

ANNO 4 - N°1 GENNAIO 2014

# Dulcis in Fundo

LA RIVISTA MENSILE DELLA QUINTASTELLA



A cura degli Ospiti e della Psicologa

# La pagina del Direttore

*Anna Maria Palmieri*

Voglio raccontarvi una storiella....

## *L'Inferno e il Paradiso*

Un viaggiatore, passeggiando per l'inferno, venne sorpreso da un particolare inquietante: al ristorante dell'inferno c'era una tavola imbandita di ogni prelibatezza con una varietà incredibile di cibi succulenti e ben preparati, ma nessuno si avvicinava a mangiare.

Incuriosito andò a guardare e si accorse che le posate avevano delle aste così lunghe ma così lunghe che era praticamente impossibile portare il cibo alla bocca, così le persone si disperavano dalla fame e si consumavano dalla rabbia di avere tanto cibo a disposizione e non poterlo mangiare.

Il viaggiatore poi si recò in Paradiso e, con altrettanta sorpresa, vide che anche lì c'era la stessa tavola imbandita, come all'inferno e le stesse identiche posate lunghissime. Aspettò incuriosito di vedere che cosa succedeva all'ora di pranzo. Vide arrivare tante persone felici che con naturalezza si avvicinavano alla tavola imbandita, prendevano quelle posate lunghissime e ognuno le utilizzava per imboccare la persona vicina, così tutti mangiavano.

Questa storia mi piace tanto perché credo che metta bene in evidenza uno dei principi basilari dell'organizzazione del lavoro e delle comunità, ma anche della vita di ognuno di noi.

L'aiuto è alla base di tutto, nella vita come nel lavoro, perché tante persone insieme fanno molto di più di tante persone prese singolarmente.

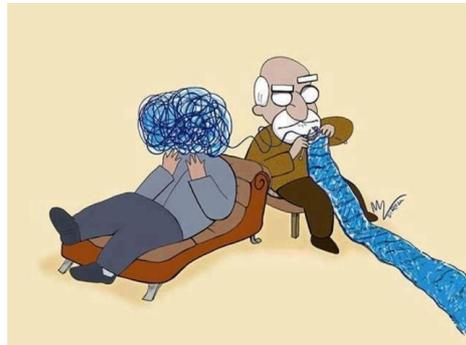
L'aiuto costruisce una catena di mani laboriose che si tengono strette e difficilmente si può spezzare: ognuno comincia dove finisce l'altro e così via, senza smettere mai.

E questo è il mio augurio per il nuovo anno.

Buon lavoro a tutti.

# La pagina della Psicologa...

*Rachele di Leo*



Conosciamo più da vicino la nostra Casa cominciando dal...

## **NUCLEO PROTETTO "ORSA MINORE"**

Il nucleo Orsa Minore è organizzato per garantire agli Ospiti le necessarie condizioni di protezione e sicurezza, ed allo stesso tempo ritmi di vita e stimoli riabilitativi adeguati alle ridotte capacità cognitive e funzionali. L'intervento sulla Persona è globale: Medico, Infermieri, Fisioterapisti, Psicologa, Educatrici e Operatori Assistenziali lavorano in equipe con uno scambio costante di informazioni e con percorsi e strategie assistenziali condivise per garantire il benessere degli Ospiti e una costante continuità assistenziale con la famiglia.

La cura delle persone ricoverate presso il nucleo si pone i seguenti obiettivi:

1. Promuovere le condizioni di benessere della persona, intese come miglior livello funzionale possibile
2. Limitare i disturbi del comportamento;
3. Ridurre l'utilizzo dei mezzi di contenzione farmacologica e fisica salvaguardando altresì la sicurezza del paziente.

Il nucleo Orsa Minore è destinato a persone affette da un grado di demenza moderato-severo che possono giovare delle specifiche metodologie assistenziali e di particolari soluzioni ambientali. Quando la persona perde progressivamente le sue abilità cognitive, tali perdite devono essere supportate da "interventi

protesici” la cui efficacia assistenziale si basa sull’interazione di tre dimensioni: lo spazio fisico, le attività assistenziali e le persone che assistono.

### **La durata del ricovero**

E’ importante sapere che il nucleo Orsa Minore è inteso come **nucleo di passaggio**: possono accedervi e permanere solo i pazienti che rispondono a due requisiti, previa valutazione dell’equipe socio-sanitaria:

1. Presenza di disturbi comportamentali
2. Capacità di deambulazione

L’equipe terapeutica, che redige il piano assistenziale individuale, stabilisce la durata del ricovero. Quando l’equipe valuta che non sono più presenti le condizioni di permanenza autorizza lo spostamento in un altro nucleo, che risponda meglio ai nuovi bisogni dell’Ospite.

### **Le caratteristiche dell’ambiente**

Il Nucleo Orsa Minore è composto da 9 camere doppie e 2 camere singole. Il reparto è completamente chiuso (con apertura a codice della porta di ingresso) ed è caratterizzato da accoglienti spazi comuni per favorire e assecondare la deambulazione; dispone inoltre di una sala da pranzo e di una sala soggiorno dove vengono svolte le attività di terapia occupazionale. L’attenzione allo spazio fisico ha una valenza terapeutica perché può promuovere la sicurezza, contenere la paura e facilitare l’orientamento. Il nucleo dispone anche di un giardino curato e privo di dislivelli pericolosi, con un’area pavimentata, arredato con spazi piacevoli di sosta per il relax e le attività; un ambiente protetto e interamente recintato, dove gli Ospiti possono muoversi in tutta libertà e in tutta sicurezza.

### **Le Attività**

Di fondamentale importanza sono i programmi, organizzati attraverso progetti personalizzati, discussi ed elaborati dall’equipe socio-sanitaria durante l’elaborazione del piano di assistenza individuale. Pertanto, il Nucleo Orsa Minore vede integrarsi in modo armonico interventi animativi, riabilitativi, di stimolazione cognitiva, socializzanti e creativi. Alcune delle attività proposte rientrano inoltre nelle terapie non farmacologiche finalizzate alla riduzione di alcuni dei disturbi del comportamento come il wandering (movimento afinalistico), l’affaccendamento, l’aggressività e l’agitazione psico-motoria, con conseguente riduzione del carico farmacologico e quindi con un miglioramento reale e sostanziale della qualità della vita.

*Per chi è interessato all’argomento e vuole ulteriori informazioni a riguardo può contattarmi tramite e-mail [dileo.rachele@quintastella.it](mailto:dileo.rachele@quintastella.it), o venire a trovarmi in struttura dal lunedì al sabato, dalle 9.00 alle 14.30.*

*Tanti auguri a...*



*Elide, Michelina, Nara;  
Marcello G., Cesarina,  
Elisa, Bianca Maria*





## LO SAPEVATE??

### QUAL È LA SCALA PIÙ LUNGA DEL MONDO?

È la scalinata di servizio della funicolare Niesenbahn, presso Spiez (Svizzera): si tratta di una scala composta da 11.674 gradini a fianco della funicolare, realizzata nel 1910, che conduce in cima al Niesen, una montagna dell'Oberland Bernese detta anche "la piramide svizzera". Dalla sommità della "piramide", a 2.362 metri di quota, si gode un panorama spettacolare sulle Alpi, i laghi di Thun e Brienz fino al Giura. La scalinata, che copre un dislivello complessivo di 1.669 metri, è aperta al pubblico una sola volta all'anno per una gara di corsa in salita, la Niesenlauf stair run, il cui record è di 62 minuti per gli uomini e di 69 per le donne.

#### Antichità

In Italia, la scalinata più lunga è la Calà del Sasso: 4.444 gradini che collegano la frazione Sasso di Asiago al comune di Valstagna, in provincia di Vicenza, con un dislivello di circa 800 metri in 5 chilometri, e risalente addirittura al XIV secolo.

### ACQUISTI AL FRESCO!!!

Si chiama Profi Romania il primo supermercato di ghiaccio al mondo inaugurato a Bucarest lo scorso 6 dicembre. Per realizzare lo store di 150 mq sono state necessarie circa 80 tonnellate di ghiaccio, con cui si sono realizzati i blocchi trasparenti per creare pareti, scaffali ed espositori in cui sono stati incastonati ad arte bottiglie di vino, lattine e prodotti confezionati.

Al suo interno, dove le temperature non superano mai i 5°C, è possibile acquistare una moltitudine di prodotti locali, ma attenzione: data la materia prima di cui è fatto, questo supermercato è per sua natura temporaneo e come previsto è stato smantellato subito dopo Natale.

## PATTUME D'AUTORE

### Quanto siete disposti a pagare per una scatoletta di immondizia?

Non chiamatela immondizia: se opportunamente inscatolati e ben presentati anche cartacce, lattine vuote, bottiglie e mozziconi di sigaretta possono diventare una forma d'arte.

Ne sa qualcosa Justin Gignac, artista di New York che dal 2001 vende.... spazzatura.

Perfettamente impacchettata, ma pur sempre spazzatura.

L'idea dell'immondizia in scatola nacque alla fine degli anni '90, quando Justin volle dimostrare l'importanza dell'involucro esterno, il *packaging*, nella vendita di un prodotto. E così decise di confezionare e lanciare sul mercato qualcosa che nessuno avrebbe mai voluto, nemmeno in regalo.

### Il profumo dell'arte

A 12 anni di distanza è possibile affermare che l'intuizione di Justin era esatta: l'artista ha infatti venduto 1400 confezioni di pura spazzatura di New York in oltre 30 paesi, al modico prezzo di 50 dollari l'una.

I rifiuti vengono raccolti a mano dall'artista e sigillati all'interno di speciali box in plexiglass a tenuta stagna e a prova di puzza. Oltre al pattume normale è possibile **acquistare online** anche speciali scatole in edizione limitata con immondizia raccolta durante eventi particolari come l'ultima partita giocata allo Yankee Stadium o la Giants Parade.

# Questo mese vi consigliamo...

## **COSA VEDIAMO STASERA AL CINEMA?**

### **AMERICAN HUSTLE - L'APPARENZA INGANNA**

Regia di David O. Russell.

Con Christian Bale, Amy Adams, Bradley Cooper, Jeremy Renner, Jennifer Lawrence.

Genere Drammatico, produzione USA, 2013. Durata 138 minuti circa.

Abscam era il vero nome di un'operazione dell'FBI che negli anni '70 incastrò alcuni membri del congresso con l'aiuto di una coppia di noti truffatori. Irving Rosenfeld che per anni aveva guadagnato promettendo a persone disperate cifre grosse in cambio di cifre piccole senza mai corrispondere nulla, fu incastrato assieme alla sua socia e compagna Sydney Prosser e costretto dall'agente Richie Di Maso ad aiutare l'FBI nell'organizzazione di una truffa ai danni di politici e mafiosi. Quello che nessuno aveva calcolato era però la devastante presenza della vera moglie di Irving, un ingestibile tornado di problemi.

### **THE BUTLER - UN MAGGIORDOMO ALLA CASA BIANCA**

Regia di Lee Daniels.

Con Forest Whitaker, Oprah Winfrey, Mariah Carey, John Cusack, Jane Fonda. Genere Drammatico, produzione USA, 2013. Durata 132 minuti circa.

Cecil Gaines ha imparato il mestiere di domestico nella Georgia degli anni Venti e nella tenuta dell'uomo che ha ucciso barbaramente suo padre in un campo di cotone. Riservato e (ben) educato nelle case dei bianchi, approda a Washington, dove sposa Gloria, diventa padre di Louis e Charlie e viene assunto come maggiordomo alla Casa Bianca. Orgoglioso della sua famiglia e appagato dal proprio destino, Cecil sta. Resta immobile (e invisibile) nella vita come lungo le pareti della stanza Ovale, dove serve il tè e soddisfa le richieste dei suoi presidenti. Fuori intanto il mondo si muove, il mondo si arrabbia, il mondo sta cambiando. In quel territorio infiammato milita il suo primogenito, deciso a lottare per i diritti della sua gente, resistendo al fianco di Martin Luther King o 'armandosi' al braccio di Malcolm X.

### **IL CAPITALE UMANO**

Regia di Paolo Virzì.

Con Valeria Bruni Tedeschi, Fabrizio Bentivoglio, Valeria Golino, Fabrizio Gifuni, Luigi Lo Cascio.

Genere Thriller, produzione Italia, 2014. Durata 109 minuti circa.

In un paesotto della Brianza che finisce in "ate", eretto alle pendici di una collina una volta incredibilmente boscosa, un cameriere da catering neanche più giovane torna a casa a notte fonda con la sua bicicletta, chiuso tra il gelido freddo di una curva cieca e il sopravanzare spavaldo e sparato di un Suv che lo schiaccia lasciandolo agonizzante, vittima predestinata di un pirata anonimo. Il giorno dopo, la vita di due famiglie diversamente dislocate nella scala sociale brianzola viene toccata da questo evento notturno in un lento affiorare di indizi e dettagli che sembrano coinvolgere il rampollo di quella più ricca, assisa nella villa che sovrasta il paese, e la figlia dell'altra, piccolo borghese con aspirazioni di ribalta.

## **THE COUNSELOR – IL PROCURATORE**

Regia di Ridley Scott.

Con Michael Fassbender, Penelope Cruz, Cameron Diaz, Javier Bardem, Brad Pitt.

Genere Drammatico, produzione USA, Gran Bretagna, 2013. Durata 111 minuti circa.

Un avvocato di successo cerca di entrare nel traffico di droga ma senza rivoluzionare totalmente la sua vita. Fa di tutto per salvare l'apparenza ma capisce di aver preso delle decisioni avventate, tanto che, pur di sopravvivere, dovrà scendere ad ulteriori compromessi. Michael Fassbender è il protagonista di *The Counselor* diretto da Ridley Scott, con il quale ha già lavorato nel film fantascientifico *Prometheus* (in uscita nelle sale italiane il 14 settembre 2012). Sceneggiato da Cormac McCarthy (*Non è un paese per vecchi*, *The Road*) e prodotto da Steve Schwartz, il film è stato definito "una versione di *Non è un paese per vecchi* sugli steroidi".



Dalla cucina delle nonne...

## ***ZEPPOLE SARDE***



Difficoltà: ★★☆☆☆

Dosi: per 6 persone

Tempo: 55 minuti

Note aggiuntive: + 2 ore per il riposo dell'impasto

### **PREPARAZIONE**

Pulite le patate e fatele cuocere in una pentola con abbondante acqua per circa 35 minuti, dopodiché scolatele, sbucciatele e passatele nel passavivande. Mettete la polpa ottenuta in una ciotola e lasciatela raffreddare.

Riunite in una terrina la farina, l'uovo, 80 grammi di zucchero, il latte, lo zafferano e il lievito. Aggiungete poco alla volta l'acqua e impastate, sino a quando otterrete un

composto morbido e omogeneo. A questo punto incorporate la purea di patate e amalgamate, poi formate una palla e lasciatela riposare per 2 ore in un luogo asciutto. Trascorse le 2 ore, prendete poco alla volta parte del composto e formate tante ciambelline di uguale dimensione. Fate scaldare abbondante olio di semi in una padella capiente e mettete a friggere le zeppole, sino a quando diventano dorate su entrambi i lati. Scolatele, cospargetele con lo zucchero rimasto e gustatele subito.

### **ACCORGIMENTI**

Scolate bene le zeppole, in modo che non rimangano eccessivamente impregnate d'olio. Aggiungete tanta acqua all'impasto quanta ve ne serve per ottenere un composto morbido.

### **IDEE E VARIANTI**

Se desiderate, potete aggiungere 10 millilitri del vostro liquore preferito all'impasto, per dei dolcetti ancora più in linea con i vostri gusti!

# LA VIGNETTA DEL MESE



## I PROVERBI DEL MESE

Gennaio ingenera, febbraio intenera (marzo imboccia).

Chi vuole un buon agliaio, lo ponga di gennaio.

Gennaio e febbraio, empie o vuota il granaio.

A mezzo gennaio, metti l'operaio. A mezzo gennaio, mezzo pane e mezzo pagliaio.

Sant'Antonio (17 gennaio), gran freddura, San Lorenzo gran caldura, l'uno e l'altro poco dura.

Per San Bastiano (20 gennaio), sali il monte e guarda il piano; se vedi molto, spera poco; se vedi poco, spera assai.

Gennaio fa il ponte e febbraio lo rompe.

Guardati dalla primavera del gennaio.

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