

ANNO 1 – N°11 Dicembre 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...*



Ho voluto raccogliere alcune delle attività che abbiamo svolto in questo primo anno di vita, sperando che siano d'auspicio a tante altre per l'anno nuovo!

### **TACCUINO DEL 2010...**

Siamo andati alla S. Messa nella chiesa di S. Egidio e abbiamo assistito al concerto della banda di Tolfa; sono venuti a cantare da noi i bimbi per Natale; Durante queste visite, molto gradite ai nostri ospiti, i bambini hanno cantato, suonato brani natalizi e recitato poesie di auguri. Alcuni dei nostri ospiti hanno ricambiato i piccoli pensieri raccontando storie sul natale di una volta.

Abbiamo ospitato il balletto di Tolfa, che si è esibito nel nostro salone delle feste; in estate siamo andati a passeggiare al mare sulla spiaggia di S. Severa gustandoci un bel gelato artigianale; siamo andati a rendere omaggio alla Madonna di Pantano e abbiamo partecipato alla S. Messa; abbiamo ospitato due pianisti che si sono esibiti in due concerti di pianoforte; abbiamo partecipato alla sagra della lumaca e a quella della bistecca e abbiamo avuto il piacere di essere per 3 volte spettatori agli spettacoli teatrali delle commedie di Eduardo De Filippo.

E poi, non ci possiamo certo dimenticare di aver dato inizio all'opera della nostra redazione scrivendo il giornalino che tutti i mesi esce nella nostra "edicola"!!!

Insomma... ci siamo dati da fare e questo è stato solo l'inizio...

**Auguro a tutti voi un Buon Natale in compagnia dei vostri cari,**

Dott. Rachele di Leo

Colgo l'occasione per ricordare a chi volesse contattarmi che può farlo attraverso l'e-mail [dileo.rachele@quintastella.it](mailto:dileo.rachele@quintastella.it) oppure telefonando in struttura **dal lunedì al sabato preferibilmente dalle 8.30 alle 9.30 e dalle 12.00 alle 13.00.**

Tanti auguri a...  
**Tanti auguri a...**



*Wanda 10 dicembre*

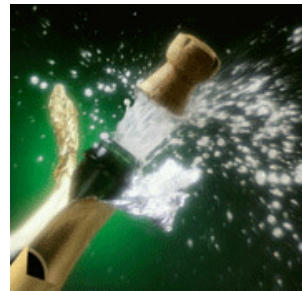
*Mauro 23 dicembre*



**E un caloroso benvenuto a ...**

**Renzo Taddei, Argelinda Colanicchia, Marcella Copponi**

# COSA DESIDERATE DAL 2011??



Ecco alcune delle nostre richieste per l'anno nuovo:

Marcella C.: un po' di pace e di salute

Angela: la salute!

Pasqualina: un villino tutto per conto mio!

Nara: tornare a vedere i miei luoghi d'infanzia a Pisa!

Rosa P.: la salute per tutti i familiari

Margherita: Una scappatella a casa mia

Rolando: decisamente la salute!

Mirella: poter fare un pellegrinaggio a Lourdes

Norina: anche io vorrei fare un pellegrinaggio

Alba: la salute per tutta la famiglia

Viviana: la salute per me e per tutti i miei cari

Brunetta: ma pensiamo a finire bene quest'anno!!!

Carmelina: fare una visita alla mia città... Parma!

Claudio A.: vivere un anno di più!

Teresa: un viaggio in un posto dove non sono mai stata... per esempio l'olanda

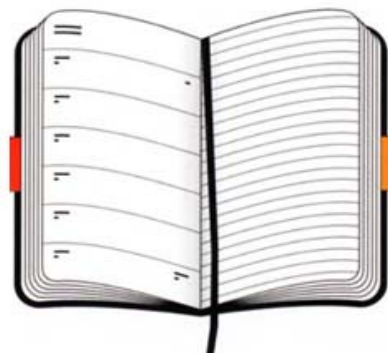
Marcella G.: la tranquillità... che non mi rompano più le scatole!!

Leonardo: un viaggio all'estero... perché no!

Clotilde: visitare una città d'arte

Maria: stare in compagnia!!

# I NOSTRI IMPEGNI NATALIZI



## **IL 18 dicembre RICEVIAMO GLI ANZIANI DEL PAESE...**

Sabato avremo il piacere di ricevere gli anziani del paese che verranno a trascorrere qui da noi un pomeriggio di festa, con canti e balli...

## **Il 19 dicembre e' FESTA DI NATALE CON I FAMILIARI...**

Domenica sarà finalmente l'occasione per stare tutti insieme, scambiarsi gli auguri di Natale e brindare all'anno nuovo... Vi aspettiamo dalle ore 17.00!!

## **Il 26 dicembre e' in programma il concerto di pianoforte**

Il giorno di Santo Stefano sarà ancora festa qui al Quintastella, con il concerto di pianoforte tenuto da un pianista di fama nazionale che allieterà con la sua musica il nostro pomeriggio...

Vi aspettiamo numerosi per festeggiare con noi!

## IL CANTICO DEGLI ANZIANI

**Benedetti** quelli che ci guardano con simpatia

**Benedetti** quelli che comprendono il nostro camminare stanco

**Benedetti** quelli che parlano a voce alta per minimizzare la nostra sordità

**Benedetti** quelli che stringono con calore le nostre mani tremanti

**Benedetti** quelli che si interessano della nostra lontana giovinezza

**Benedetti** quelli che non si stancano di ascoltare i nostri discorsi già tante volte ripetuti

**Benedetti** quelli che comprendono il nostro bisogno di affetto

**Benedetti** quelli che ci regalano frammenti del loro tempo

**Benedetti** quelli che si ricordano della nostra solitudine

**Benedetti** quelli che ci sono vicini nella sofferenza

**Beati** quelli che rallegrano gli ultimi giorni della nostra vita

**Beati** quelli che ci sono vicini nel momento del passaggio

## *La vera storia dell'albero di Natale*

**Perché si usa proprio l'abete? E come è arrivata la tradizione anche in Italia? Ecco tutte le risposte!**

**C**hi ha inventato l'albero di Natale? Sembra una domanda banale, ma la risposta non è certo facile. L'albero di Natale è una tradizione antica: viene fatta risalire al rito pagano dei Teutoni, che bruciavano un ceppo davanti alla famiglia e ornavano un abete con ghirlande nel solstizio invernale.



Mala prima vera notizia ufficiale sull'argomento giunge solo nel 1605 dall'Alsazia: una cronaca di Strasburgo annota che si va diffondendo l'abitudine di portare a casa degli abeti per metterli nelle stanze ornandoli di rose di carta, mele, zucchero e altri oggetti in similoro. Ecco l'albero di Natale, ufficialmente per la prima volta.



*Da 69 anni albero e grandi illuminazioni  
abbelliscono il Rockefeller Center, a New York.*

Ma perché proprio l'abete e non un'altra pianta? Per la sua "magia" di essere sempreverde, dono che (secondo alcune leggende) gli sarebbe stato dato da Gesù stesso, grato per aver trovato rifugio sotto i suoi rami mentre era inseguito da alcuni nemici. Nel 1700 la tradizione dell'albero è già consolidata e diffusa nei Paesi di lingua germanica. Johann Wolfgang Goethe, per esempio, amava moltissimo l'usanza dell'albero di Natale: così nel suo romanzo *I dolori del giovane Werther* l'albero compare per la prima volta anche nella grande letteratura. E proprio in quell'epoca nasce la famosissima canzone *Oh Tannenbaum, oh Tannenbaum!* (dedicata appunto all'abete natalizio), che ancora oggi è la più cantata in tutta la Germania.





*Come tutti gli anni, Piazza San Pietro a Roma  
avrà anche per il Natale 2001 un grande abete.  
Che per tradizione è sempre donato.*

Nel nostro secolo, mentre molte tradizioni sono quasi sparite, l'albero non solo ha resistito, ma ha anzi rafforzato la sua posizione, diventando il simbolo più diffuso del Natale, anche se il più delle volte il vero abete è stato sostituito da quello di plastica. Ma forse è meglio così: altrimenti sarebbe stato uno scempio in natura. Pensate che già nel 1700 erano in molti a protestare contro le devastazioni degli abeti nei boschi nel mese di dicembre! Nel frattempo anche le candele di cera dell'abete sono diventate (per fortuna) delle luci elettriche, magari a intermittenza. E sui rami fioriscono ancora oggi mille oggetti luccicanti. In Italia l'albero di Natale è arrivato solo nel 1800. Si narra che fu la regina Margherita, moglie di Umberto I, a farne allestire uno in un salone del Quirinale, a Roma, dove la famiglia reale abitava. La novità piacque moltissimo e l'albero, festosamente addobbato, si diffuse a poco a poco nelle famiglie italiane.



*Un grande abete anche a Mosca: davanti ad esso  
la statua di Ded Moroz, l'equivalente russo di Babbo Natale.*

A proposito di addobbi, la leggenda vuole che le palle e le altre decorazioni siano considerate speranze di prosperità, e i fili d'oro e d'argento i capelli delle fate. Ma forse è più bello pensare che l'abete è l'albero di Gesù, l'illuminazione quella di

Cristo sull'umanità, mentre i frutti, i doni e le decorazioni simboleggiano la sua generosità verso di noi.



## Le ricette natalizie delle nonne...

*...per questo mese abbiamo deciso di fare una panoramica delle ricette natalizie provenienti dalle diverse regioni italiane...*

### *Spongata da Parma... suggerita da Carmelina!*

#### *Ingredienti*

Per la pasta: - Farina 250 g - Burro 80 g - Zucchero 120 g - Vino bianco secco 1 bicchiere - Sale Un pizzico Per il ripieno: Miele 250 g - Gherigli di noce 100 g - Mandorle 50 g - Nocciole 50 g - Pinoli 30 g - Canditi misti 100 g - Uvetta sultanina 50 g - Biscotti secchi 100 g - Vino bianco secco 1 bicchiere - Cannella in polvere 5 g - Noce moscata grattugiata q.b. Cognac 1 bicchierino Per completare: Zucchero a velo 1 bustina - Olio di oliva 1 cucchiaino - Burro q.b. - Farina q.b.

#### *La preparazione*

Iniziate a preparare il ripieno: sbollentate e pelate le noci, le mandorle, le nocciole ed i pinoli. Tritateli e tagliate a dadini i canditi. Fate ammorbidire in acqua tiepida l'uvetta sultanina, quindi strizzatela. Sbriciolate i biscotti secchi. Versate il miele in una piccola casseruola, bagnatelo con il vino, portatela ad ebollizione, quindi abbassate al fiamma ed unite i biscotti secchi, le noci, le mandorle, le nocciole ed i pinoli. Insaporite il tutto con la noce moscata grattugiata e la cannella in polvere. Aggiungete alla preparazione il cognac, i canditi e l'uva sultanina. Amalgamate il composto, toglietelo dal fuoco e lasciatelo raffreddare. Versatelo in una terrina, ricopritelo con un foglio di carta di alluminio e lasciatelo riposare in un luogo fresco per almeno 24 ore. Preparate la pasta: setacciate la farina a fontana sulla spianatoia. Mettete al centro il burro ammorbidito, lo

zucchero, il vino ed il sale. Lavorate gli ingredienti ricavandone un'impasto piuttosto consistente, che lascerete riposare in luogo fresco per circa mezz'ora. Quindi dividete l'impasto in due parti, una più grande dell'altra. Con il matterello stendete i due pezzi di pasta in modo da ricavarne un disco grande e uno più piccolo. Imburrate ed infarinate la teglia. Foderatela con il disco più grande. Versate il ripieno, livellatelo con una spatola inumidita, ricopritelo con il secondo disco di pasta e saldatelo ai bordi pizzicandolo con le dita. Con uno stecchino bucherellate la superficie e spennellatela con dell'olio. Scaldate il forno a 190° e mettetevi a cuocere la preparazione per 30 m. Togliete il dolce dal forno, lasciatelo raffreddare completamente, mettetelo su un piatto di portata, spolverizzatelo con lo zucchero a velo e servitelo a tavola.



## *Cartellate dalla Puglia... suggerita da Teresa!*

### *Ingredienti:*

Kg 1 di farina "0", gr. 200 di margarina, gr. 50 olio d'oliva (o gr. 250 di solo olio, se non si utilizza la margarina), cl. 20 vino bianco o moscato dolce, olio di oliva per friggere, pizzico di sale, litri 1,5 di vino cotto (o miele), confettini colorati.

### *Preparazione:*

Si impasta la farina con la margarina, l'olio, il vino bianco (che si deve avere l'accortezza di intiepidire) e con un pizzico di sale; se l'impasto dovesse risultare ancora dura aggiungere vino tiepido quanto basta. Si divide l'impasto in tante pagnotelle che lasceremo riposare per un paio d'ore; quindi si procederà schiacciandole con un matterello fino ad ottenere uno strato tondo sottilissimo di un millimetro di spessore. Si tagliano queste schiacciate con una rondella smerlata e si formano tante striscioline larghe 3-4 cm, che devono essere piegate in due e unite con le dita alla distanza di cm 2 in modo da ottenere delle conchette. Si arrotolano unendo le conchette tra di loro, in modo da ottenere delle forme di rosa. Una volta ben asciugate le cartellate vengono fritte in olio bollente (volendo si possono cuocere anche in forno) e messe a scolare su carta assorbente. Si mette in un'altra padella a scaldare il vin cotto (o il miele) e quando arriva a ebollizione si immergono le cartellate; dopo un paio di minuti si rivoltano e si

lasciano ben impregnare, quindi si depositano su piatti larghi e piani e guarniti con confettini colorati.

## *Ciambellette di Civitavecchia... suggerite da Margherita!*

### *Ingredienti:*

Vino bianco lt.2,5, Zucchero kg.3,5, Olio lt.2,5, Anice gr.150, Lievito in polvere gr.50 , Farina quanto basta

### *Preparazione:*

Unire olio e vino ;aggiungere lo zucchero e l'anice che sarà stato bagnato per circa 24 ore in un po' di vino. Completare la preparazione con la farina, per quanta l'impasto ne assorbe, quindi con il lievito. Lavorare l'impasto per circa lo minuti per renderlo compatto; formare le ciambelle, cospargerle di zucchero e cuocerle in forno alla temperatura di 300 gradi C. Le ciambellette all'anice sono uno dei dolci più tipici della nostra città, si preparano tutto l'anno ma sono caratteristiche del periodo natalizio. La versione qui proposta è la più classica e conosciuta; le quantità degli ingredienti consentono la preparazione di diversi chili di ciambelle; naturalmente le dosi indicate debbono essere ridotte in proporzione, secondo le necessità.

## *Sospiri Di Ozieri dalla Sardegna... suggerita da Francesco!*

### *Ingredienti:*

Per sei persone: Cinque uova di giornata; 350gr. di zucchero; 85gr. di mandorle dolci sgusciate e pelate; 75gr. di burro; Una ciotola di farina; Scorza di limone.

### *Preparazione:*

La tecnica di confezione non si differenzia molto da quella per la preparazione delle classiche meringhe. Si montano a neve gli albumi delle uova e, di volta in volta, si aggiunge lo zucchero insieme alle mandorle tritate sottilmente e la scorza grattugiata di limone. Si lavora questa frullatura solo per far amalgamare gli ingredienti. Intanto si unge di burro una teglia da forno, si spolverizza con un leggero velo di farina bianca e, delicatamente, vi si depongono i sospiri, che hanno la forma di un piccolo uovo schiacciato. Badare che sulla teglia siano a regolare distanza e che non si urtino durante la cottura, all'atto del naturale rigonfiamento. Lasciarli nel forno, a temperatura mite,

poco più di venti minuti, poi farli raffreddare ed avvolgerli con la carta trasparente lucida dopo averli "glassati".

## *Pangiallo Romano... suggerita da Angela!*

### *Ingredienti:*

Gr. 100 di ricotta, gr. 60 di miele, gr. 50 di uvetta sultanina, gr. 50 di pinoli, gr. 50 di mandorle tostate, gr. 50 di noci, gr. 50 di nocciole, gr. 50 di fichi secchi, g. 50 di cioccolato fondente (FACOLTATIVO), gr. 50 di scorza d'arancio candita, 1 cucchiaino di zucchero, gr. 30 di lievito di birra, 3 cucchiaini d'olio, un pizzico di zafferano, un pizzico di cannella, chiodi di garofano in polvere, noce moscata q.b., farina q.b.

### *Preparazione:*

Sciogliete lo zucchero in un po' di acqua tiepida e fateci sciogliere il lievito di birra ed un pizzico di sale. Sul tavolo passate la farina a fontana e formate spazio nel centro. Aggiungete il composto di zucchero già preparato e aggiungete man mano tutti gli altri ingredienti. Ricevetene una forma a stella o più semplicemente come un grosso salame e lasciate riposare in un luogo tiepido per circa 10 ore. Preparate una glassa da spalmare sulla superficie del pangiallo fatta con acqua, zafferano, farina e olio. Ponete in dolce sul piatto da forno foderato con carta da forno per circa 50 minuti a 180°.

## *Calcionetti dall'Abruzzo... suggerita da Mirella!*

### *Ingredienti:*

Per 8 : Per la pasta: 1 kg di farina, 1 bicchiere di olio extra vergine d'oliva, 2 bicchieri di vino bianco, 2 tuorli, sale q.b. Per il ripieno: 1 kg di castagne, miele, 2 etti di cacao amaro in polvere, 2 etti di mandorle dolci, un bicchierino di rum, miele, zucchero a velo.

### *Preparazione:*

Preparare la pasta e fare delle sfoglie sottili (la macchinetta per la pasta va bene a 4). Preparare il ripieno, tritare le mandorle, lessare le castagne e ridurle in purè aggiungere il

cacao e il rhum, dolcificare con il miele a vostro piacimento, l'impasto deve risultare denso. Fare dei ravioli e friggerli in olio bollente la pasta non si deve dorare deve restare chiara. Cospargerli con zucchero a velo.

## *Beijinho dal Brasile... suggerita da Regina!*

### *Ingredienti:*

1 confezione di latte intero concentrato zuccherato da 397 gr, 100gr farina di cocco, 200 ml di latte

**Per decorare:** chiodi di garofano (facoltativi), farina di cocco o zucchero semolato

### *Preparazione:*

In una pentola mettere il latte concentrato, la farina di cocco e fare cuocere a fuoco lento mescolando di continuo con un cucchiaino di legno (consiglio di utilizzare la retina paraschizzi). Quando si vede comparire il fondo della pentola e l'impasto comincia a staccarsi dalle pareti (circa 10 minuti) spegnere il fuoco. Versare il composto in una ciotola di vetro. Lasciare raffreddare un ora e mezzo fuori dal frigo e in seguito riporre in frigo a riposare per un'altra ora. In un piattino distribuire la farina di cocco. Formare con l'impasto delle palline del diametro di 3 centimetri e passarle nella farina di cocco(o zucchero semolato). A piacere decorare ogni tartufo con un chiodo di garofano. Disporre in pirottini, lasciar riposare ancora per un ora nel frigo e servire.

## L'ANGOLO DELLA DOPPIA INTERVISTA



Iniziamo questo mese a conoscere un po' più da vicino i nostri operatori... è il turno di *Maria Ilda e Valentina P.* e noi le ringraziamo per essersi prestate a questo gioco!!!

1. Nome e Cognome..

**Maria Ilda Moggi**

**Valentina Pirandello**

2. Il compleanno lo festeggi il...

**3 agosto**

**28 luglio**

3. Passa tempo preferito ...

**Camminare per il bosco**



Sedermi davanti al camino a fumarmi una sigaretta

4. Il lato del tuo carattere che apprezzi di più...

Non mi piace niente! Ho un caratteraccio!

La mia disponibilità verso chi ha bisogno

5. E quello che ti piace di meno...

Sono permalosa... ahimè...

La troppa ingenuità...

6. La frase che ripeti più spesso a lavoro è...

"Adesso ci andiamo a lavare"

"ci vieni al compleanno mio?"

7. Cosa ti piace del tuo lavoro...

E' un lavoro che mi piace nella sua totalità

Le colleghe e il reparto in cui mi trovo

8. La mattina, appena inizia il turno, entri in reparto e dici...

"Mammamia!!"

"Che c'è da fare?!"

9. Il tuo motto di vita...

Vivere alla giornata

Tutto passa...

10. L'ultimo libro letto...

La sera non riesco a leggere, mi addormento subito!

Quello che scriverò io..

11. Se potessi partire oggi per un viaggio faresti la valigia per...

Zanzibar

Vado in aeroporto e il primo volo che trovo... salgo e volo via!



## LO SAPEVATE??

### PERCHE' SI ESPONE UN FIOCCO ROSA O AZZURRO QUANDO NASCE UN BAMBINO?

Il fiocco è un antichissimo simbolo di vitalità e di omaggio alle divinità, presente nelle culture indoeuropea e cinese. Il colore azzurro, essendo lo stesso del cielo, serviva a proteggere il neonato dalle forze del male. Le bambine invece, ritenute anticamente non abbastanza importanti per essere protette, erano salutate con il rosa, che ricorda il sangue mestruale e quindi la femminilità. Azzurro e rosa, essendo colori tenui, erano considerati più adatti ai bambini rispetto a blu e rosso.

### PERCHE' IL GIORNO VENERDI' 13 E' CONSIDERATO SFORTUNATO?

Una spiegazione risale alla mitologia scandinava: c'erano 12 semidei e poi arrivò il tredicesimo, Loki. Ma era crudele con gli uomini: da qui il 13, in quelle terre, è divenuto segno di malaugurio. Altri legano la superstizione al fatto che c'erano 13 persone all'Ultima Cena di Cristo, e il tredicesimo era Giuda. Quanto al venerdì, forse è considerato infausto perché Cristo fu crocefisso in quel giorno. Per i musulmani, invece, è infausto perché è il giorno in cui Adamo ed Eva mangiarono il frutto proibito. Origini a parte, la credenza è diffusa in tutta Europa e America.

## PERCHE' SI DICE "ACQUA IN BOCCA"?

Il lessicografo Giacchi dà questa spiegazione. Si narra che una femminuccia, molto dedita alla maldicenza, ma anche devotissima, pregasse il suo confessore di darle un rimedio contro quel peccato. Il confessore insinuava conforti e preghiere, ma inutilmente. Un bel giorno diede alla donna una boccetta d'acqua del pozzo raccomandandole di tenerla sempre con sé e quando sentiva la voglia di 'sparlare' ne mettesse alcune gocce in bocca e ve le tenesse ben chiuse finché non fosse passata la tentazione. La donna così fece, e negli atti ripetuti trovò tanto vantaggio, che alla fine si liberò dal vizio dominante, e come fosse femmina di poco levatura tenne poi quell'acqua per miracolosa.

# La rubrica di cinema



## LA BANDA DEI BABBI NATALE

Un film di Paolo Genovese. Con Aldo Baglio, Giovanni Storti, Giacomo Poretti, Angela Finocchiaro, Giorgio Colangeli.

Comico, durata 100 min.

Uscita: venerdì 17 dicembre 2010



### TRAMA

Sorpresi a 'scalare' un edificio la notte di Natale, Aldo, Giovanni e Giacomo vengono arrestati e condotti davanti all'inflessibile commissario Irene Bestetti, impaziente di fare il verbale e di correre a casa a godersi in famiglia la Vigilia. Interrogato, il trio in abito rosso e barba bianca si racconta e confessa i propri affanni quotidiani. Aldo è un nullafacente col vizio per le scommesse e un amore sconfinato per Monica, esasperata dalla sua condotta, Giovanni è un veterinario irresponsabile con due matrimoni e due vite vissute tra Milano e Lugano, Giacomo è un dottore seppellito da dodici anni sotto il ricordo di una moglie defunta e corteggiato senza effetto dalla vitale (e vivente) dottoressa Elisa. Compagni di vita e di bocce, sbocciando e accostando, proveranno a dimostrare la loro innocenza e a vincere il trofeo natalizio.

### *La vignetta del mese*

Attenzione ai dolciumi durante le feste natalizie....



## *I proverbi del mese*

Per Santa Bibiana (2 dicembre), scarponi e calza di lana.

Per San Nicolò di Bari (6 dicembre), festa o non festa, a scuola non si resta.

A San Nicola di Bari (6 dicembre), la rondine passa i mari.

Chi si rinnova per Maria (8 dicembre), scampa la malattia.

Da Santa Lucia (13 dicembre) il freddo si mette in via.

A San Graziano (18 dicembre) lo scaldino in mano.

A Natale (25 dicembre) freddo cordiale.

Natale (25 dicembre) in pantanella, Pasqua in polverella.

Natale (25 dicembre) al balcone, Pasqua al tizzone.

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