al gioco del Minigolf.

Complimenti a tutti i partecipanti!!

E grazie ai volontari che ci hanno accompagnato: Giorgio, Luca, Marco!

Rachele



CONCORSO FOTOGRAFICO- Facce da Selfie

Da un'idea delle nostre carissime Infermiere Angela ed Elenia...

Parte il concorso "Facce da Selfie!"

Non sapete cos'è un selfie? Con questa mania di internazionalizzare tutti i termini, ci siamo dimenticati che sono sempre esistiti... i cari vecchi autoscatti con la macchina fotografica ora vengono chiamati "selfie", li sentiamo spesso nominare anche alla tv ed ogni momento è buono per scattarne uno con il nostro cellulare!

E come potevano mancare anche nel nostro giornalino??

Il concorso mira a premiare le migliori "facce da selfie", quindi le fo-

tografie più belle e simpatiche che arriveranno in "redazione".

Il regolamento è semplicissimo: i selfies potranno ritrarre colleghi, familiari o amici ma soprattutto voi Ospiti!

La giuria sarà composta da 1 direttore, l'equipe multidisciplinare e fotografo professionista; la fotografia più votata tra quelle che perverranno trimestralmente verrà pubblicata all'uscita del nostro giornalino !

Le foto vanno inviate all'indirizzo mail

educatorelerose@codess.com

La prima foto la scelgo io e non poteva che ritrarre, tra le altre, le idea-

trici del concorso...

Attendiamo le vostre facce da selfie per il prossimo numero del giornalino!!!

Rachele



Le facce da selfie AD HONOREM di questo numero sono
Anna, Angela, Gemma, Elenia, Bianca

Innovazioni alle Rose... il Bagno Relax

Forse
non tutti
sanno
che...

Presso il
Piano ter-
ra al Nu-
cleo Gi-
glio è da
tempo
allestito il
nostro
Bagno Relax.

Grazie all'acquisto di una vasca chiamata "Rhapsody" che sfrutta le proprietà della cromo terapia (utilizzando luci di diverse colorazioni) e della musicoterapia (diffondendo musiche rilassanti) il nostro bagno è diventato ultra rilassante!

Molti di noi lo hanno già provato, qualcuno vuole raccontarci cosa ne pensa e come si è trovato?

A tal proposito sapete quali sono i colori che ci regalano maggior sensazioni di rilassamento? Secondo la cromoterapia, scienza che studia l'utilizzo dei colori per la salute e il benessere, i colori come il blu e il verde indossati o usati nell'ambiente hanno un



effetto calmante mentre colori più accesi come il rosso, il giallo e l'arancio ci regalano energia e creatività. Il viola è il colore della meditazione e il rosa ci aiuta a fugare i pensieri negativi e alleggerire la mente.

E quali musiche scegliere se vogliamo abbandonarci e sciogliere le tensioni o dimenticare le preoccupazioni del momento? Grazie al suo effetto sul sistema nervoso centrale, la musica aiuta a rilassare e ridurre lo stress; aiuta a ridurre il dolore riducendo il livello di cortisolo (un ormone associato allo stress) e liberando endorfine che hanno proprietà rilassanti, analgesiche ed euforizzanti. Ascoltando una musica lenta e strumentale possiamo avere degli effetti positivi sul rilassamento ed agevolare il sonno.

Ecco qualche consiglio d'ascolto raccomandato da alcuni studi di psicologia:

- per calmare il sistema nervoso: concerto

n.5 per pianoforte e orchestra di Beethoven

- Per il rilassamento mentale: Chiaro di luna di Debussy, Notturmi di Chopin
- Per combattere la stanchezza e lo stress: il poema sinfonico Vltava di Smetana e Il Mattino di Grieg
- Per la cura della depressione: il Carnevale di Dvorak
- Per calmare l'agitazione: Inno alla gioia di Beethoven
- Per alleviare grandi sofferenze: Concerto per violoncello di Dvorak e La Patetica di Tchaikovsky

Rachele

1° Torneo di Briscola



va a carte, ci giocavo da bambina con gli amici, si andava a punti non a soldi!"

Gianni: "Mio papà giocava a carte, non mi ha insegnato, ho imparato da solo guardando!"

Proporre attività ai nostri ospiti non ha come obiettivo far loro passare il tempo ma, usando il gioco, stimolare le capacità intellettive, operative mentali, di pensiero e di ricordo. Il gioco di gruppo impone regole comuni e permette di mantenere attivi gli stimoli sociali/relazionali.

Irene

Oltre al calcio un gioco che si tramanda è il gioco a carte! A luglio in struttura abbiamo organizzato un torneo: oltre agli iscritti il torneo aveva bisogno di sostenitori e arbitri, mica si scherza! Giocavano al bar, a casa o con gli amichetti, visto che di giochi una volta, non ce ne erano tanti come ora! Per divertirsi basta poco!

Lina: "In famiglia si gioca-



Luigi 1° Classificato Torneo 2016



Gemma F.: “Ai tempi della guerra avevo 17 anni, lavoravo sui campi a tagliare l'erba, il formentòn e il frumento con il seghetto. Ho conosciuto mio marito che abitava sul lago di Garda e quando mi sono sposata ho abitato lì per 9 mesi; ci siamo poi trasferiti a Calaone da mia mamma Vittoria. Al tempo di guerra si mangiava solo una ciopa de pan e ti bastava fino al giorno dopo.

Aurora M.: “Appena sposata ci siamo avventurati partendo per la Francia: abbiamo trovato casa tramite le mie sorelle



nel paese di Magagnosc e ci siamo rimasti per 10 anni. Io lavoravo come donna di servizio, mio marito come scalpelli-

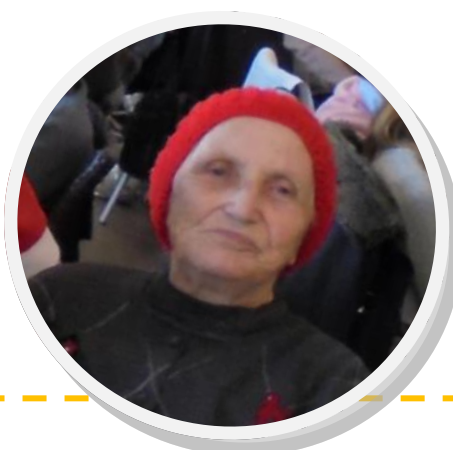
no (lavorava le pietre). Ho imparato il Francese, mi adattavo in tutto. Siamo poi tornati in Italia perché avevamo un lavoro in proprio in campagna”.

Lina: Un piccolo ricordo della mia infanzia... Io sono fortunata, vengo da una famiglia ricca: mio nonno aveva 3 barche, abitavamo di fronte all'acqua! Mio nonno e mio papà le caricavano di fiori



e io le vedevo passare. Una volta con mia nonna e mio nonno sono andata vicino a Venezia in un posto per aggiustare la barca. Quando siamo tornati indietro sono corsa da mia mamma, mi mancava tanto!

Ines: “Giocare a carte? Magari, io ho dovuto cominciare a lavorare presto. A 14 anni facevo la donna di servizio, poi ho cominciato a lavorare in fabbrica



Conosciamoci...

con i telai. Avevo un fratello più grande che si è sposato, ha avuto dei figli ed è andato a lavorare all'estero, in Spagna, in Francia... qui non c'era lavoro... La seconda figlia sono io, poi ho tre fratelli e una sorella più piccola. La sorella si è sposata e ha avuto figli. Il fratello dopo di me, lavorava all'estero con le barbabietole. Mio papà e mia mamma lavoravano in campagna, nel terreno del padrone. Mia mamma faceva anche le fascine di legno: la metà le dava al padrone, l'altra metà la teneva per riscaldare la famiglia. Quando ero piccola mamma mi copriva perché era freddo e io la guardavo raccogliere le fascine. Noi abitavamo in una casa del padrone, eravamo in affitto. C'è stato un periodo in cui tra i fratelli e i nipoti eravamo in 20 circa, io aiutavo mia mamma a tenere la casa e a fare da mangiare: per esempio aiutavo a fare la polenta, noi mangiavamo la polenta e un fico!

La polenta si faceva nel “caliero”, è una pentola di rame e poi si usava la “mescola”, è un mescolo per mescolare la polenta!”

Testimonianze raccolte da Ada e Anna (OSS), Irene (EDU)



Via Delle Rose 19
Lozzo Atestino (Pd)

Tel.: 0429/644544

Fax: 0429/1652011

E-mail: info@residenzalerose.net



Vi ricordiamo il nostro

"Scrigno dei desideri" per raccontarci tutto quello che volete ed essere pubblicati sul nostro giornalino!

La cassetina la trovate al bancone Reception.

Per chi preferisse un altro mezzo di comunicazione, è a disposizione l'indirizzo mail del servizio educativo

educatorelerose@codess.com

Grazie!

Redazione a cura del servizio educativo

Dott.ssa Rachele Rollo—Educatore professionale

Dott.ssa Irene Ho—Educatore professionale

L'albero delle idee regalo



Alla reception potete trovare il nostro albero delle idee regalo... periodicamente viene esposto e addobbato con piccoli lavoretti che facciamo in struttura che possono diventare un'idea regalo per voi o per i vostri amici. Puoi trovare collane, spille, braccialetti, orecchini....

Il ricavato delle donazioni viene utilizzato per le attività animate.

Pensa anche ai tuoi regali per

il prossimo Natale!!

Lavoriamo anche su ordinazione!! :-D

Grazie



Rachele