

ANNO 1 – N°7 Agosto 2010 - Mensile

DULCIS IN FUNDO



*LA RIVISTA MENSILE
della
QUINTASTELLA*

**A cura degli ospiti e della Psicologa
della Residenza per Anziani "Quintastella"**

La pagina della psicologa...



Non posso fare a meno di ringraziare tutti gli ospiti che ci hanno fatto compagnia per un periodo più o meno lungo... anche se solo per qualche settimana di vacanza, poco alla volta sono entrati a far parte del nostro gruppo che sembra sempre più un condominio pieno di bella gente che piacevolmente si ritrova giorno dopo giorno.

Ricorderò con piacere Adriana e Ester che si sono conosciute qui da noi e hanno formato una coppia indivisibile... sempre mattiniere e pronte a partecipare a qualsiasi attività.

E poi Carlo, che è stato per me una presenza ironica fin dalle prime ore di ogni mattina, sempre con la battuta pronta;

ancora due belle coppie, Giorgio e Gianna e Rosa e Franco, che mi hanno fatto capire quanto sia bello condividere tutta una vita insieme nonostante le avversità che questa spesso ci presenta;

E che dire di Francesco e della sua domanda fissa: "ma il governo Berlusconi? E' caduto?" con cui abbiamo aperto ogni mattina la lettura di gruppo del giornale... un appuntamento irrinunciabile!

Cesare ha portato una ventata di allegria con la sua capacità di sdrammatizzare; ho provato a imparare da Fabia come si lavora a punto e croce, ma ho rinunciato quasi subito a malincuore.. tuttavia ho ricevuto la promessa di avere in dono uno dei suoi bellissimi lavori!

Sono felice di aver appassionato alla lettura delle notizie quotidiane anche Clara, Annamaria, Leda, Dolores, Claudio, Gianni, Liliana, Rosanna e Vittorio che

arrivavano prima di me per assicurarsi un bel posticino al riparo dalle correnti mattutine;

Ugo e Fortunata si sono rivelate due persone ironiche e estremamente disponibili e la loro presenza ha allietato i nostri momenti passati insieme;

Lina e Giuliana hanno portato una ventata di notizie e ricordi civitavecchiesi, mentre Grazia e Lissi hanno partecipato a tutte le attività proposte con grande entusiasmo.

Vorrei chiedere scusa se non ho citato tutti gli ospiti che sono stati con noi, ma siete stati davvero tanti! E di proposito non ho menzionato gli ospiti che ci accompagnano in questo percorso lavorativo (per noi operatori) fin dalle prime settimane di apertura della struttura: voi siete una presenza fissa e importante di questo movimentato condominio e avrò modo di parlare ancora di voi visto che rimarrete a farci compagnia anche dopo l'estate!

Buon Ferragosto!!

Con affetto, dott. Rachele di Leo



Tanti auguri a...



Adriana (3 agosto), Valter (4 agosto),
Annamaria (5 agosto), Marcella e Giorgio
(17 agosto), Battista e Luigi (18 agosto),
Gianna (23 agosto), Rolando (24 agosto),
Claudio e Giovanna P. (25 agosto),
Luciano (29 agosto), Adele (30 agosto).

Buon compleanno!!

L'angolo della poesia



X Agosto

San Lorenzo, io lo so perché tanto
di stelle per l'aria tranquilla
arde e cade, perché sì gran pianto
nel concavo cielo favilla.
Ritornava una rondine al tetto:
l'uccisero: cadde tra spini:
ella aveva nel becco un insetto:
la cena dei suoi rondinini.
Ora è là, come in croce, che tende
quel verme a quel cielo lontano;
e il suo nido è nell'ombra, che attende
che pigola sempre più piano.
Anche un uomo tornava al suo nido:
l'uccisero: disse: Perdono;
e restò negli aperti occhi un grido:
portava due bambole in dono...
Ora là, nella casa romita,
lo aspettano, aspettano in vano:
egli immobile, attonito, addita
le bambole al cielo lontano.
E tu, Cielo, dall'alto dei mondi
sereni, infinito, immortale,
oh! d'un pianto di stelle lo inondi
quest'atomo opaco del Male!

Giovanni Pascoli

La canzone del mese....

Quale canzone canteremo di più in questo mese??



Sapore di sale

Sapore di sale, sapore di mare
che hai sulla pelle, che hai sulle labbra
quando esci dall'acqua e ti vieni a sdraiare
vicino a me, vicino a me.

Sapore di sale, sapore di mare
un gusto un po' amaro di cose perdute
di cose lasciate lontano da noi
dove il mondo è diverso, diverso da qui.

Il tempo è nei giorni che passano pigri
e lasciano in bocca il gusto del sale
ti butti nell'acqua e mi lasci a guardarti
e rimango da solo nella sabbia e nel sol.

Poi torni vicino e ti lasci cadere

così nella sabbia e nelle mie braccia
e mentre ti bacio sapore di sale
sapore di mare, sapore di te.

La ricetta delle nonne... *consigliata dalle signore...*



Oggi cuciniamo...

PASTA FREDDA: INSALATA DI FARFALLE MEDITERRANEA

Ingredienti (dosi per 4 persone)

320 gr di farfalle
200 gr di pomodorini ciliegia
2 cucchiaini di pesto
20 gr di olive
olio extravergine di oliva
pecorino
pepe
sale
basilico

Preparazione

Lessate le **farfalle** in abbondante acqua salata e scolatele al dente, sciacquatele sotto l'acqua corrente e poi asciugatele con un panno pulitissimo. Nel frattempo lavate i

pomodorini e tagliateli a spicchietti, metteteli in un piatto con un pò di **sale**. A parte snocciate le **olive** e fatele a rondelline. Togliete l'acqua che avranno fatto i pomodori e metteteli nell'insalatiera con le farfalle e le olive. Condite la pasta con il pesto, aggiungete il basilico, due cucchiaini di olio, una macinata di peperoncino e qualche scaglietta di pecorino, mescolate bene e mettetevi l'insalata di farfalle in frigorifero fino al momento di servire!

Pomodori con riso e patate



2 pomodori grandi e maturi
5 cucchiaini da minestra colmi di riso
1 cipolla bianca novella piccola
2 patate novelle medie
1 spicchio d'aglio
alcune foglie di basilico fresco
coriandolo macinato
sale e pepe
olio

Raccomandazione: i pomodori devono essere davvero maturi. Sodi ma maturi. Tagliare la calottina superiore ai pomodori, svuotarli e mettere tutto il "ripieno", compreso il liquido, in una ciotola. Tagliuzzarlo se occorre, aggiungere il riso (crudo!), lo spicchio d'aglio intero (poi si toglierà), il basilico tritato grossolanamente, salare, pepare, un bel cucchiaio d'olio e mescolare bene. Salare i pomodori all'interno e, checché ne dica la tradizione, NON capovolgerli: l'acqua di vegetazione che si formerà all'interno

favorirà la cottura del riso.

Mentre il composto riposa e i pomodori sudano, pelare le patate e tagliarle a tocchetti piuttosto piccoli, tagliare a spicchi la cipolla, salare, pepare e oliare e disporre in una teglia. Riempire per tre quarti i pomodori con il composto di riso, chiudere con la calottina, adagiarli sopra il letto di patate e cipolla, sparpagliare in giro il composto di riso avanzato, un giro d'olio in superficie e infornare. A 200° (preriscaldato) per circa mezz'ora. Non dimenticatevi che avete qualcosa in cottura: controllate spesso e se vedete che si è asciugato troppo ma non è ancora cotto, aggiungete un gocciolo d'acqua.

RICORDI DI UN'ESTATE... ..TOLFETANA!



...Ecco i vostri ricordi di questa prima estate al Quintastella...

"Sono rimasta molto contenta della bella accoglienza in questa meravigliosa struttura. Soprattutto delle premure di tutto il personale addetto alla cura degli ospiti. Ho trovato tanto affetto e simpatia e credo che ciò sia bellissimo!!"

Con affetto, Adriana

"E' la prima volta che io e mia moglie veniamo in questo albergo-pensione dove stiamo trascorrendo le nostre vacanze. Il luogo a noi piace: la tranquillità, la calura, l'ordine ci fa bene e poi c'è una ragazza, Maria, che ci aiuta e ci allietta con la sua lieta vivacità. Siamo ancora a meno della metà della nostra vacanza in questo luogo e

siamo intenzionati a tornare anche l'anno prossimo, anche per ritrovare tutti quanti."

Rosa e Franco

Catapano

"Tolfa... Residenza per anziani, offre i servizi di Casa di Riposo e di residenza Sanitaria assistenziale. Io ho avuto bisogno di questa struttura e dal 5 agosto vivo qui in questo ambiente che ospita persone con problemi ortopedici, neurologici e persone che si vogliono riposare. Il personale adibito ai vari servizi è tutto molto professionale e ho avuto un'esperienza più che soddisfacente, ma devo dire che anche le persone che sono ospiti hanno tutte contribuito a rendere bella la permanenza in questo locale che ricorderò per tanto tempo. Ma più di tutti mi ha colpito una giovane donna perché frequentandola colpisce il suo saper vivere, la sua bontà, il suo saper giudicare. Mi ha colpito l'attività del suo cervello e mi ha commosso perché dice di sentirsi felice, serena, e per questo non la dimenticherò, giacché ho lavorato nella scuola come insegnante per 44 anni e non ho incontrato mai un personaggio così bello e soddisfacente. Magari ce ne fossero di più di persone di questo calibro."

Con tanto affetto per tutti, Fortunata Alati De Salazar

"Le stelle sono tante, milioni di milioni, ma la quinta stella è la più bella!!"

Con affetto, Leda Ciuti

"Il posto è bello, l'aria è buona, il personale è gentile... meglio di così!!!"

Clara Sciamanna

“E arrivò il momento di decidere dove andare in villeggiatura. Io ero fermamente convinta di rimanere in città: mio marito ha dei gravi problemi di salute e in qualche ospedale, nonostante le ferie, sicuramente avrei trovato qualche medico. La casa che abbiamo al mare è troppo lontano alla città, per non parlare di quella dei miei nonni persa in un paesino in collina. I miei figli non ascoltavano nemmeno tutti i miei ragionamenti e mi dicevano..”tu e papà potreste andare a Tolfa, stareste benissimo: assistenza medica 24 ore al giorno, fisioterapista, psicologa.. anche tu potrai riposare: niente cucina, niente lavare, niente stirare, niente pulizie. In più a disposizione avrete parrucchiere, pedicure, estetista... e chi più ne ha , ne metta!!”

Così... si parte per Tolfa! Appena si arriva, colpisce l'edificio che è veramente bello e sicuramente è stato progettato da un architetto di valore. L'interno è luminoso, spazioso e con tanti piccoli e grandi accorgimenti per mettere l'ospite a suo agio. I bagni (che io osservo sempre con occhio molto critico perché sono il punto dolente di ristoranti e alberghi) sono immacolati. Quindi niente da eccepire... disfo le valigie!

Il personale è un capitolo a parte. Dove le hanno trovate tutte quelle giovani donne sempre sorridenti, pazienti e disponibili? Tra l'altro alcune sono anche belle! Incomincio dalla dott. Palmieri: corre sempre qua e là e sembra una meteora, ma se qualcuno ha bisogno di lei si ferma, si capisce che ascolta con il cuore e con la mente. Come faremmo senza la Monica? Tutti abusiamo della sua disponibilità anche per risolvere i problemi più elementari. E' oberata dal lavoro.. si occupa d ospiti, del personale e di infinite cose.. come farà? E ora parliamo del resto del personale (le cui mansioni le riconosco dal colore della divisa).. corrono sempre tutte e anche davanti alla situazioni più critiche, più schifo sette sono sempre sorridenti e pazienti. Le osservo attentamente e non ho mai visto fare il minimo segno di stizza. Non ne nomino nessuna: se dovessi dimenticare un nome soltanto sarebbe per me un gran dispiacere perché le stimo tutte. Qui sono gentili anche la barista, le addette alla lavanderia e le cuoche.

lo speravo che la cucina lasciasse un po' a desiderare così perdevo qualche chilo... invece succederà di sicuro il contrario!! E ora parliamo dei nostri ragazzi e della Rachele. Quanto si sforza la dott. Rachele per stimolare le nostre un po' sopite capacità intellettive!! Ci legge il giornale tutte le mattine e con semplici domande ci stimola a fare commenti, osservazioni e a partecipare alla vita di tutti i giorni. Qualche commento su Luca. Gli devo una riconoscenza infinita: è riuscito a far stare in piedi mio marito, a farlo camminare, a fargli dire qualche parola. Che pazienza infinita!! E quanto è contento mio marito quando esce dalla sua stanza! "

Giovanna Benassi

"Sono al 2° mese del mio soggiorno presso la struttura "Quintastella". Dopo essere uscita da un periodo un po' burrascoso e critico in seguito ad un ricovero, eccomi qui per godere di qualche giorno di pace e serenità. Devo dire che, nonostante i miei dubbi iniziali a riguardo, sto trascorrendo veramente una vacanza ottima ed in buona compagnia. Ho trovato delle amiche, persone che mi vogliono ed a cui voglio molto bene ed alle quali sono molto legata. Anche il personale, sono tutti molto dolci ed affettuosi con me. Un grazie di cuore a tutti e... alla prossima!"

Ester De Bottis

La rubrica di cinema



MINE VAGANTI

Un film di Ferzan Ozpetek

Con Riccardo Scamarcio, Nicole Grimaudo, Alessandro Preziosi, Ennio Fantastichini, Elena Sofia Ricci, Lunetta Savino

TRAMA

Non farti mai dire dagli altri chi devi amare, e chi devi odiare. Sbaglia per conto tuo, sempre. È il monito che l'anziana nonna rivolge al nipote Tommaso rientrato a casa da Roma deciso ad affermare le proprie scelte personali anche a costo di scontrarsi con la famiglia. Quella di Tommaso, il figlio minore dei Cantone proprietari di un pastificio in Puglia, è una famiglia numerosa e stravagante. In casa c'è molta attesa per il suo ritorno: la nonna ribelle e intrappolata nel ricordo di un amore impossibile, la mamma Stefania, amorosa ma soffocata dalle convenzioni borghesi, il padre Vincenzo deluso nelle aspettative sui figli, la zia Luciana a dir poco eccentrica, la sorella Elena che rifugge un destino da casalinga, il fratello Antonio da affiancare nella nuova gestione del pastificio di famiglia. Insieme a loro Alba, la cui strada incrocia professionalmente quella dei Cantone. Non mancano però sorprendenti rivelazioni e colpi di scena. Ed anche per questo il soggiorno di Tommaso dovrà protrarsi ben più a lungo del previsto...



La vignetta del mese



I proverbi del mese

Agosto ci matura il grano e il mosto.

Fango di maggio, spighe d'agosto.

Chi pota di maggio e zappa d'agosto, non raccoglie né pane né mosto..

Chi dorme d'agosto, dorme a suo costo.

Agosto, moglie mia non ti conosco.

Se vuoi la buona rapa, per Santa Maria (15 agosto) sia nata.

Quando piove d'agosto, piove miele e piove mosto.

Chi vuole aver del mosto, zappi le viti d'agosto.

Poco vino vendi al tino; assai mosto serba a agosto.

La prim'acqua d'agosto, il caldo s'è riposto.

La prim'acqua d'agosto rinfresca il bosco.

Di settembre e d'agosto, bevi il vin vecchio e lascia stare il mosto.

Alla prim'acqua d'agosto, cadono le mosche; quella che rimane, morde come cane.

Poco mosto, vil d'agosto.

...E noi vi diamo appuntamento al prossimo mese....