



Dicembre 2012
Numero otto



Il C.D.M. "il Laboratorio" è lieto di proporvi:

QUATRO CIACOE...



QUESTO MESE:

Inaugurazione nuovo CDM

Virus Influenza stagionale

Natale in guerra

**La nostra ricetta:
Polpettone di Natale**

VUOI AVERE LA TUA PUBBLICITA'
SU QUESTO SPAZIO??
CONTATTACI ALLA NUOVA MAIL...



PUOI VENIRE A TROVARCI

IL LUNEDI' MATTINA

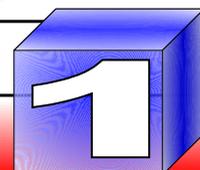
AL CDM "Il Laboratorio"

(via Cao Del Mondo 2A Camposampiero Padova)



INDICE

Pag. 2	EDITORIALE	
Pag. 3	RUBRICA MUSICALE	We are the world
Pag. 4	ANGOLO CUCINA	Ricetta Natalizia
Pag. 5	STORIE E ATTUALITA'	Natale in guerra
Pag. 6	SERVIZIO INFORMAZIONE	Virus dell'influenza
Pag. 7	ANGOLO LETTERARIO	Poesie
Pag. 8	RUBRICA SPORTIVA	Curling disabilita'
Pag. 9	ARTE E SPETTACOLO	Pan e Vin "Brusa a Vecia"
Pag. 10	CULTURA E SOCIETA'	Il vero senso del natale
Pag. 11	VIAGGIAMO INSIEME	Lapponia
Pag. 12	NATURA E SCIENZE	Disgelo Polo Sud e Polo Nord
Pag. 13	TEMI DI CUORE	Dare e Avere
Pag. 14	STORIA DI UN UTENTE	La storia di una nostra collega
Pag. 15	STORIA DI UN OPERATORE	La storia di una nostra operatrice
Pag. 16	INTERVISTA	Cucina e Sapori
Pag. 17	FAI DA TE'	Targhette in legno e Presepe
Pag. 18	RECENSIONE	Il Grinch
Pag. 19	ANGOLO DELL'ALLEGRIA	Babbo Natale e Befana a confronto
Pag. 20	QUIZ	L'allenamento
Pag. 21	L'OROSCOPO	Oroscopo tradizionale e Egiziano
Pag. 22	L'ANGOLO DELLA POSTA	Opinioni e curiosità di un lettore
Pag. 23	LE NOSTRE FOTO	Inaugurazione CDM, il nostro giardino, nuovo arrivo
Pag. 24	REDAZIONALE	





Editoriale

Valentina Bonin

Carissimi lettori,

eccoci arrivati alla pubblicazione del giornalino numero otto: un'avventura partita più di un anno fa, che ci sta dando grandi soddisfazioni...e tanto lavoro!

Il numero di Natale è sempre molto impegnativo e, per non cadere nei soliti articoli, la redazione propone argomenti "di nicchia" agli argomenti tradizionali...così si spazierà dalle poesie natalizie, al Natale in guerra della rubrica storia e attualità, alla classica ricetta di Natale.

E se parliamo di tradizione, poteva forse mancare un articolo sul "pan e vin", rito/pilastro della storia veneta?!

Come non si poteva di certo non dedicare un articolo al "malanno di stagione", ovvero il virus dell'influenza: nota dolente, ma non possiamo certo esimerci dal fornire informazioni anche su questa tematica ai nostri lettori.

Come noterete, il giornalino si amplia: nella redazione, con la new entry Fabrizio e anche nel numero di pagine: vi invito a leggere le nuove rubriche "Storia di un utente" e "Storia di un operatore", mentre ci sarà un angolo apposito per la posta del giornalino ed una rubrica interamente dedicata ai temi di cuore gestita dalla nostra corrispondente esterna Alexandra.

Il caporedattore ha in serbo un esaustivo articolo di redazione sull'inaugurazione della nuova struttura del centro, tenutasi il 29 settembre scorso, quindi non mi soffermerò molto sugli aspetti logistici, ma mi sembra doveroso ringraziare tutti quelli che hanno partecipato all'evento, ma in particolare i soci della Cooperativa Nuova Vita che da sempre hanno creduto e sostenuto questo progetto.

La nuova sede consente di svolgere il lavoro riabilitativo all'interno del centro con spazi dedicati alle singole attività e maggiori strumenti. Ora che il periodo di ambientamento è trascorso, tutti sono molto più sereni e le attività sono riprese con grande impulso.

L'augurio è che sempre più persone possano accedere a questo centro, progettato per 30 posti, per poter beneficiare non solo di un percorso riabilitativo in senso stretto, ma anche della possibilità di potersi confrontare con persone che hanno avuto esperienze simili, rielaborare quanto accaduto e potersi affacciare ad una nuova vita.

Questo è anche il mio ultimo editoriale. Mi sembra opportuno "passare il testimone" a Franco Scaldaferro, nostro insostituibile caporedattore e – mi permetto di aggiungere- uomo non solo di fiducia ma anche di infinita pazienza, che con il suo prezioso lavoro di coordinamento della redazione riuscirà a fornire ai lettori suggestive chiavi di lettura per il nostro giornale...

Un grosso in bocca al lupo a tutta la redazione ed un grande ringraziamento a tutti coloro che a vario titolo collaborano con esso, mettendoci sempre impegno e dedizione.

Non mi resta che augurare a tutti i nostri lettori un sereno Natale ed un 2013 ricco di buone novità e di ottimismo, carenti purtroppo in questo tempo di crisi.

Cordialmente

Valentina

Parte degli utenti e dello staff del CDM





We Are the World

Franco Scaldaferrò

Durante la prima riunione per decidere gli articoli da proporvi in questo numero di dicembre, per quanto riguarda questa rubrica, non abbiamo avuto alcun dubbio nello scegliere come brano di Natale la canzone "We Are the World" (Siamo Il Mondo), scritto da Michael Jackson e Lionel Richie.

"We Are the World" è un brano che molto spesso viene fatto ascoltare dalle radio nel periodo natalizio, ma tale brano non ha nessun riferimento al Natale. Nonostante ciò il contenuto del brano è talmente profondo da riuscire comunque a trasmettere principi fondamentali come l'unità familiare e la solidarietà verso gli altri, pensieri ricorrenti quindi durante il periodo natalizio.

Ora per capire quando e perché è stato scritto facciamo un passo indietro.

Il cantante Irlandese Bob Geldof, leader dei Boomtown Rats, nel novembre del 1984 rimane colpito da un reportage della BBC a cura del giornalista Michael Buerk, che porta all'attenzione pubblica la carestia che colpisce l'Etiopia nel periodo 1984-1985. Geldof non resta a guardare e scrive il brano "Do They Know It's Christmas?" (Sanno Che è Natale?). Insieme al cantautore Scozzese Midge Ure degli Ultravox (che creò la melodia) produce il singolo a scopo benefico per raccogliere fondi.

Per interpretare il singolo, Geldof riesce a mettere insieme un gruppo di artisti tra i più famosi di quel periodo provenienti dal Regno Unito e dall'Irlanda, data la loro fama c'era la possibilità di vendere il maggior numero di copie del singolo.

Il gruppo chiamato Band Aid (*banda d'aiuto*) era composto originariamente da 44 cantanti e tra i più famosi c'erano: Phil Collins, Simon Le Bon, Bono Vox, George Michael, Sting, David Bowie, Boy George, Paul McCartney.

Il singolo "Do They Know It's Christmas?" fu registrato il 25 novembre e venne presentato il giorno seguente nel programma radiofonico di Simon Bates sulla BBS Radio1. Pubblicato nel Regno Unito il 3 dicembre ad una sola settimana dal debutto diviene la numero 1 delle classifiche, diventando il singolo venduto più velocemente e il più venduto di tutti i tempi in Inghilterra, superato solo anni dopo da "Candle in the Wind 1997" di Elton John, il personale tributo alla Principessa Diana.



"We Are the World" invece fu scritto il 28 gennaio 1985 a Hollywood, la stessa notte degli American Music Award. L'idea di questo brano fu del caraibico Harry Belafonte, musicista, attore e attivista dei diritti civili statunitensi, secondo il modello della Band Aid di Bob Geldof e Midge Ure.



Il super gruppo creato da Harry Belafonte per incidere il brano si chiama USA for Africa (L'America per L'Africa), era composto da 45 artisti (per la maggior parte statunitensi) e per registrare il singolo si alternarono alla voce solista 21 cantanti, fra gli altri; Michael Jackson, Lionel Richie, Stevie Wonder, Diane Ross, Ray Charles, Tina Turner, Billy Joel, Bob Dylan, Bruce Springsteen e Dionne Warwick. "We Are the World" fu pubblicato il 7 marzo 1985 e le 800.000 copie pubblicate andarono subito esaurite, il 5 aprile (venerdì santo) fu rilevato un momento in cui più di 5.000 stazioni radio stavano trasmettendo il brano contemporaneamente.

All'incisione del brano partecipò anche Geldof, che oltre ad aver scritto "Do They Know It's Christmas?" assieme a Ure fu anche ideatore di Live Aid, il mega concerto rock tenutosi contemporaneamente in diverse località del mondo il 13 luglio 1985.

I luoghi principali dell'evento furono, in ordine di esecuzione: il "vecchio" Wembley Stadium a Londra con circa 72.000 presenze, lo Stadio JFK di Filadelfia con pressappoco 90.000 presenze, Sydney e Mosca. Alla chiusura del concerto allo Stadio JFK di Filadelfia Gli "USA for Africa" cantarono il brano We Are the World.



Tra i circa 11 milioni di euro di "Do They Know It's Christmas?", i quasi 50 milioni di dollari di "We Are the World" e i 245 milioni di dollari del Live Aid, sono stati devoluti circa 305 milioni di dollari. Molti?... Forse, ma non sono mai abbastanza per risolvere la fame nel mondo.



Goretta Santinon, Andrea Checchin

Polpettone farcito

Vi proponiamo questa ricetta per il pranzo di Natale, con un prodotto tipico di questa stagione, orgoglio dell'agricoltura veneta: il radicchio trevigiano.

Ingredienti:

- 1 confezione di wurstel
- 1 cespo di radicchio trevigiano tardivo
- aglio
- rosmarino q.b.
- 6 kg di macinato di manzo
- un foglio di pellicola trasparente
- olio d'oliva e vino rosso
- sale, pepe q.b.



Preparazione:

- 1) Versare il macinato in una terrina, salare, pepare e mescolare bene. Rovesciare la carne nel foglio di pellicola per poi appianare l'impasto il più possibile.
- 2) Mettete i wurstel in fila nell'impasto, aggiungete le foglie di radicchio (sbollentate e passate in pentola antiaderente con sale, pepe e olio) e poi tagliate in quattro spicchi.
- 3) Aiutandovi con la pellicola trasparente arrotolate la carne, fate pressione fino a che la carne non appare omogenea e ben unita.
- 4) Scaldare un tegame con un filo d'olio, rosolate l'aglio per 1 min, riporre la carne (polpettone) nel tegame e sfumare con un po' di vino rosso. Abbassate la fiamma del fuoco e mettete il coperchio continuando la cottura per 40° minuti.
- 5) Togliere il polpettone dal sugo di cottura, lasciarlo raffreddare un pò, tagliarlo a fette di 1 cm e servirlo in un piatto di portata.

CONSIGLI: provate a far fette più sottili del polpettone, farcite a vostro piacimento; ad esempio con una fetta di prosciutto cotto e sottiletta oppure con spinaci e ricotta.





Natale in guerra

Enrico Bortolazzo, Andrea Checchin

Il 1914 è l'anno d'inizio della prima guerra mondiale, in principio si credeva fosse un conflitto veloce di pochi mesi, ma come sappiamo purtroppo non fu così. Fu una guerra lunga e logorante; si combatteva in trincee scavate nel fango e i soldati affrontavano malattie e malcontento. Alla vigilia di Natale successe un evento magico; tedeschi e inglesi fecero una tregua e festeggiarono il Natale insieme come una grande famiglia.

Per capire meglio riportiamo una lettera di un soldato inglese, un certo Tom, che era lì a combattere ad Ypres in Belgio:

"Di colpo un camerata mi scuote e mi grida: Vieni a vedere! Vieni a vedere cosa fanno i tedeschi! Ho preso il fucile, sono andato alla trincea e con cautela, ho alzato la testa sopra i sacchetti di sabbia». "Non ho mai creduto di poter vedere una cosa più strana e più commovente." Grappoli di piccole luci brillavano lungo tutta la linea tedesca, a destra e a sinistra, a perdita d'occhio. Che cos'è? Ho chiesto al compagno, e John ha risposto: 'alberi di Natale!'. Era vero. I tedeschi avevano disposto degli alberi di Natale di fronte alla loro trincea, illuminati con candele e lumini." "E poi abbiamo sentito le loro voci che si levavano in una canzone: ' stille nacht, heilige nacht...' [...]"

Anche tedeschi hanno testimoniato con lettere e libri, tra cui Kurt Zermisch che ne ha scritto uno alla fine della guerra.

Una frase storica riportata nel libro:

"Quando addobbammo gli alberi e accendemmo le candele, dall'altra parte giunsero fischi di gioia e applausi [...]. Poi cantammo tutti quanti assieme".

Poi i tedeschi gridarono: *"Inglese, uscite fuori! voi non spara, noi non spara"*, cioè tutti fuori per festeggiare il natale.

Il racconto dell'inglese Tom prosegue: *"...Alcuni di noi sono usciti anch'essi e in pochi minuti eravamo nella terra di nessuno, stringendo le mani a uomini che avevamo cercato di ammazzare poche ore prima. Abbiamo acceso un gran falò, con tutti noi attorno. Un tedesco, mi ha mostrato le foto della sua famiglia che sta a Monaco. Anche quelli che non riuscivano a parlare si scambiavano doni, anch'io ho scambiato un coltello pieghevole con un cinturame di cuoio, un bel ricordo che ti mostrerò quando torno a casa".*

Altri episodi di condivisione furono un'inglese che tagliò i capelli a un tedesco, in cambio di sigarette.

La lettera di Tom continua con delle frasi di elogio per i nemici: *Questi non sono i 'barbari selvaggi' di cui abbiamo tanto letto. Sono uomini con case e famiglie, paure e speranze. Insomma sono uomini come noi. Come hanno potuto indurci a credere altrimenti? Siccome si faceva tardi, ci siamo separati con la promessa di incontrarci l'indomani e magari organizzare una partita di calcio.*

Il giorno successivo, ci fu una partita di calcio tra britannici e tedeschi. Il campo di gioco era tra le due trincee, detta terra di nessuno, fu costruita con i materiali a disposizione. Grazie alle lettere degli inglesi, il giornale New York Time dichiarò la vittoria per i tedeschi: 3-2.

I comandanti fecero in modo che non succedesse più e i giornali di queste nazioni censurarono questo avvenimento.

In serata ricominciarono a combattere, con la promessa di sparare alle stelle. Questo evento non fu dimenticato, si ricorda ancor oggi come la partita più importante della storia.



Infine nella lettera Tom, scrive parole che ci fanno riflettere sul significato della guerra:

"Questi soldati sono simpatici, ma eseguono gli ordini e noi facciamo lo stesso. [...] Eppure non si può fare a meno di immaginare cosa accadrebbe se lo spirito che si è rivelato qui fosse colto dalle nazioni del mondo. Ovviamente, conflitti devono sempre sorgere. Ma che succederebbe se i nostri governanti si scambiassero auguri invece di ultimatum? Canzoni invece di insulti? Doni al posto di rappresaglie? Non finirebbero tutte le guerre?"

Questa storia ci insegna che anche davanti a una guerra, ci si ferma a festeggiare il Natale, la più importante delle feste.



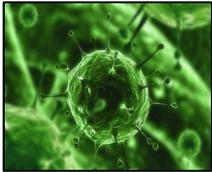


Virus dell'influenza stagionale

Franco Scaldaferro

Dopo un'estate lunga e torrida è finalmente arrivato l'inverno, un toccasana per le persone che soffrono di allergia ai pollini... ma come si sa, con l'arrivo del freddo è più alto il rischio di contrarre l'influenza! Ogni anno, a settembre, tutti i telegiornali ci informano dell'arrivo delle prime forme influenzali, definite ogni volta con nome diverso.

In generale, il virus viene distinto in 3 tipologie: tipo A, tipo B e tipo C; il tipo A circola nell'uomo e negli animali (in particolare maiali, polli, cavalli, foche, cani, gatti, tigri che costituiscono serbatoi naturali per questa forma di virus responsabile delle epidemie stagionali e delle epidemie pandemiche); Il tipo B è presente principalmente nei bambini (ed è responsabile di piccole epidemie); il tipo C è presente solo nell'uomo e dà luogo ad infezioni asintomatiche.



Il virus influenzale subisce continue variazioni nel passaggio dagli animali all'uomo favorendo il riassortimento genetico del materiale virale, generando diffusione di virus "nuovi" che provocano elevata adattabilità e trasmissibilità: in questo modo sono causate le pandemie.

L'ultima influenza pandemica H1N1, più nota come influenza suina (trasmissibilità animale-uomo reciproca e interumana) ha provocato 47 decessi ed è stata oggetto di allarmismi anche eccessivi; la differenza rispetto alla comune influenza stagionale sta nel fatto che, mentre nella prima la maggior parte dei decessi si è verificata in giovani adulti (soprattutto con malattie croniche pregresse, ma in un piccolo numero anche giovani adulti sani), la seconda invece si registra annualmente nelle persone con più di 65 anni, malati cronici, persone affette da immunodeficienza, donne incinte, lattanti, persone con malattie cardiache o polmonari, diabetici.



I sintomi principali dell'influenza possono essere: febbre anche al di sopra di 38°C, mal di testa, malessere generale, tosse, raffreddore, dolori muscolari, nausea, vomito, diarrea. In alcuni casi, principalmente in soggetti a rischio, è possibile la comparsa di complicanze causate da infezioni batteriche (ricordiamo che l'influenza è un'infezione virale) come polmoniti, sinusiti, otiti, disidratazione e peggioramento di condizioni di salute preesistenti (per esempio problematiche cardiovascolari, respiratorie, renali).

Secondo il ministro della sanità l'influenza si previene con il vaccino antinfluenzale, il quale, grazie all'attivazione del sistema immunitario (che genera anticorpi specifici), permette di proteggere dall'influenza la persona vaccinata e di evitare che la trasmetta ad altre persone. Per questo motivo, la vaccinazione contro l'influenza è raccomandata non solo alle persone a rischio di complicazioni, ma anche a quelle che hanno contatti regolari con persone a rischio.

Da varie fonti (tra le quali la più rilevante è la testimonianza tratta dal sito www.mednat.org) è stato pubblicato il dato secondo cui il 25% dei medici e il 20% dei farmacisti non si vaccina perché considerano questo non utile a prevenire, anzi responsabile di immunodeprimere l'organismo.

Sempre all'interno del sito sopra citato, si trova anche un video dell' "University of Calgary facoltà di medicina" dove è emerso che l'80% dei vaccini contiene mercurio e questo potrebbe essere causa principale di *autismo* e *Alzheimer*. Proprio per questi motivi ci sono persone che preferiscono porre rimedio all'influenza attraverso cure naturali e omeopatiche.

Ma come si trasmette l'influenza? L'influenza si può trasmettere tramite goccioline emesse starnutando (che restano brevemente sospese nell'aria respirata), tossendo o parlando soprattutto negli spazi chiusi. Inoltre, in modo indiretto la trasmissione può avvenire, ad esempio, con il contatto con la maniglia di una porta precedentemente toccata da una persona malata.



L'influenza stagionale ogni anno costringe milioni di persone a letto... Speriamo in qualche modo con i nostri consigli di esservi stati d'aiuto!



Poesie Natalizie

Loris Carraro

Oh!... La neve che cosa meravigliosa...
bianca e fredda che imbianca tutto.
Nella notte risplendono le stelle armoniose e calde,
gli alberi imbiancati risplendono nella notte
i bambini sognano l'arrivo di Babbo Natale con i doni!

Natale:
Bimbi felici e sorridenti
guardate questa neve che imbianca gli alberi,
prati e montagne,
cogliamo questa occasione per stare tutti insieme e
festeggiare il Natale davanti l'albero addobbato con
palle, luci e l'angelo sulla sua cima.

La bambina sorride al cadere della neve, davanti
all'albero di Natale con il luccichio delle stelle,
delle palle natalizie e allo splendore del pupazzo
di neve!!

Le città sono affollate da persone che vanno a
negozi per acquistare i vari doni natalizi,
la neve cade fitta per la gioia dei bambini
che possono infioccarsi per bene e fare il
pupazzo di neve.
Il Natale è vicino e ci si prepara a festeggiarlo
con decorazioni.



Taci o tu!
Che egli ti ascolta, per donarti la felicità
con i suoi regali,
arriva soltanto una volta all'anno!

Nella speranza noi viviamo,
di un mondo migliore noi crediamo,
di non avere malattie noi speriamo,
di vivere noi felici mai in miseria noi speriamo,
di essere amati ed amare noi vogliamo,
preghiamo e speriamo e crediamo
di avere una speranza di poter avere
un futuro migliore!!



La neve cadde nella foresta silenziosa e
splendente,
dalla luna piena che illumina tutto,
anche le montagne innevate,
le stelle brillano nel cielo e mostrano la loro
maestosità.

Eccola passare la slitta con le renne che va a
distribuire i suoi doni ai bimbi buoni
che gli aspettano con ansia
ora che è Natale e si fanno i doni.

Il Natale.
La felicità dei bambini per i doni portati da Babbo
Natale,
non solo per i piccoli ma anche per più grandi,
siamo tutti felici di esseri qui e di vedere la neve
cadere!

Davanti al camino con il fuoco acceso,
aspettando la mezzanotte...
Ed ecco il rintocco delle 12... è arrivato Babbo
Natale con i doni,
soave è l'atmosfera che s'è creata.
Natale è arrivato e tutti son felici!!

La neve scende copiosa e imbianca tutto....
Nel presepio ci sono l'asinello ed il bue che
riscaldano la stalla...
Ed ecco i Re Magi che portano i doni al nuovo
nato, la luce risplende la culla del bambin Gesù!!

Felice mi fa un tuo regalo non importa per quale
motivo sia!
Il tuo dono mi farà felice e sarò felice di
ricambiarti.
Il Natale forse ci rende migliori ma più propensi
ad essere generosi con gli altri,
regaliamoci un sorriso!





Curling

Enrico Bortolazzo

Il **curling** è uno sport di squadra giocato sul ghiaccio con pesanti pietre di granito levigato. Il curling è diffuso particolarmente in Gran Bretagna, in Scandinavia, nel Canada e negli Stati Uniti d'America.

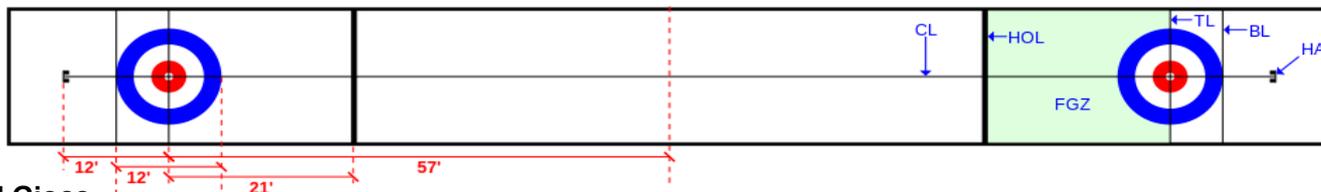
Attualmente il paese con il maggior numero di praticanti è il Canada.

Superficie di gioco

Il campo di curling, detto **rink**, è una lastra di ghiaccio lunga 44,5 m e larga 4,75 m perfettamente livellata. Molto importante per la preparazione del ghiaccio è il cosiddetto **pebble**, uno spruzzo d'acqua nebulizzata che ghiaccia al contatto con la pista. Il pebble aiuta le pietre a scivolare più velocemente ma, durante la gara, la sua azione sulle pietre può modificarsi a causa dell'erosione provocata dall'attrito. Sul ghiaccio del campo, circa alle due estremità, sono disegnati due bersagli detti "case" con un raggio di 1,88m. Il centro delle case, chiamato **tee**, viene individuato dal punto d'incontro di due linee: la **center line**, che divide il campo a metà longitudinalmente, e la **tee line**, posta a 4,9 m dal fondo della pista. Sul campo, a 1,3 m sono segnate altre due linee, le **hog lines**.

Gli anelli del bersaglio sono definiti dal loro diametro: 1,46 e 3,65 m, e si distinguono per il colore.

Vicino al fondo della pista, a cavallo della center line sono poste le **hacks**, le staffe, utilizzate dai giocatori per avere un punto d'appoggio per il piede in occasione del tiro.



Il Gioco



Il curling è giocato da due squadre di quattro componenti ciascuna. I giocatori sono definiti a seconda dell'ordine di lancio: il primo è il **lead**, seguito dal **second** (secondo), dal **third** (terzo) e infine dallo **skip**, che lancia per ultimo ed è il capitano della squadra. Una partita consiste generalmente in dieci mani (**end**). Ad ogni mano tutti i giocatori lanciano a turno due pietre, alternando i componenti delle squadre. Mentre i primi tre giocatori lanciano le pietre, il capitano rimane nella zona della casa per coordinare le strategie di lancio. Quando tocca a lui lanciare questa funzione è ricoperta dal terzo detto **vicecapitano**.

Per lanciare una pietra il giocatore usa la staffa per darsi una spinta e scivolare verso la hog line. Prima di raggiungere la linea il giocatore deve rilasciare la pietra. Se la pietra non riesce a superare la hog line più lontana, o supera la linea nera, viene tolta dal gioco.

Lo scopo è di **bocciare** le pietre avversarie e di piazzare le proprie vicino al tee.

I giocatori che non stanno lanciando effettuano lo **sweeping** o spazzolamento, cercano di indirizzare la pietra verso il punto indicato dal capo squadra spazzolando il ghiaccio immediatamente davanti alla pietra in movimento con delle scope: il calore generato dallo spazzolamento causa un momentaneo scioglimento di una parte del ghiaccio, dal che segue una diminuzione della decelerazione della pietra e la traiettoria diventa più rettilinea.

Dopo che entrambe le squadre hanno lanciato tutte e otto le pietre a loro disposizione viene determinato il punteggio. La squadra con la pietra più vicina al tee riceve un punto per ogni pietra che sia a una distanza minore dal tee della più vicina pietra avversaria.

La squadra che non ha segnato punti nella mano ha diritto a tirare l'ultima pietra, detta **hammer**, nella mano successiva.

Curling in carrozzina

Il curling in carrozzina è la variante del curling praticabile da persone con disabilità agli arti inferiori. La differenza più evidente nel meccanismo di gioco è l'assenza della fase di **spazzolamento**, che rende il curling in carrozzina ancora più simile alle bocce. Per il resto la superficie di gioco, le pietre e le regole sono le stesse. Alcuni adattamenti sono legati al fatto che i giocatori si spostano su sedie a rotelle; si può usare un manico estensore per lanciare le **pietre**, e un compagno di squadra può aiutare a tenere ferma la carrozzina durante il lancio.



Il curling in carrozzina è stato inserito nel programma sportivo a partire dai Giochi paralimpici invernali di Torino 2006, con un torneo unico riservato a squadre miste.



Pan e vin

**Loris Carraro, Teodora Moracchiato,
Enrico Bortolazzo, Fabrizio Sabadin**

La tradizione del Panevin fonda le sue radici nel lontano periodo celtico (circa V sec. A.C.) presso l'antico popolo dei Veneti, si tratta di un falò che serviva per evocare il ritorno del sole sulla terra, cioè l'allungarsi delle giornate che inizia dal solstizio d'inverno. Il fuoco serviva per celebrare questo giorno, che con il calendario Giuliano coincideva con il 25 dicembre.

Sembra che questa usanza derivi da riti purificativi e propiziatori diffusi in epoca pre-cristiana.

I Celti, per esempio, accendevano dei fuochi per ingraziarsi la divinità relativa e bruciavano un fantoccio rappresentante il passato. La parola epifania deriva dal greco "tà epiphan(e) che significa "le manifestazioni della divinità".

Nel Medioevo, con l'evangelizzazione delle campagne venete, il Panevin perse le sue origini pagane assumendo una connotazione cristiana. Il falò venne spostato al giorno dell'Epifania per ricordare i Re Magi che portarono i doni a Gesù Bambino. Secondo la leggenda i falò della campagna veneta furono loro utili per trovare la via di Betlemme essendosi persi. Al loro ritorno, racconta sempre la leggenda, non vedendo nessuna luce nella campagna, si persero nuovamente nella pianura Padana andando a morire nel Milanese (ciò sarebbe testimoniato dalla presenza nel Duomo di Milano di un sarcofago con l'iscrizione "trium Magerum"). Nella notte del 5 gennaio nel Medioevo, come anche oggi, l'occasione del falò forniva al popolo un momento di unione e ritrovo con tutta la comunità cittadina davanti a un buon bicchiere di vino caldo (brulè) e un pezzo di pinza, focaccia tipica di questa festa, cotta talvolta tramite gli stessi roghi.

Una delle principali tradizioni legate al Panevin è quella di osservare in che direzione va il fumo; in base a questa i contadini veneti predicevano se il raccolto dell'annata sarebbe stato buono o cattivo.

Questo momento è detto dei "pronosteghi" e funziona così:

"falive a matina, tol su el sacco e va a farina" (cioè se la direzione presa dal fumo e dalle faville è il nord o l'est, prendi il sacco e vai ad elemosinare);

"se le falive le va a sera, de polenta pien caliera" (se la direzione è ovest o sud, il raccolto sarà buono... quindi la pentola sarà piena di polenta);

"se le falive le va a garbin tol su el caro e va al mulin" (se la direzione è del libeccio per l'abbondanza devi andare a prendere la farina con il carro).

Anche oggi la tradizione del Panevin è molto diffusa nel Nordest, i falò di inizio anno sono una tradizione popolare che consiste nel bruciare delle grandi cataste di legno e frasche nei primi giorni di gennaio, solitamente la vigilia dell'epifania.

Rimasta intatta come rituale, ancor oggi la fiamma simboleggia la speranza e la forza di bruciare il vecchio (non a caso si può bruciare la "vecchia" posta sopra la pira di legna) e la direzione delle scintille viene letta come presagio per il futuro.

Data la sua larga diffusione, ne esistono moltissime versioni e denominazioni: in Friuli è detto pignarùl (plurale pignarûi), in Veneto panevin o panain (da pan e vin "pane e vino", il povero cibo che si consuma durante l'evento), pìroła-pàroła, vècia ("vecchia": le pire possono assumere la forma di un fantoccio), fogherada, bubarata, nel basso Friuli e nel Veneto Orientale foghèra o casèra.

Ma cosa significa questa cerimonia a noi tanto familiare?



E' nella natura umana ricorrere, nei momenti importanti della vita, alla simbologia e al soprannaturale; il rito del *brusa la vecia* rientra appunto in uno di questi momenti. La "nostra" vecchia perciò rientra nei riti di passaggio dall'inverno alla buona stagione. Tornando alla simbologia, la vecchia era un pupazzo di legno che spesso teneva tra le mani il fuso e la conocchia (da sempre riferimento al tempo che scorre) ed era riempita di fichi secchi, castagne carrube, mele e piccoli regali che dispensava ai paesani prima di essere bruciata sul rogo, segno dell'anno vecchio che moriva offrendo i "semi". Di là dalle interpretazioni moralistiche il rito del "brusa la vecia", era ed è una cerimonia di passaggio verso l'equinozio di primavera, verso il nuovo anno.





Riflessioni sul Natale

Andrea Checchin

Il Natale sta arrivando. Quando giunge questo periodo non si pensa più al vero significato del Natale, ma si considerano solo le ferie, i regali, gli addobbi ed altro.

In questo periodo di crisi bisognerebbe ridurre il più possibile i pensieri legati al consumismo e considerare maggiormente l'essenziale come lo stare insieme.

Quando si parla del periodo natalizio non si può non ricordare la figura di Babbo Natale, che secondo la tradizione porta regali ai bambini buoni nella notte di Natale mentre i bambini in cambio gli preparano latte e biscotti.

Le tradizioni natalizie sono tante nel mondo, ma quella di preparare l'albero di natale è una delle più diffuse. In tutta Europa l'albero si prepara dopo l'8 dicembre con luci colorate, festoni e una stella cometa. Uno degli alberi più grandi nel mondo è a New York tra la Cinquantesima e la Quinta Strada del Rockefeller Center.



Un altro simbolo di questa festa è il presepio. Il presepe che tutti conosciamo si deve alla volontà di San Francesco d'Assisi nel far rivivere in uno scenario naturale (nel convento di Greccio in Umbria) la nascita di Gesù Bambino. L'idea era venuta al Santo d'Assisi nel Natale del 1222, quando a Betlemme ebbe modo di assistere alle funzioni per la nascita di Gesù.

La notte di natale si fa la veglia con la famiglia e il giorno successivo si mangia insieme. Nelle Americhe, nel sud Europa e in Africa si mangia carne, invece nei paesi del nord Europa, in Alaska e in Polonia si mangiano piatti a base di pesce.

Nel giorno del natale molti volontari dedicano il loro tempo per le persone povere e svantaggiate, che spesso durante questa festa si sentono sole. Molte mense vengono istituite così per dare ristoro ai senzatetto e alle persone in difficoltà. Ci si mette in fila con vassoi, piatti e posate di plastica per mangiare tutti insieme. Lo scrittore statunitense Washington Irving ha detto: "Il Natale è la dolce stagione nel quale dobbiamo accendere il fuoco dell'ospitalità e la straordinaria fiamma di carità del nostro cuore". Queste realtà in difficoltà sono presenti anche nei nostri paesi, non serve andare tanto lontano. Esiste un universo "invisibile" di persone per le quali il Natale ha un significato molto diverso, forse più essenziale di altre.



Il natale cristiano celebra la nascita di Gesù sulla terra per la redenzione dell'umanità. Dalla vigilia di natale si comincia con un cenone in famiglia, per poi celebrare a mezzanotte, la messa più importante della tradizione cristiana.

La religione cristiana nasce da quella ebraica, quindi anche la festa del Natale ha origini ebraiche. Il Natale ebraico è detto Festa delle luci e ricorda la consacrazione di un nuovo altare in Gerusalemme.

Si scambiano per l'occasione doni e dolci tipici.

Anche il Natale ortodosso festeggia la nascita di Gesù. Viene però festeggiato in una data diversa, anziché il 25 Dicembre, il 7 di Gennaio. Questa differenza è dovuta al fatto che la chiesa ortodossa continua ad utilizzare il calendario giuliano e non quello gregoriano. La chiesa e le case in questo periodo sono addobbate con simboli della tradizione cristiana raffigurati anche nelle catacombe, come ghirlande, pesci e pecore.

Il presepio e l'albero non vengono fatti.

Il natale per me è un momento importante per stare con le persone che amo e per pregare.

Ma soprattutto per rievocare lo spirito di generosità e gentilezza nel sostegno e nell'aiuto del prossimo.

BUON NATALE A TUTTI.



Lapponia

Katia Soldà

La Lapponia possiede una connotazione semi nazionale che trascende i confini esistenti tra i quattro stati su cui è ripartita, tuttavia non vi è nessuna spinta per una completa autonomia. I "parlamenti Sami", fondati in Norvegia (1989), Svezia (1993) e Finlandia (1996), hanno un peso politico debole il cui compito principale è lavorare per la preservazione della cultura sami. Nondimeno, anche le questioni ancora aperte sul possesso della terra e del diritto al pascolo per gli allevamenti delle renne entrano nell'agenda di questi organi. La minoranza sami in Russia non gode di alcun particolare riconoscimento politico.



Il paese di Babbo Natale esiste veramente e si trova in Lapponia a 8 chilometri a Nord di Rovaniemi. Sin dagli anni cinquanta, la leggenda vuole che Babbo Natale si rechi al Circolo Polare per incontrare i bambini. Proprio qui, a Napapiiri, nel 1985, ha stabilito il suo ufficio dove viene tutti i giorni dell'anno per incontrare grandi e piccini, ascoltando i loro desideri sui regali.

Per chi desidera andare a far visita in questi luoghi, deve sapere che la Lapponia è una terra molto speciale che ha quattro spettacolari variazioni stagionali. L'inverno è lungo, buio e c'è sempre neve. Il sole non sorge affatto: rimane al di sotto dell'orizzonte. Cala ovunque un'oscurità azzurrata.

La luna, le stelle e, a volte, magnifiche aurore boreali, illuminano il paesaggio. La neve bianca riflette la luce e le temperature sono davvero glaciali: i gradi possono arrivare fino -40° C!

Uno dei fenomeni che si possono ammirare in questi luoghi è quello dell'aurora boreale: essa si può vedere di notte, in inverno, quando il cielo è limpido. Secondo un'antica leggenda, essa appare nel cielo nel medesimo momento in cui una volpe corre tra i declivi e la sua coda colpisce un cumulo di neve che emana scie. Dopo il lungo inverno, i boccioli si inverdiscono con molta rapidità. I giorni si illuminano sempre di più. Il sole spunta e fa sciogliere la neve.



Già da svariati giorni prima del solstizio d'estate fino alla prima settimana di luglio, in Lapponia è possibile assistere anche al fenomeno del sole di mezzanotte e per ammirarlo meglio si esegue un'escursione in cima a una delle sue sette colline. Proprio così! Il sole non tramonta affatto. Sono speciali le notti senza buio con giorni luminosissimi. Dopo una breve estate arriva l'autunno e la natura si tinge di magnifici colori purpurei. Fare escursioni tra i declivi della Lapponia durante la "ruska" di settembre è un'esperienza affascinante.

Ovviamente, se parliamo di Lapponia e di babbo natale, non possiamo certo non parlare della renna!

Le renne sono generalmente grigie, ma a volte è possibile imbattersi in renne bianche. Hanno corna sgargianti e sono animali molto miti.

La renna vive principalmente tra i declivi della Lapponia, ma a volte è possibile avvistarne qualcuna mentre si nutre dei licheni grigi nei pressi del Circolo Polare.



Quindi, se l'articolo vi ha invogliato e volete visitare questa splendida regione dall'atmosfera incantata, vi consiglio di portare con voi abbigliamento pesante, torcia e... la letterina per Babbo Natale!



Disgelo Polo Nord e Sud

Mario Brigante

Alcuni studiosi americani provano a dare una risposta a uno dei maggiori paradossi climatici del pianeta: mentre nella regione artica i ghiacciai si riducono, in Antartide l'aumento della temperatura provoca evaporazione marina e maggiori nevicate. Questo aumento della temperatura terrestre sta facendo sciogliere i ghiacci del Polo Nord ad una velocità tale che ogni 10 anni essi diminuiscono del 10% la loro superficie.

Questo paradosso climatico nel nostro pianeta, stentava fino a qualche tempo fa a trovare una spiegazione; ora ci è riuscito un gruppo di ricercatori del Georgia Institute of Technology, il cui lavoro è stato pubblicato su Proceedings of the National Academy of Science. Attualmente, ad esempio, i ghiacciai si estendono per 8,39 milioni di chilometri quadrati, ossia 1,71 milioni di chilometri quadrati al di sotto della media dell'area misurata tra il 1979 e il 2000. E si estendono per soli 260.000 kmq in più rispetto al 2007, anno in cui si ebbe il minimo assoluto. Secondo gli esperti del National Snow and Ice Data Center degli Stati Uniti, non si è arrivati ai valori di due anni fa solo perché da settimane il Polo Nord è interessato da bufere, tempo nuvoloso e temperature relativamente fredde che rallentano il tasso di scioglimento giornaliero (si aggira attorno ai 77.000 kmq al giorno).

Al contrario invece, i ghiacci del Polo Sud stanno aumentando di circa l'1% per decade, anche se non in modo omogeneo (i ghiacci della Penisola Antartica infatti, vedono una diminuzione della loro estensione). Come è possibile una così diversa situazione?

Risulta facile infatti, spiegare perché i ghiacci del Polo Nord si sciolgono così velocemente: l'aumento della temperatura terrestre nella regione artica in questi anni ha toccato valori di 4°C sopra le medie dell'ultimo secolo. Mentre non è chiaro perché al Polo sud, oltre a non esserci una diminuzione dell'estensione glaciale, c'è addirittura un suo aumento.

E c'è da chiedersi se questo fenomeno continuerà in futuro. La situazione tenderà a mutare velocemente. *"Prendendo come riferimento i modelli climatici che indicano un aumento dell'anidride carbonica nell'atmosfera ancora per l'attuale secolo -piega Liu- ben presto lo scioglimento dei ghiacci da parte dell'acqua oceanica sopravvarrà quantità di neve che cadrà sulla calotta antartica, anche perché le temperature potrebbero portare una notevole quantità di precipitazione piovose anche sui bracci di ghiaccio che arrivano in mare".*



E a questo c'è da aggiungere un altro fattore: la diminuzione del buco dell'ozono determinerà un aumento della temperatura che sarà causa di uno scioglimento anche dei ghiacci che appoggiano sul continente. Queste situazioni, che potrebbero avverarsi nell'arco di pochi decenni, porteranno ad un'inversione della tendenza dei ghiacci antartici a crescere e dunque a una situazione che verrà a pareggiarsi con quella del Polo Nord.

In uno studio pubblicato sulla rivista Nature, un team di ricercatori statunitensi, francesi, britannici ed ecuadoriani, mostrano i primi dati globali di quella che potrebbe essere un'estinzione massiccia, ma quasi invisibile, dovuta al cambiamento climatico. I dati in mano loro indicano che l'11-38% delle specie di invertebrati che abitano nei corsi d'acqua di fronte ai ghiacciai saranno destinati a sparire insieme al ghiaccio a cui devono la loro esistenza.



Le prime a soffrire del continuo ritiro dei ghiacciai saranno le specie endemiche, ovvero quelle specie animali o vegetali il cui habitat è limitato a una particolare area del pianeta.

Valeria Lencioni, conservatore della Sezione di Zoologia degli Invertebrati e Idrobiologia del Museo Tridentino di Scienze Naturali (Trento), avverte che il tema riguarda da vicino il nostro Paese. L'Italia è ricca di specie endemiche, soprattutto a livello di invertebrati.

La perdita di biodiversità, dice la zoologa di Trento, è già visibile:

"Ci sono diversi casi di estinzione locale in Italia. Per esempio alcune specie di Diamesa (un insetto) che erano presenti sull'Appennino negli anni Settanta del secolo scorso, sono sparite insieme al ghiacciaio del Gran Sasso, quasi scomparso".

Questa specie continua tuttavia ad essere presente nelle Alpi. Vi terremo aggiornati su questo importante tema appena avremo novità!



Temi di cuore

Alexandra Adam

Penso sia importante soffermarmi sul tema del “dare e ricevere”, dato che la nostra vita è semplificata da questi scambi tra persone, giorno per giorno.

Ho deciso di affrontare questo argomento anche perché ultimamente mi si è presentata una situazione che mi ha colpito in prima persona e sulla quale ho riflettuto in maniera intensa, profonda. Ed ora ve ne rendo partecipi.

“Dare e ricevere” sono due parole che secondo me godono della stessa identica importanza. “A dare” o “a ricevere” ci metterai sempre un po’ perché non è facile in nessun caso. Ad esempio è importante dialogare con chi ti sta di fronte perché tutto quello che gli viene donato, anche una semplice parola scambiata, si moltiplica e allo stesso modo serve anche a noi per aumentare la conoscenza di noi stessi... e perché no, per fare dei passi avanti. E non dimenticare che se si dà, è soltanto per il piacere di farlo!

Se invece ricevi, senti che qualcuno è interessato a te anche nella più banale situazione, perché come ben sapete nella vita nulla è scontato. E se ricevi, senti anche tu il bisogno di ricambiare: solo così ripaghi il bene che hai provato. Ricevere attenzioni vuol dire ottenere energia per muoversi in una direzione sicuramente migliore.

Noi cambiamo nel tempo, noi cresciamo personalmente: cambiano gli atteggiamenti, le convinzioni, la possibilità di scelta, il senso di libertà ed il benessere. È in questo modo che cresce la consapevolezza di sé e la responsabilità.

Quando non si conosce bene sé stessi si fa una certa fatica a relazionarsi con gli altri. A questo punto interviene il nostro inconscio a riempire la nostra giornata piena di tanti “se”... come ad esempio, se ho reagito nel modo giusto in una certa situazione.



Tante volte però ci soffermiamo a pensare perché capita, forse anche spesso, di dare soltanto e di non ricevere. In questa situazione di squilibrio si sta solo male, me ne rendo conto, ma ciò accade per due motivi: per prima cosa siamo diversi e forse non prendiamo le cose allo stesso modo; oppure per il fatto che la persona a cui hai deciso di dare -tanto o poco che sia- è talmente sicura che non deve fare niente in cambio da pensare di vivere benissimo così, solo per il fatto di ricevere. E possiamo solo sperare che prima o poi si renda conto di dover aggiungere qualcosa al suo modo di vivere! E questo, anche se la vita non sempre sorride!

Cercate di esprimere sensazioni, è fantastico ve lo assicuro. Nessuno può arrivare a farvi del male, almeno che non siate voi a consentiglielo. Un successo o una sconfitta in un certo ambito si ripercuotono su tutte le persone che ti stanno vicino, familiari, amici a cui magari fai un certo tipo di confidenza e lo stesso succede quando questo succede agli altri.

E se una critica motivata ti causa infelicità... in parte è colpa tua.

Accettare le cose come si presentano nella vita è l'unica filosofia che ci può dare un minimo di conforto e tranquillità.

Vi offro un consiglio, per chi magari non ha mai pensato di farlo: porsi degli obiettivi e cercare un po’ alla volta di realizzarli, perché con il tempo si realizza tutto.

Il flusso della nostra vita non è altro che l'interazione armoniosa di tutti gli elementi e di tutte le forze dell'esistenza.

Se ci poniamo degli obiettivi, si va sempre in meglio.

Chiarite tutto e non lasciate mai che le cose della vita precipitino, perché, ovviamente, senza impegno non avrete mai guadagno! Quindi senza dare... non potrete mai ricevere!



Storia di un'utente

Loris Carraro

Chi sei?

Un utente del CDM.

Sei sposata?

Sì, lo ero ma ora sono separata e mi dispiace.

Mi può raccontare la tua storia prima del CDM?

Dopo 4 anni che ero separata sono ritornata da mia mamma con i miei figli. Poi mi sono ammalata e mi hanno ricoverata in ospedale rimanendo in coma per 40 giorni.

Al mio risveglio ho ricevuto una pessima notizia: i dottori mi hanno comunicato che non ci sarebbe stato più niente da fare per me e che sarei dovuta rimanere a letto per sempre. Una volta saputo ciò non mi sono abbattuta e ho reagito con forza rendendomi conto però che la strada sarebbe stata sicuramente in salita. Infatti nei primi tempi mi rendevo conto di non riuscire a muovere ne le gambe ne le braccia e di non poter parlare, mi sono preoccupata.

Una volta uscita dalla sala di rianimazione mi hanno ricoverata nel reparto di Neurologia di Cittadella ed in quel periodo i miei familiari venivano a trovarmi molto spesso e facevano i turni per starmi sempre vicino.

Dopo 15 giorni mi hanno spostata nel reparto "riabilitazione"; in questa stanza avevo delle cannette e non riuscivo a muovermi, così ero costretta a fare fisioterapia a letto. Dopo qualche tempo me le hanno tolte permettendomi così di potermi alzare e cominciare a fare riabilitazione riuscendo pure a lavarmi da sola.

Ho cominciato a camminare con il girello per qualche minuto, col tempo poi mi sono rimessa in forma.

Quando mi hanno dimessa ero molto contenta di ritornare a casa.

La tua famiglia ti è stata vicina in questo momento della tua malattia?

In questo periodo delicato i miei mi sono stati molto di conforto, però mio marito non è mai venuto a trovarmi e ciò mi ha rattristato. Quello che ora sono lo devo solo alla mia famiglia.

Cosa ti porta qui?

Quando gli assistenti sociali mi hanno proposto il CDM per la mia riabilitazione fisica e psicologica ho capito che era la cosa migliore da fare per il mio futuro.

E' da molto che lo frequenti? Ne sei contenta?

Certo mi piace essere in questo ambiente. Ormai sono 4 anni che sono qui e spero di restarci ancora per molto.

Fai qualche attività che ti piace particolarmente?

Sì certo ad esempio: la riabilitazione motoria, l'inserimento dati con il computer, svolgere il mio lavoro di tirocinio in lavanderia e portare le cartelle in casa di riposo nei vari reparti.

Hai stretto qualche amicizia con i tuoi colleghi?

Diciamo che in passato ne avevo una in particolare però si è dimessa tempo fa. Ora vado d'accordo con tutti ma non ho stretto un fortissimo legame di amicizia con nessuno in particolare.

Da quando lo stai frequentando hai riscontrato dei miglioramenti? Quali sono?

Sì, sono migliorata molto da quando sono qui, ad esempio riesco a camminare senza che nessuno mi aiuti, a mangiare da sola e andare in bagno senza essere accompagnata dagli operatori. Per me è una grande conquista visto quello che mi è successo.

Quali sono i tuoi rapporti con operatori ed educatori?

I miei rapporti con loro sono ottimi perché sono una Ragazza gentile, disponibile e rispettosa del loro operato.

Le tue prospettive per il futuro?

Son trovare un lavoro adatto a me, come ad esempio in lavanderia, ma anche altri lavori che mi siano consoni.

Qual'è il tuo sogno nel cassetto?

Il mio sogno era di sposarmi giovane avere dei figli grandi e poter viaggiare per il mondo con mio marito.

Insomma poter fare tutto quello che ora non posso compiere visto il mio divorzio e la mia disabilità.

Vuoi aggiungere qualcos'altro?

Nonostante tutto quello che mi è successo in questi ultimi tempi posso dire che con la mia famiglia i rapporti sono migliorati.

Voglio ringraziare tutti quelli che mi hanno aiutata nel mio percorso di riabilitazione. Da quando sono arrivata qui al CDM ho conosciuto molti utenti, operatori, educatori e fisioterapisti che mi sono stati di grande aiuto. Il percorso è stato lungo e tortuoso ma adesso posso dire finalmente di essere molto migliorata sia fisicamente che mentalmente. Inoltre ho anche riscontrato che la mia memoria è migliorata e ho ricominciato a parlare.



Storia di un'operatore

Andrea Gerardin

A. Ciao in che modo vuoi presentarti?

N. *Ciao, sono Nadia una ragazza come tante, con molte passioni, che ama stare con le persone, ridere, scherzare e che adora il suo lavoro.*

A. Che titolo di studio serve per poter fare l'operatrice?

N. *Per fare l'operatore occorre conseguire il diploma di addetto all'assistenza, più il diploma di tecnico dei servizi sociale come ho fatto io frequentando l'IPSSS Florence Nightingale (3 anni +2) oppure so che molti fanno un corso di un anno.*

A. Da quanto tempo sei qua e come ti trovi?

N. *Sono qui al CDM da quasi 3 anni, mi trovo bene pur essendo un lavoro faticoso, riesco ad essere sempre entusiasta di ciò che faccio anche perché questo lavoro mi permette di crescere sia professionalmente che personalmente.*

A. Come giudichi il tuo percorso al cdm?

N. *Lo paragono ad un treno dove sono salita con un biglietto di solo andata, sapendo da dove partivo ma non esattamente dove sarei arrivata. Come tutti i viaggi ci sono molte persone che salgono e altre che scendono dal treno con le quali condividi parte del percorso. Le rotaie continuano trovando curve, salite, incroci facili e molte volte passaggi complicati, ma sicuramente il treno continua ad andare avanti e sono sempre curiosa di chi salirà alla prossima stazione, cercando di dare il massimo delle opportunità alle persone che salgono per poi vederle scendere con alcuni strumenti in più per affrontare altri viaggi da soli. Insomma per ora il mio percorso lo trovo interessante, pieno di sorprese, con delle difficoltà da superare, ma anche soddisfazioni.*

A. Cosa ti ha spinto a svolgere questo lavoro?

N. *Non ero molto convinta nello scegliere la strada per diventare operatrice. Sono state delle persone molto vicine che hanno visto in me una "dote", se così vogliamo chiamarla. Io ho solamente cercato di seguire ciò che mi sentivo di fare e che mi piaceva.*

A. Che difficoltà hai dovuto affrontare?

N. *Sicuramente una delle difficoltà più grosse è il dover portare molta pazienza poiché con questo lavoro si sta assieme a persone con idee e caratteri differenti dal tuo e poi si è sempre a contatto con la sofferenza.*

A. Che soddisfazioni hai avuto?

N. *Molte volte le soddisfazioni in questo lavoro sono quasi impercettibili e piccole ma che riempiono di gioia e annullano la fatica.*

A. Quali sono le competenze di un operatore del cdm?

N. *I compiti di un operatore sono il dare assistenza e aiutare nelle attività quotidiane le persone svantaggiate, (per esempio: vestizione e svestizione, aiutare a mangiare e aiutare nell'igiene personale). Su indicazioni dei fisioterapisti, con cui lavoriamo a stretto contatto, aiutiamo l'ospite ad eseguire i trasferimenti dal letto alla carrozzina o viceversa, favoriamo una corretta deambulazione, consigliamo a chi deve rivolgersi per avere dei suggerimenti e proponiamo alcune strategie per facilitare le attività quotidiane. L'operatore collabora con molte altre figure professionali come: l'assistente sociale, il medico di base, il logopedista e il dietologo, seguendo le loro indicazioni a seconda delle necessità che serve all'utente.*

A. Che esperienza hai avuto in precedenza con la disabilità?

N. *Oltre ad aver lavorato in una residenza sanitaria assistita (rsa) per persone disabili, ho fatto parte per un paio d'anni di un gruppo di volontariato parrocchiale per persone diversamente abili.*

A. Quali obiettivi ti poni per il futuro?

N. *Migliorarmi sempre di più professionalmente, sia per sostenere le persone che hanno bisogno di assistenza, sia nel rapportarmi con colleghi e altre figure professionali, questo per continuare al meglio ciò che faccio.*

A. Mi racconti che rapporto si instaura tra operatore e utente?

N. *Il rapporto si spera sempre sia di fiducia e di rispetto. Non si può dire che sia amicizia altrimenti l'operatore sarebbe di parte e non più obiettivo.*

A. Mi puoi dire infine il tuo sogno nel cassetto?

N. *Continuare al meglio a svolgere il mio lavoro e che non manchi mai la passione e la voglia di mettermi in discussione e di imparare.*



Intervista

Andrea Checchin

1) Quando è nata la cooperativa "cucina e sapori"?

La cooperativa è nata il 24 giugno 2005 per uscire dalla situazione di lavoratori dipendenti.

2) Da quanto tempo siete qui al bonora?

La nostra sede lavorativa è sempre stata al centro Bonora e grazie alla cooperativa "Nuova Vita" abbiamo acquisito un altro centro cottura a Piombino Dese e una sede legale a Camposampiero.

3) Quante persone lavorano in cucina e quali sono i compiti che svolgono al suo interno?

Siamo in 22 persone divisi in: responsabile cucina, capi partita (cuochi), addetti cucina (con varie mansioni), dietista e il responsabile auto controllo (che verifica se tutte le leggi di cucina sono rispettate).



4) Per poter esercitare in quest'ambiente che tipo di corsi e quanta esperienza lavorativa serve?

Per poter lavorare in questo ambiente sono necessari la qualifica alberghiera di 3 anni o il diploma dei 5 anni. E' richiesta inoltre un'esperienza lavorativa di 10 anni.

5) Come si svolge una giornata tipo in questa cucina?

Ecco come si svolge un giornata tipo nella sede di cucina e sapori al bonora, aperta 365 giorni l'anno comprese le festività.

La giornata si svolge così: inizialmente un operatore prepara la colazione alle 6:15, poi alle 7:00 arrivano i capi partita e il responsabile per preparare il pranzo. Alle 11:15 si portano i pasti: quelli colati del bonora (cioè per le persone che non riescono a mangiare da sole), quelli per la casa gialla, quelli per il cdm "il laboratorio", per le scuole medie ed elementari e in seguito alle 12:00 per il resto del bonora. Alle 13:30 ogni operatore pulisce la propria zona di lavoro; alle 14:00 inizia il secondo turno di preparazione e alle 18:00 si porta il cibo ai reparti.

Alle 21:00, dopo aver pulito, finisce finalmente la giornata.

6) Quali differenze ci sono tra una casa di riposo e un ristorante?

Non ci sono grosse differenze, semplicemente è una cucina più leggera rispetto a quella di un ristorante, con meno grassi e proteine, insomma una dieta adatta a tutte persone con problemi.

7) Per quante persone cucinate in questa cucina?

In questa cucina prepariamo da mangiare per 900 persone al giorno.

8) Quanti tipi di menù fate?

I menù che facciamo sono divisi per tipologie: i menu per le scuole, quello per il bonora (diete personalizzate a seconda delle esigenze di vari pazienti), per il cdm e per la casa gialla.

9) Su una cucina ci sono sempre contrattempi di varia natura, quali sono i più frequenti? In questi frangenti in che modo ci si muove?

I problemi tecnici più frequenti si hanno solitamente ai frigoriferi ed ai forni, difficoltà che inizialmente proviamo a risolvere da soli, per poi eventualmente chiedere in un secondo momento l'aiuto di tecnici specializzati.

10) In una cucina ci sono anche le pulizie, in che modo siete organizzati?

I cuochi fanno le pulizie ordinarie mentre ogni giorno della settimana, per tre ore, una persona è addetta alle pulizie di fondo di parte della cucina.

11) Grazie della disponibilità dimostrata per tutto il corso dell'intervista e complimenti per l'immenso lavoro che fate.

Grazie a voi per averci dedicato uno spazio importante all'interno del vostro giornalino.



Falegnameria

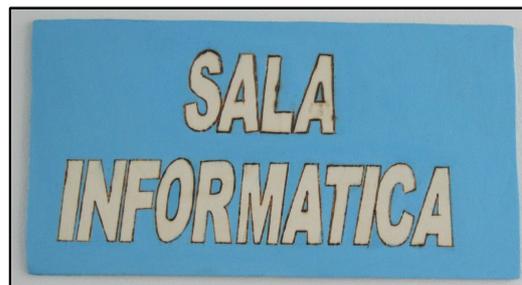
Andrea Gerardin

Vi presentiamo alcuni dei nostri lavori:

Come fare una targhetta

Materiale:

- Fogli di compensato varie misure.
- Una squadra per fare gli angoli.
- Traforo, sega manuale e seghetto alternativo.
- Pirografo.
- Metro.
- Stampa lettere con computer.
- Colori, vernice e pennelli.



Procedimento:

Innanzitutto si prende un foglio di compensato nel quale si segnano le varie misure.

Dopo di che si marcano gli angoli a 45° e si usa la carta vetrata per smussare le varie sbavature.

Si ricalcano le lettere scaricate con il computer, si passa il pirografo sui bordi delle lettere, si vernicia la scritta di un colore e la targhetta di un'altro colore. Si da una mano di vernice per tenerlo lucido.

Come realizzare delle sagome per un presepe natalizio

Materiale:

- Fogli di compensato varie misure.
- Traforo, sega manuale e seghetto alternativo.
- Stampa disegni con computer.
- Colore acrilico, vernice e pennelli.



Procedimento:

Innanzitutto si prende il foglio di compensato, si ricalcano le varie forme da ritagliare (vari disegni: animali e figure del presepe) e si usa la carta vetrata per smussare le varie sbavature.

Si ritagliano i bordi delle figure, si verniciano con vari colori, dopodichè si procede nella realizzazione di un semplice supporto per sostenere la figura. Poi si prende il tutto e si costruisce il presepe.



Il Grinch

Mario Brigante

"In quel fiocco di neve che ti ha appena sfiorato c'è tutto un mondo che ti verrà svelato."

Inizia dentro un fiocco di neve la favola moderna diretta da **Ron Howard**, in cui **Jim Carrey** veste i panni del perfido Grinch, essere verde e peloso, temuto dai piccoli abitanti di *Nonsochi*.

I *Chinonso* aspettano il Natale tutto l'anno e lo spirito di festa pervade il cuore di tutti, o meglio di quasi tutti. Il Grinch, dal monte Briciolaio, boicotta l'allegria esagerata ad esso connesso ed i suoi festeggiamenti, nessuno conosce il motivo di cotanto odio, sarà forse perché ha il cuore più piccolo di due taglie?

Da bambino il Grinch ha subito angherie e soprusi, a causa non solo della sua diversità fisica, ma anche per il suo singolare temperamento. Umiliato dai suoi piccoli concittadini, decide di ritirarsi a vita solitaria e ogni giorno obbedisce ad una dieta ferrea, per ridurre il suo cuore di una taglia. Finché un giorno incontra la dolce Cindy Lou (**Taylor Momsen**), il cui spirito natalizio è lontano dall'esuberanza consumistica e più vicino all'altruismo e all'amore per la famiglia e alle gioie del vivere quotidiano.

La piccola Lou darà una lezione agli abitanti di *Nonsochi* sulla vera natura del Natale e la sua dolcezza metterà in discussione perfino l'apatico Grinch sulla forza dei buoni sentimenti.

Per *Il Grinch* il regista americano **Ron Howard** ha scelto la tecnica del *live action*. Jim Carrey si è sottoposto a quattro ore di trucco giornaliero per assumere le sembianze del perfido misantropo abitante di *Nonsochi*.

Il film prende le mosse dalla letteratura per ragazzi di **Theodor Seuss Geisel**, restio per lungo tempo a cedere i diritti per trasformare il suo personaggio di carta in pellicola. Come molti cattivi della letteratura, il Grinch piace - soprattutto in America, personaggio conosciuto e molto amato dai bambini. Il suo atteggiamento spavaldo e distaccato è al contempo un'arma di difesa nei confronti di una società che non contempla il diverso e non lo accoglie. Al di là dell'aspetto, il suo modo di entrare il suo il suo modo di entrare in relazione con gli altri o di dialogare con se stesso, è assolutamente originale, unico, esilarante, ma temibile perché privo di una codificazione condivisa dai più. Il Grinch è l'anima ribelle, creativa, giustamente critica presente in ognuno di noi.



"Regali, regali, regali, regali. Volete sapere che fine fanno i vostri regali?"

Arrivano tutti da me all'immondezzaio. Mi ci potrei impiccare con tutte le brutte cravatte trovate nel pattume! È l'avidità, la vostra avidità infinita. Voglio diamanti, voglio una mazza da golf, voglio un pony per cavalcarlo due volte, annoiarmi, poi venderlo per farci la colla." Il Grinch come Lucy Lou rappresenta l'altra faccia del Natale. L'emarginazione uno, la solitudine l'altra. Entrambi odiano il Natale per ciò che ne ha fatto il mero consumismo. Il mostro e la bambina ritroveranno il senso del Natale rubato grazie alle rispettive diversità: *"Se il calore sale al cuore, a natale amore tu avrai. Se il tuo cuore prova amore tu la pace conoscerai."*



Commento personale:

Divertente e ricco di valori sani e genuini nascosti sotto una storia e delle ambientazioni un poco strampalate, ma davvero chiare e dolci per i piccoli spettatori! Nel far ridere Jim Carrey è un maestro, i costumi poi sono superbi...nient'altro da aggiungere: esilarante pellicola per grandi e piccini!

Il Grinch di Ron Howard è esattamente come ci si aspetterebbe che fosse. Un personaggio cattivo e scorretto che in realtà è solo incompreso e non amato, perché diverso. Il film che si pone ad un target di età molto bassa, ha effetti speciali notevolissimi e qualche trovata visiva e

narrativa interessante, ma si perde sempre in eccessi di buonismo e banalità, perdendo quell'appeal di cui il personaggio è caricato. Resta una favola per famiglie.



Barzelette sul Natale

Loris Carraro

Massime Di Natale

Che cosa fa Babbo Natale in un campo di calcio?
Dona doni.

Cosa fanno sotto l'albero di Natale il Re di Spagna e
la Regina d'Inghilterra?
I regali!

Un ottimista è una persona che inizia una dieta
nel giorno di Natale.

Ricordati che non s'ingrassa da Natale a Capodanno,
ma da Capodanno a Natale.

Un re magio triste diventa... un re mogio?



Ma tu credi a Babbo Natale?
Io? Ma se non credo neanche alle uova di Pasqua!

Amore - dice la moglie al marito - l'ultima volta che
è passato di qui, Babbo Natale
mi ha lasciato una scopa... non ti sembra sia un
regalo ridicolo per una casalinga?
No, amorino - risponde il marito - purtroppo la
befana quest'anno ha beccato l'influenza...
e mi ha chiesto un favore!

Scusa potresti mandarmi una tua foto? I miei
amici non credono all'esistenza della befana!

Se il 6 gennaio vedi la befana che corre verso di
te piangendo e ti abbraccia....non avere paura....
è solo contenta di aver ritrovato la sua sorella
gemella!

Ho letto sul giornale che Babbo Natale
ricompensa con 1000 euro
chi lo aiuta a trovare la befana. Ora: o mi dai il
doppio, o gli dico dove sei!!!

Il freddo sta uccidendo un'intera generazione
di befane, copriti non farmi stare in pensiero.





Enigmistica

Fabio Figini

Babbo Natale lascia i regali per i bambini ...

- a) ... vicino al Presepe.
- b) ... davanti alla porta di casa.
- c) ... sotto l'albero di Natale.

Babbo Natale ha ...

- a) ... i baffi bianchi e i capelli rossi.
- b) ... la barba bianca e un cappello rosso.
- c) ... cappello e barba bianchi.

Babbo Natale viaggia su una slitta tirata da ...

- a) ... dei cavalli.
- b) ... delle renne.
- c) ... dei leoni.

Gli italiani si augurano "Buon Natale e ...

- a) ... all'anno prossimo!"
- b) ... felice anno nuovo!"
- c) ... tanta felicità nel nuovo anno!"

Gli Italiani trascorrono il Natale ...

- a) ... con i famigliari e i parenti.
- b) ... con i parenti e i vicini.
- c) ... con i vicini e i genitori.

Sulle tavole degli Italiani a Natale non mancano ...

- a) ... tiramisù e sorbetto.
- b) ... pandoro e panet one.
- c) ... crostata di mele e amaretti.

Durante le feste natalizie gli italiani si fanno ...

- a) ... i complimenti.
- b) ... gli scherzi.
- c) ... gli auguri.

Natale è ...

- a) ... un giorno feriale.
- b) ... un giorno festivo.
- c) ... un giorno come un altro.

I bambini italiani ricevono i loro regali la notte del ...

- a) ... 6 dicembre.
- b) ... 24 dicembre.
- c) ... 31 dicembre.

La notte di San Silvestro è illuminata dai ...

- a) ... fuochi d'artificio.
- b) ... forni a legna.
- c) ... vigili del fuoco.

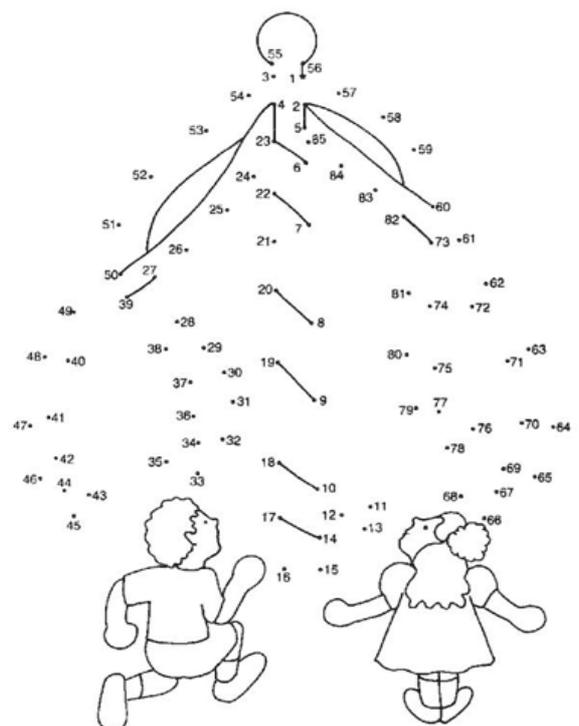
Molte persone indossano il 31 dicembre ...

- a) ... una camicia rossa.
- b) ... dei calzini rossi.
- c) ... delle mutande rosse.

La notte del 6 gennaio la Befana lascia i suoi regali per i bambini ...

- a) ... in una cassa.
- b) ... in un cestino.
- c) ... in una calza.

5				8	6			1
		2	7		1	6		
	7	1				2	5	
9	1			2			7	
3			1	4	5			6
	6			9			2	4
	5	3					4	6
		8	9		3	5		
2			5	1				7





L'oroscopo dell'inverno

Teodora Moracchiato

L'oroscopo Classico	L'oroscopo Egiziano
 <p>Ariete dal 21/3 al 20/4 Potrà essere sufficiente anche solo qualche passeggiata a ritmo un po' sostenuto: aiuterà la microcircolazione evitandovi noiosi gonfiori alle gambe e vi permetterà di fare qualche strappo alla regola a tavola, senza correre il rischio di mettere su peso.</p>	 <p>Ra - Il Dio egizio del Sole dal 16/7 al 15/8 Sono persone carismatiche che attraggono i fluidi positivi, devono però imparare a dominare l'orgoglio per non allontanare le buone persone e le opportunità della vita.</p>
 <p>Toro dal 21/4 al 20/5 Avete un carattere non facile, questo è risaputo, ma il nuovo anno sembra avervi portato consiglio. Non più scatti d'ira con il partner ma dialogo e tanto buon senso, saranno le caratteristiche del rapporto di coppia che state vivendo.</p>	 <p>Neit - La dea egizia della caccia dal 16/8 15/9 Deve imparare a non sottovalutare i dettagli meno importanti che per gli altri deve sempre considerare i due aspetti di un problema e mantenere l'armonia tra le persone con cui vive.</p>
 <p>Gemelli dal 21/5 al 21/6 Sapete perfettamente di essere in grado di poterli portare a termine in maniera più che brillante e questo vi permetterà, poi, di richiedere maggiori gratifiche, sia economiche che di carriera.</p>	 <p>Maat - La dea egizia della verità e della giustizia. dal 16/10 al 15/11 Chi nasce sotto questo segno ha una personalità ostinata, forte e sa capire i sentimenti degli altri. Deve sviluppare la sua auto-stima e tentare di essere meno geloso e possessivo.</p>
 <p>Cancro dal 22/6 al 22/7 Siete lavoratori forti ed instancabili, questo è accertato, a patto, però, che quello che fate stimoli la vostra sensibile creatività e fantasia. Quest'anno anche chi svolgerà un lavoro non proprio creativo riuscirà comunque a personalizzarlo e, metterci "del suo", potrà trarre grosse soddisfazioni dal proprio operato.</p>	 <p>Osiris - Dio egizio della terra e del mondo inferiore dal 16/10 al 15/11 Chi nasce sotto questo segno ha una personalità ostinata, forte e sa capire i sentimenti degli altri. Deve sviluppare la sua auto-stima e tentare di essere meno geloso e possessivo.</p>
 <p>Leone dal 23/7 al 23/8 Malgrado i vostri sforzi per tenerlo nascosto, siete individui bisognosi d'amore. Per voi, infatti, l'amare rappresenta un ulteriore banco di prova per dimostrare la vostra "potenza" e così appagare la vostra vanità.</p>	 <p>Hathor - Dea egizia dell'amore e del piacere Dal 16/11 al 15/12 Le persone di questo segno sono piene di sensualità, autostima e fortuna ma devono imparare ad accettare le circostanze e gli avvenimenti inaspettati della vita.</p>
 <p>Vergine dal 24/8 al 22/9 Sarete apprezzati da colleghi e superiori e avrete anche ottime possibilità di avanzamenti di carriera. Il periodo più positivo andrà da gennaio a giugno durante il quale potrete e saprete esprimervi al meglio.</p>	 <p>Anubis - Il Dio egizio della morte Dal 16/12 al 15/01 Chi nasce sotto questo segno sa lottare per i suoi obiettivi, è intelligente ed ha un grande potenziale per raggiungere il successo.</p>
 <p>Bilancia dal 23/9 al 22/10 Per coloro, invece, che sono già in coppia e hanno dei problemi è arrivato il momento di trovare una soluzione definitiva: o i malintesi si risolvono una volta per tutte o deve essere data la parola "fine" al rapporto.</p>	 <p>Bastet - Dea egizia del piacere, della danza e della musica Dal 16/01 al 15/02 Chi nasce sotto questo segno delinea un carattere altruista e cordiale e generalmente è ottimista. Ha una grande necessità di libertà che deve essere ben gestita per non essere mal interpretata o per non far soffrire le persone vicine.</p>
 <p>Scorpione dal 23/10 al 22/11 Cercate di non trascurare i sintomi che avvertirete o correrete il rischio di un leggero esaurimento nervoso che, col vostro carattere, rischierebbe di divenire qualche cosa di più serio: riposo e relax dovranno essere, in quel periodo, le vostre parole d'ordine.</p>	 <p>Tuèris/Tauert - Dea egizia della fertilità Dal 16/02 al 15/02 Coloro che nascono sotto questo segno sono persone profonde, sensibili, intuitive, affettuose e benevole. Devono imparare ad accettare e ad approfittare con obiettività le opportunità che la vita gli offre.</p>
 <p>Sagittario 23/11 al 21/12 Siete proverbialmente lenti nel prendere decisioni, specie in materia di cuore, ma il nuovo anno vi conferirà una nuova capacità: quella di sapere individuare le persone giuste.</p>	 <p>Sekmet - Dea egizia della guerra Dal 16/3 al 15/04 Devono meglio approfittare del loro magnetismo e della loro capacità di iniziare nuovi progetti. Hanno una mente ed uno spirito esageratamente avventuriero.</p>
 <p>Capricorno dal 22/12 al 20/1 Il denaro non mancherà e se, in passato, avete dovuto rimandare alcuni progetti, a causa della precarietà economica, riuscirete a metterli in pratica quest'anno, sia che si tratti di una vacanza caraibica o di un investimento immobiliare: BRAVI!</p>	 <p>Ptha - Dio egizio delle arti e degli artisti Dal 16/04 al 15/05 Deve sviluppare di più la pazienza e la tranquillità e deve anche accettare e sfruttare le ricompense che la vita gli dà.</p>
 <p>Acquario dal 21/1 al 19/2 Il vostro intuito e la vostra agilità mentale vi permetteranno di esser notati da colleghi e superiori che si compiaceranno per le vostre capacità, facendovi acquisire maggior sicurezza in voi stessi e nelle vostre capacità.</p>	 <p>Toth - Dio Egizio della scrittura, signore delle parole dal 16/05 al 15/6 Chi nasce sotto questo segno ha una personalità forte ed energetica e sembra stare sempre in movimento fisico e mentale.</p>
 <p>Pesci dal 20/2 al 20/3 Siete ottimi collaboratori e buoni colleghi e, quindi, siete contesi perché lavorare con voi è veramente piacevole: seri, responsabili, precisi ed ordinati...Fate attenzione, però, alle invidie che si creeranno sul posto di lavoro perché proprio in questo periodo vi vedrete affidare incarichi di grossa responsabilità che, forse, anche qualcun altro si aspettava.</p>	 <p>Sis - Dal 16/06 al 15/07 Ha un grande potere spirituale ma deve sempre equilibrare le sue emozioni per non far sì che il sentimentalismo confonda e disorienti la sua vita.</p>



L'angolo della posta

Loris Carraro

Ciao, mi presento, Sono Simone P. e sono venuto a conoscenza del vostro giornalino tramite l'amico Loris, vostro redattore.

Penso che sia una buona idea impegnare il tempo del CDM per fare un giornalino. Dà spunti alle persone coinvolte, le tiene attive e interessate magari a cose che non conoscevano, facendole cercare e documentarsi. Questo è piacevole anche per chi legge: ho trovato gli articoli molto vari e diversi, per genere e stesura.

A me è piaciuto in particolare l'articolo su Beatrice Vio, che non conoscevo, poi molti altri: quello sui templari, il taglio fondi sul sociale e l'inserito di falegnameria.

Mi è stato chiesto anche qualche consiglio: non saprei cosa dirvi, visto che è molto gradevole, impaginato bene e bella grafica.

L'unica cosa che posso dire è complimenti per il lavoro, e resto in attesa del prossimo numero.

Ciao.

Di seguito un po' di domande da parte del Nostro lettore a cui diamo risposta:

Da quanto tempo esiste il giornalino?

Il primo numero del giornalino è di Dicembre 2010.

Come e quando è nata l'idea?

E' nata dall'idea di alcuni utenti e operatori, questo per mettersi in gioco con qualcosa prodotto in "proprio" dal CDM, dove si potessero esprimere capacità informatiche sperimentando anche il lavoro di gruppo. L'auspicio è che il giornalino possa essere letto da sempre più persone aumentando l'autonomia della redazione.

Quanto tempo ci mettete a prepararlo?

Non c'è un tempo prestabilito, circa 3/4 mesi, dipende dal numero degli articoli.

Chi decide quali articoli fare?

Gli articoli vengono decisi durante le prime riunioni redazionali, che si svolgono alla mattina con tutti i redattori del giornalino.

Come riuscite a gestire il va e vieni di persone che c'è nel CDM a livello di redazione?

I componenti della redazione sono sempre gli stessi. Però si valutano nuovi inserimenti in base alle capacità.

La scelta dei redattori in base a cosa è dettata?

In base alle capacità cognitive (motorie).

Nel giornalino è coinvolto tutto il CDM o solo i redattori?

Principalmente i redattori con il supporto di consulenti esterni.

Quelli del CDM che non sono coinvolti, si occupano di altre attività?

Sì. Sono impegnati in altre attività, esiste il gruppo motorio, cognitivo e manuale.

addirittura il cruciverba: ma dove l'avete trovato?

Questo articolo è stato scritto da un redattore che ha trovato spunto su Internet.

Un giornalino è qualcosa che fanno in tanti: il vostro che diffusione ha?

Per ora è solo a diffusione interna qui al CDM per amici e parenti.

Ora che siete nella nuova sede, avete già trovato i vostri spazi?

All'inizio è stato difficile orientarsi in questo ambiente nuovo, con spazi diversi e più grandi, con diversa sistemazione delle stanze per fare le attività.

Com'è andato il trasloco?

E' stata dura, ma alla fine c'è la abbiamo fatta.



Le Nostre Foto

Enrico Bortolazzo



Ecco qua il *nostro* Andrea G. con lo sguardo molto attento e un po' preoccupato durante il taglio della fascia tricolore, con il quale ha inaugurato finalmente il nuovo centro del C.D.M.

Ecco qui l'ultimo arrivato Fabrizio, nei primi giorni era un po' diffidente del centro, ma ora si è così affezionato che appena vede un' appiglio ci si attacca e non se ne vuole più andare.



Questo è il nostro giardino dell'Eden. Per alcuni di noi è un luogo ideale per la meditazione ed il riposo, quando siamo stanchi e pensierosi andiamo là.



Redazionale

Franco Scaldaferro

Il 29 settembre 2012 è stata finalmente inaugurata la nuova sede del Centro Disabili Motori „IL LABORATORIO“, una normale struttura a prima vista, ma in concreto una realtà straordinaria per chi ha creduto in questo progetto e per tutti gli utenti che la frequentano e la frequenteranno.

All'inaugurazione erano presenti: il vicepresidente della Provincia di Padova Roberto Marcato, il Presidente del Consiglio Regionale del Veneto Clodovaldo Ruffato, il Direttore Generale ULSS 15 Francesco Benazzi, il Presidente della Banca padovana di Credito Cooperativo Ruggero Agostini, il Presidente della cooperativa Nuova Vita Armando Mattesco, il Sindaco di Camposampiero Domenico Zanon ed il Mons. Pietro Fietta. Queste importanti figure hanno illustrato il motivo della realizzazione di una nuova sede, esponendo la soddisfazione nell'aver portato a termine un progetto così importante nonostante le difficoltà e sottolineando l'importanza del lavoro quotidiano delle persone che ogni giorno, con le loro competenze e dedizione, aiutano gli utenti del C.D.M.; molti i ringraziamenti a tutti per l'impegno. Ringraziamenti ai quali voglio affiancarmi anche io tenendo in particolare nel ricordare i nomi del personale del centro: la coordinatrice del CDM Dott. Valentina Bonin che come avrete notato è anche l'editrice di Quatro Ciacoe; Gli educatori: Silvia Bevilacqua, Stefano Maro e Michela Anderlini Francesca Santolin ora in maternità. Gli operatori: Nadia Fantin, Marco Fornasiero, Matteo Battan, Filippo Foscaro Giuliana Favero, i fisioterapisti Elena Lichi e Federico Marin ed il *nostro* Mario Brigante sempre propositivi e disponibili per ogni nostra necessità.



Fatta questa premessa fondamentale voglio adesso farvi „virtualmente“ visitare questa splendida struttura. Innanzitutto, entrando sulla destra, si trova la sala accoglienza, nella quale al mattino ci troviamo, per il saluto iniziale e per ascoltare il „nostro“ Andrea G. che con molta dedizione ci legge le notizie più importanti del giornale, sempre in questa sede vengono fatte le comunicazioni principali della giornata da parte dello staff. In questa sala si svolgono anche le attività di gruppo: l'autobiografico, nel quale a turno condividiamo insieme al gruppo le esperienze passate positive o negative che siano, il gruppo obiettivi ed ora il lavoro sulle emozioni, svolto sotto le direttive della nostra coordinatrice Valentina.

In questo scatto, come avrete notato, si ritrae la palestra, dove alcuni utenti sotto l'occhio vigile del fisioterapista (Federico) ci si prepara alle prossime olimpiadi di Rio de Janeiro(!). Ho avuto la fortuna di assistere a qualche sessione di allenamento e, dall'impegno che tutti sembrano mettermi, e posso dire che potranno sicuramente battere Usain Bolt, l'uomo più veloce al mondo nei 100 metri.



Qui c'è la falegnameria, dove si creano vari oggetti d'artigianato tra questi gli oggetti per il presepe del prossimo Natale al quale Andrea G, nella rubrica "fai da te", ha dedicato un articolo con le varie fasi di realizzazione. Inoltre questa sala è utilizzata il mattino per l'attività cognitiva, dove agli utenti vengono proposte esercitazioni di vario tipo per migliorare le proprie capacità intellettive.

Ed eccoci qua, nell'aula informatica, dove viene realizzato il giornalino „Quatro Ciacoe“, dall'attribuzione dei vari articoli, alla stesura fino all'impaginazione. In quest'aula si tengono corsi di informatica come, ad esempio, il lavoro sul pacchetto Office, sulla navigazione Internet e sull'approccio di base al computer.



E dopo tanto lavoro è il caso di rifocillarci un pò, che ne dite! E questa è la sala da pranzo dove alla mattina si fa la pausa, con caffè o thé, yogurt e frutta, mentre a mezzogiorno pranziamo con le gustose pietanze preparate dalla cooperativa Cucina e sapori, (vedi intervista alla cucina del *nostro* Andrea C.).

Nella stanza adiacente alla sala da pranzo si trova la cucina, dove si prepara la merenda e dove si serve da mangiare (e qualcuno si è anche cimentato ai fornelli!).



Purtroppo anche questa volta per problemi di spazio non posso più scrivere! E nell'augurarvi un Sereno Natale e un Felice 2013, sperando che la befana ci porti meno tagli e più incentivi, vi invito a visitare il nuovo C.D.M.! Solo un appunto: meglio se prima ci avvisate, non si sa mai...a volte non siamo in casa!

VUOI AVERE LA TUA PUBBLICITA'
SU QUESTO SPAZIO??
CONTATTACI ALLA NUOVA MAIL...



PUOI VENIRE A TROVARCI

IL LUNEDI' MATTINA

AL CDM "Il Laboratorio"

(via Cao Del Mondo 2A Camposampiero Padova)



**Il C.D.M. "il Laboratorio"
è lieto di proporvi:**

Oh! oh! Oh! Merry Christsmas-
QUATRO CIACOE



QUATRO CIACOE:

PUBBLICAZIONE PERIODICA, N°8

**Prodotto Redatto e Pubblicato da
CDM "IL LABORATORIO"**

Via Cao Del Mondo 2A Camposampiero (PD)

E-mail: quattrociacoe2013@libero.it

ANNO DI PUBBLICAZIONE 2