

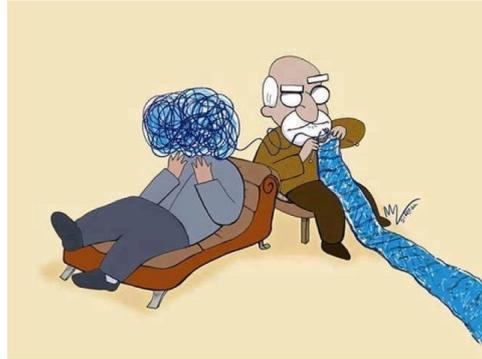
Dulcis in Fundo

LA RIVISTA MENSILE DELLA QUINTASTELLA



A cura degli Ospiti e della Psicologa
della Quintastella

La pagina della psicologa...



La Snoezelen Room

La “SNOEZELEN” nasce in Olanda negli anni ’70; il termine (che è un neologismo) deriva da due verbi olandesi: Snuffelen = “cercare fuori” o “esplorare” Doezenen = “rilassare” o “sonnecchiare”. La tecnica è stata concepita per persone con disabilità intellettive sulla base di ricerche che indicavano *reazioni positive di queste persone* quando erano inserite in un *ambiente di stimolazione plurisensoriale*.

E’ oggi diventata sinonimo di “**stimolazione multisensoriale controllata**” utilizzata per persone con gravi disabilità intellettive che vengono esposte ad un ambiente “calmante” e “stimolante” sui cinque sensi e per questo utilizza effetti luminosi, colori, suoni, musiche, profumi ecc.

Sebbene si tratti per ora di dati osservazionali si è potuto constatare che il *livello di benessere e di rilassamento dei pazienti durante e nelle ore immediatamente successive alla seduta di stimolazione multisensoriale aumentano* e che i disturbi, sebbene in modo transitorio, sono in parte ridotti dal trattamento. La snoezelen room e la stimolazione multisensoriale in generale si inseriscono in questa logica di "protesizzazione" e personalizzazione dell'assistenza e dell'accoglienza.

L'uso in questo ambiente di stimoli quali il colore, la musica, gli aromi e le immagini può aiutare da una parte a relazionarsi ad interagire con gli altri e, dall'altra, a ridurre gli stati di agitazione favorendo il rilassamento e il riposo. Questa stimolazione è efficace soprattutto quando le funzioni che permettono una vita attiva e di relazione si riducono

e diventano sempre più evidenti sintomi quali l'agitazione, l'insonnia, la depressione e l'apatia. La stimolazione multisensoriale non va quindi considerata come un metodo per insegnare specifiche abilità ma una opportunità per perseguire il benessere psicologico e generale.

Per quanto riguarda l'utilizzo della nostra Snoezelen Room, ricordo che la nostra struttura segue il protocollo proposto dal prof. Fabbo sia per quanto riguarda la selezione degli ospiti da coinvolgere, che la modalità con cui utilizzare gli stimoli.

Per chi è interessato all'argomento e vuole ulteriori informazioni a riguardo può contattarmi tramite e-mail dileo.rachele@quintastella.it, o venire a trovarmi in struttura dal lunedì al sabato, dalle 9.30 alle 14.30.

Tanti auguri a...

*Gabriella, Marisa,
Elisabetta, Laura,
Gianfranco*



E UN CALOROSO BENVENUTO A....

Maria, Antonio, Dolores, Teodora, Ingeborg



...*ULTIME NOTIZIE*...

Designer propone di costruire sole artificiale a Miami

Una delle opere più curiose inviate ad un recente concorso per la realizzazione di un monumento per Miami è quella dello studio svedese di design **Visiondivision**, che ha proposto di realizzare **un sole artificiale** di fronte al Bayfront Park. Il “sole” sarebbe in realtà un grande albergo (con tanto di casinò e terrazza panoramica), di forma semicircolare, pensato per brillare di un caldo colore rosso a imitare il Sole al tramonto. Il colore può anche cambiare nel corso della giornata, per seguire andamento di quello del Sole “vero”. Di notte poi la luce dell’edificio dovrebbe diventare argentea, trasformandolo in una grande Luna. Le facciate dell’edificio saranno poi ricoperte di pannelli solari trasparenti, che dovrebbero soddisfare le esigenze energetiche.

Polizia investiga per un'intera giornata su un brutale assassinio, poi scopre di essere sul set di un film

Pennsylvania - Stati Uniti

I poliziotti accorsi in seguito alla segnalazione di un incendio all'interno del George Washington Hotel a Pittsburgh hanno scoperto una stanza piena di sangue e brandelli umani, descritta dal capo della Polizia come "la scena più brutale mai vista in 35 anni di carriera". Gli agenti hanno lavorato per più di otto ore sulla scena del crimine per poi accorgersi di essere in una stanza usata come set cinematografico nel 2008 e lasciata intatta in caso di un possibile sequel del sanguinario film (per la precisione, New Terminal Hotel di Corey Haim). A difesa dei poliziotti di Pittsburgh, che ovviamente hanno fatto la figura dei babbei, i ben 14 omicidi (veri) avvenuti all'interno dell'hotel, da alcuni ritenuto "maledetto". Quindi non deve meravigliare l'aver dato per scontato che le macchie rosse non fossero confettura d'amarena.

Pensieri liberi...



La nostra gita alla Madonna di Pantano

La mattina del 17 giugno siamo usciti con il pulmino. E' stata una giornata meravigliosa. Il tempo è stato bello e ha contribuito alla gioia che abbiamo provato nei nostri cuori. Non posso descrivere quello che si prova quando si è davanti a quella piccola statua, candida e semplice, dalla quale emana un profumo di Paradiso. Abbiamo ascoltato la S. Messa e abbiamo pregato perché la Madonna non ci abbandoni mai. Uniamo le nostre lacrime alle sue perché le porti al Signore per trasformarle in un mondo di pace e d'amore.

L'immagine rappresenta la Regina della Pace e proviene da Medjugorje; dal 2 febbraio al 15 marzo ha pianto 14 volte in presenza di molte persone che hanno rilasciato la loro testimonianza davanti alla Commissione Teologica.

L'ultima lacrimazione avvenne mentre la teneva in mano il vescovo mons. Girolamo Grillo. La Madonna cominciò a piangere nel giardino di una famiglia di Civitavecchia.

Prima di tornare abbiamo guardato una cassetta che parla della storia della Madonnina delle Lacrime nella Chiesa di S. Agostino ed è stato molto interessante.

Mirella Manieri



LO SAPEVATE??

10 cose che (forse) non sapete sulla birra

Il Guinness dei primati ci dice che un uomo (*John Evans*) può arrivare a tenere in equilibrio sulla testa fino a 237 pinte di birra. E che con 300 mila sottobicchieri si possono creare le pareti di una casa di 5 stanze. Ma quella della birra è una storia infinita, dove i record sono



solo uno degli aspetti. Per esempio lo sapevate che...

1. **Nell'800 Londra fu colpita da uno Tsunami di birra**
L'evento è conosciuto come **London Beer Flood**. Il 16 ottobre del 1814 si ruppe un cisterna della fabbrica Meux che conteneva 1 milione e 470 mila litri di birra. Il liquido invase le strade distruggendo alcune case del sobborgo povero di St Giles. Persero la vita 9 persone. La fabbrica invece resistette altri 100 anni (fu chiusa nel 1922).
2. **La paura del boccale vuoto ha un nome:** Si chiama **cenosillicafobia** o **cenosillicaphobia** nei paesi anglosassoni dove il termine è molto più usato (da *kylis*, che in greco significa coppa).

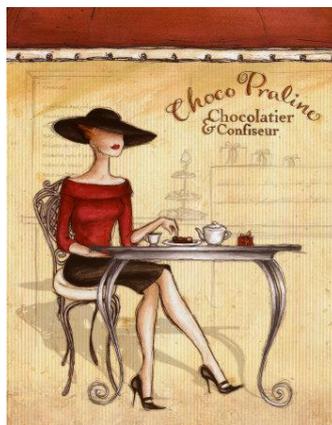
3. **In Germania esistono condutture ad hoc dove far passare la birra**
Succede a **Gelsenkirchen**, dove i bar nei dintorni dello stadio sono collegati a una grande cisterna da 5 km di tubi attraverso i quali passa la birra. Un modello di "birradotto" a cui guardano con interesse anche altre città...
4. **Il presidente Barack Obama ha la sua birra personale**
È la **White House Honey Ale**, che ha fatto il suo debutto a una cena presidenziale nel 2011. La producono gli stessi chef della Casa Bianca, ma Obama - per non gravare sul bilancio federale - paga personalmente per l'acquisto degli ingredienti e della attrezzatura necessaria per far fermentare gli ingredienti. La ricetta - rimasta segreta per qualche tempo - prevede anche l'aggiunta di miele prodotto negli alveari del giardino della Casa Bianca.
5. **La birra è stata inventata nell'antica Mesopotamia, dove oggi è vietata**
Esami scientifici su antiche brocche in ceramica, hanno fatto sì che si potesse datare la prima produzione di una bevanda nata dalla fermentazione dei cereali a **7.000 anni fa** nei territori oggi occupati dall'Iran, il paese dove il consumo di birra è vietato e punito addirittura con le frustate e il carcere. Ma non tutto il mondo è paese. In altre nazioni, al contrario la birra ha persino una festa nazionale: da Monaco di Baviera in Germania (sede dell'Oktoberfest) a Qingdao in Cina (dove si tiene il Festival internazionale della birra).
6. **La prima pubblicità di birra risale al 4000 A.C.**
Un'iscrizione che si trova sulle tavolette di Ebla, scoperte nel 1974 dall'archeologo italiano **Paolo Matthiae**, parla proprio della produzione di una birra che portava lo stesso nome della città. In molti vi hanno visto una forma di pubblicità *ante-litteram*.
7. **Esistono più 400 tipi di birra.** Tanti sono quelli che hanno partecipato all'ultima edizione del **Mondial de la biere** di Strasburgo. Ma c'è chi dice che solo le birre del Belgio siano 400. La più costosa? La **Vielle Bon Secours** in vendita esclusivamente al Bierdrome di Londra. Prezzo: 780 dollari per una bottiglia... da 12 litri.

8. **Nel medioevo era tra le bevande più bevute.** Nel medioevo la birra faceva parte della dieta di alcuni paesi per il suo ricco contenuto calorico e valori nutritivi. Accadeva soprattutto nel nord Europa. E in alcuni luoghi veniva servita ai pasti, preferita all'acqua di cui era più difficile garantire la purezza.

9. **Fa bene (se presa in moderate quantità).** Secondo uno studio pubblicato sull'**American Journal of Clinical Nutrition**, bere moderatamente birra rinforza le ossa. Il merito sarebbe del silicio, minerale che svolge un ruolo essenziale per la formazione delle ossa e del tessuto connettivo.

10. **La nazione che beve più birra? Sorprendentemente è la... Cina**
Nel 2011 il suo mercato interno ha richiesto la produzione di 490 milioni di ettolitri di birra (per un valore di 55 miliardi di euro). E i maggiori marchi di birra già da tempo creano birre speciali solo per i cinesi. Il record di consumo pro capite di birra appartiene però alla **Repubblica Ceca** con 159 litri a persona nel 2010 (contro i 28 litri pro capite dell'Italia e i 36 della Cina).

CONSIGLI al FEMMINILE



Come smacchiare?

A volte succede di sporcarsi gli abiti che si indossano o magari di far cadere il vino sulla tovaglia. Con alcuni semplici trucchi eliminare ogni tipo di macchia sarà molto semplice. Vi forniremo alcuni consigli dettati dalla saggezza delle nostre nonne.

Come smacchiare i tessuti:

- Il bucato: per smacchiare il bucato aggiungere a 1/2 litro del detersivo di Marsiglia 10 cucchiaini d'ammoniaca.
- macchie di cioccolato, frutta, birra, bibite: Immergere la parte macchiata in una soluzione di latte, alcool e limone. Dopo procedere al lavaggio normalmente.
- macchie di carta carbone: Immergere la parte interessata nella benzina e risciacquare abbondantemente in acqua.
- olio, vino, caffè: Inumidire la parte interessata con qualche goccia di aceto. Trattare con il vapore di un ferro da stiro sulla macchia dal rovescio del tessuto. In questo modo lo sporco fuoriesce dalla parte opposta. Si consiglia di metterci sotto una spugna per assorbire lo sporco.
- macchie di sudore: Immergere la parte interessata con bicarbonato di sodio: grazie alla sua alcalinità reagisce all'acqua producendo ossigeno attivo sulle macchie.

Consigli utili

La **gomma da masticare** attaccata al tessuto si rimuove mettendo il capo in congelatore, si staccherà facilmente.

Il **rossetto** difficilissimo da togliere, specie sui tovaglioli, viene via con alcool premendo bene sulla macchia senza strofinare.

Il **succo di limone** ha un forte potere sgrassante sulle macchie vecchie. E' sufficiente tagliarlo a metà, sfregarlo sulle macchie e risciacquare con acqua tiepida.

Per gli indumenti delicati come **lana e seta** è consigliabile utilizzare un detersivo liquido: quello in polvere è più efficace contro lo sporco ostinato e sul colore bianco, ma è aggressivo sui colori e sulle fibre naturali

Dalla cucina delle nonne...



...Cheesecake alla ricotta e ciliegie

Ingredienti per 6 persone

- 1 kg di ciliegie circa
- 300 gr di ricotta
- 250 ml di panna fresca
- 250 gr di biscotti secchi
- 150 gr di burro
- 120 gr di zucchero
- 1 barattolo di marmellata al ribes rosso

La preparazione

Tritate finemente i biscotti in un mixer. Sciogliere nel microonde o in un pentolino a fuoco basso il burro. Unirlo poco alla volta alla granella di biscotti avendo cura di amalgamarlo per bene. Foderate il fondo di una tortiera a cerniera di 22/24 centimetri con della carta forno e versateci il composto di biscotti. Aiutandovi con il dorso di un cucchiaio, pigiate per bene fino a quando non avrete ottenuto uno strato liscio e uniforme. Mettete la tortiera in freezer, mentre preparate la crema. Amalgamate la ricotta con lo zucchero fino ad ottenere una crema liscia. Denocciate e tagliate circa 300 grammi di ciliegie a pezzetti piccoli e unitele alla crema di ricotta.

Frullate circa 200 grammi di ciliegie private del nocciolo. Per rendere il composto più liquido aiutatevi unendo nel mixer un pò di panna o un cucchiaio di ricotta. Unite il succo alla ricotta con le ciliege. Montate la panna liquida in una planetaria oppure montatela con le fruste elettriche a neve ferma. Unitela delicatamente al crema di ricotta e ciliegie. Amalgamate per bene il composto. Ammollate per circa 5 minuti la colla di pesce in acqua fredda, quindi strizzatela per bene e scaldatela in un pentolino fino a farla sciogliere facendo attenzione a che non bolla. Lasciatela intiepidire, quindi, mescolando, unitela al ripieno. Riprendete dal freezer la tortiera con

la base di biscotto e rovesciateci dentro il ripieno di ricotta e ciliegie. Livellate per bene e mettete in frigorifero a rassodare per circa due ore. Passate le due ore di riposo, preparate la guarnizione superiore. Denocciate e tagliate a metà i rimanenti 500 grammi di ciliegie. Metteteli a scaldare in una padella capiente con 3 cucchiai di zucchero. Fate cuocere a fuoco dolce per 5 minuti, quindi unite la marmellata e amalgamate il tutto. Fate attenzione a non far ammorbidire troppo le ciliegie. Lasciate intiepidire il composto, quindi riprendete la torta dal frigorifero e ricoprite tutta la superficie con le ciliegie e la marmellata. Livellate per bene e rimettete in frigorifero a rassodare per almeno altre 2 ore. Passato il periodo di riposo, aprite la tortiera e servite a fette.



LA VIGNETTA DEL MESE



I PROVERBI DEL MESE

Tra maggio e giugno fa il buon fungo.

A San Barnabà (11 giugno) la falce al prà, o piglia la falce, e in Maremma va.

Se marzo non marzeggia, giugno non festeggia (oppure april mal pensa).

Quando piove il giorno di San Vito (15 giugno) il prodotto dell'uva va sempre fallito.

Marzo tinge, april dipinge, maggio fa le belle donne, e giugno fa le brutte carogne.

Quando imbrocca d'aprile, vacci col barile; quando imbrocca di maggio, vacci per assaggio; quando imbrocca di giugno, vacci col pugno.

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