

Dulcis in Fundo

LA RIVISTA MENSILE DELLA QUINTASTELLA



A cura degli Ospiti e della Psicologa

La pagina della Psicologa...

Rachele di Leo



Gruppo di sostegno per familiari di malati affetti da Demenza

“Prendersi cura di chi cura”

I familiari dei malati affetti da demenza hanno bisogno di sostegno e consulenza, hanno l'esigenza di scambiarsi esperienze e consigli, di capire perché il loro congiunto si comporta in quel modo, di gestire il distacco nel momento in cui ricoverano il proprio familiare in una struttura, di essere accompagnati in questo percorso di cura, di sfogarsi e riconoscere che quel misto di sentimenti che possono essere la frustrazione e la tenerezza, la rabbia e la soddisfazione sono umani, quindi accettabili e comprensibili.

Il gruppo di sostegno è uno strumento prezioso per rinforzare i familiari durante il percorso della malattia e della modifica dei ruoli, nell'analisi del senso di colpa, delle motivazioni, delle scelte, e infine nell'elaborazione del lutto.

Il gruppo di sostegno non è un gruppo di terapia: affronta temi specifici, strettamente legati al prendersi cura del malato, guidato da un conduttore specializzato che ha il compito di facilitare la comunicazione tra i partecipanti, di offrire stimoli per il confronto e di regolamentare gli incontri.

I familiari nel gruppo possono trovare solidarietà e condivisione dei problemi, oltre alla competenza necessaria per affrontare argomenti così difficili. Ad ogni partecipante viene chiesto di condividere le proprie sensazioni e le proprie emozioni e di saper ascoltare quelle degli altri. L'obiettivo del gruppo di

sostegno è allentare l'isolamento e lo stress a cui il familiare è sottoposto, riportando su se stesso una parte di tutta l'attenzione dedicata al malato e insegnando a ritrovare o preservare l'energia e la salute.

Scopi del gruppo

- Imparare a gestire il distacco e i sensi di colpa per l'istituzionalizzazione.
- Mettere insieme le esperienze, conoscersi, formare una rete tra familiari con l'obiettivo di uscire dall'isolamento che questa malattia provoca.
- Condividere con gli altri i propri stati d'animo e le proprie emozioni, ricevere aiuto nella loro elaborazione.
- Ricevere informazioni e formazione riguardo gli argomenti inerenti la malattia.

Dove

RSA Quintastella, sala ristorante secondo piano.

Quando

Primo sabato del mese, dalle ore 11.00 alle ore 12.30. A partire da luglio.

Per chi fosse 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 9.00 alle 14.00.

Tanti auguri a...



*Teresa, Antonio,
Giuseppina, Mirella,
Luisa, Eva*





LO SAPEVATE??

Guida da 60 anni senza patente, denunciata donna di 78 anni

Non era mai stata fermata e non ha mai avuto incidenti

POZZALLO - E' stata fermata dai Carabinieri di Pozzallo per un semplice controllo di routine, ma alla richiesta dei documenti da parte dei militari, una donna di 78 anni, di Pozzallo, nel ragusano, alla guida della sua auto, ha risposto di non avere con sé la patente. Dopo alcuni controlli, i militari hanno scoperto che la donna ha guidato per circa 60 anni senza patente, che non è mai stata fermata e che non ha mai avuto, per sua fortuna, alcun incidente stradale. L'anziana automobilista stata quindi denunciata per il reato di guida senza patente e l'auto è stata sequestrata. (ANSA).

Preghiera con Peres e Abu Mazen l'8 giugno

L'incontro avverrà in Vaticano, la data accettata da entrambe le parti

Avrà luogo domenica 8 giugno, nel pomeriggio, in Vaticano, l'incontro di preghiera per la pace a cui papa Francesco ha invitato i presidenti di Israele, Shimon Peres, e della Palestina, Abu Mazen (Mahmoud Abbas). Lo ha comunicato questa sera la sala stampa della Santa Sede, specificando che "tale data è stata infatti accettata dalle due parti".

Sono state confermate, quindi, le attese degli ultimi giorni, quando la data più probabile sembrava essere proprio domenica 8, giorno della Pentecoste, dal momento che dovevano essere scartate quelle del 6 giugno, venerdì, giorno festivo per i musulmani, e anche del 7, per via del sabato. I tempi dovevano essere brevi poiché l'incontro, convocato da Bergoglio mentre si trovava in Terra Santa e subito accettato dai due

leader, doveva svolgersi prima dell'imminente scadenza del mandato del presidente Peres. Ora che la data è fissata, si definiranno le modalità e i contenuti dell'inedito vertice di pace - un clamoroso successo diplomatico del Papa argentino -, che vedrà anche la presenza di un rabbino e di un religioso musulmano. "Sarà un incontro di preghiera - ha voluto precisare Bergoglio ai giornalisti durante il volo di ritorno dalla Terra Santa -, non sarà per fare una mediazione o cercare soluzioni, no. Ci riuniremo a pregare, soltanto. E poi, ognuno torna a casa. Ma io credo che la preghiera sia importante e pregare insieme senza fare discussioni di altro tipo, questo aiuta".

Una sintesi indiretta di quanto, da un punto di vista religioso e politico, il Pontefice sta compiendo in questi giorni con lo storico incontro in Vaticano per la pace in Medio Oriente si legge anche nel messaggio indirizzato da papa Francesco al tradizionale "Katholikentag" della Chiesa cattolica in Germania, la cui 99/ma edizione si è aperta ieri sera a Ratisbona. Dare testimonianza della propria fede diventando "costruttori di ponti nella Chiesa e nella società", è il mandato che Bergoglio affida ai credenti cattolici. Il messaggio, a nome del Papa, firmato dal nunzio in Germania Nikola Eterovic, sottolinea la vocazione di ogni cristiano chiamato a costruire ponti nelle relazioni umane e nel dialogo con gli altri. Ricordando lo scoppio, 100 anni fa, della Prima Guerra mondiale e poi il Muro di Berlino, il Pontefice evidenzia le tante sofferenze e separazioni che hanno causato e aggiunge: "La gente però ha saputo riunirsi per pregare per la pace. Qui emerge la missione del cristiano: pregare e uscire per portare la buona novella agli altri. La preghiera - osserva il Papa - è una strada a doppio senso perché è un vero dialogo" con l'altro per il quale si prega e con il quale si prega. Non si potrebbe descrivere meglio il senso dell'iniziativa di Francesco con cui domenica scorsa, prima alla messa a Betlemme poi all'arrivo a Tel Aviv, ha invitato Abu Mazen e Peres offrendo "la sua casa" in Vaticano per pregare insieme per la pace. Intanto la stampa internazionale sottolinea ancora la grande "sorpresa" riservata da Francesco domenica scorsa in Medio Oriente che ne conferma la statura di leader globale. "È difficile sostenere che Papa Francesco non sia il miglior politico al mondo dopo il suo viaggio in Terra Santa quest'ultimo fine settimana", scrive sul sito di Time il commentatore Christopher J. Hale. "L'apertura riuscita di Francesco - aggiunge Time - è stata particolarmente rimarchevole se si considerano gli sforzi falliti degli Stati Uniti, all'inizio della primavera, per avvicinare le due parti al tavolo e dare inizio a discorsi di pace negoziati". Ad ogni modo, "questa potrebbe essere la spinta di cui aveva bisogno il segretario di Stato John Kerry per ravvivare questo processo di pace, che è stato largamente fermo negli ultimi quattro anni".

Questo mese vi consigliamo un film...

Le meraviglie

Di Alice Rohrwacher. Con Monica Bellucci, Maria Alexandra Lungu, Sam Louwyck, Alba Rohrwacher, Sabine Timoteo, Agnese Grazian



La Trama

Gelsomina è un'adolescente introversa che vive nella campagna umbra con i genitori e le sorelline. Primogenita tutelare e solerte nelle faccende familiari, Gelsomina è inquieta e vorrebbe andare via, scoprire il mondo che comincia dopo il suo casale. A trattenerla è un padre esclusivo e operaio, alla maniera delle sue api, che guarda a lei ancora come a una bambina. La loro routine, scandita dalle stagioni e dall'impollinazione delle api, è interrotta dalla presenza di una troupe televisiva e dall'arrivo di Martin, un ragazzino con precedenti penali che deve seguire un programma di reinserimento. L'esoticità di una conduttrice tv e di un adolescente senza parole impatteranno la vita di Gelsomina e della sua famiglia, promettendo ciascuno a suo modo 'meraviglie'. L'estate intanto sta finendo e una nuova stagione è alle porte.

Truffaut diceva che "l'adolescenza lascia un buon ricordo solo agli adulti che hanno una pessima memoria" ma quella di Gelsomina sembra essere una stagione felice, condivisa con la natura e una famiglia anarchica

che parla italiano, tedesco e francese. Figlia di Wolfgang e di Angelica, la giovane protagonista di Alice Rohrwacher, conferma il coinvolgimento della regista per quell'età delicata di cui coglie ancora una volta la gravità rispetto alla futilità della vita adulta. Perché l'adolescenza porta con sé la scoperta dell'ingiustizia, dell'impunità dell'adulto, a cui tutto è permesso, anche un cammello in giardino. Di contro, una ragazzina che rovescia il miele nel tentativo di rendersi utile, crede di aver commesso un delitto, di aver deluso il padre, referente mitizzato e maschile dei suoi pochi anni. Ma l'ora del distacco suona e arriva con Martin, un piccolo amico che le corrisponde e che la corrisponderà.

Delicato e sensibile, lo sguardo di Alice Rohrwacher si infila in quella relazione, realizzando una nuova cronaca dell'adolescenza dopo quella di Marta, corpo celeste dentro un paesaggio urbano depresso e fanaticamente osservante. Il talento dell'autrice, rivelato nel suo primo lungometraggio e negli interstizi di una Calabria miserabile e bigotta che simulava interesse per la formazione spirituale dei suoi figli, si riconferma ne *Le meraviglie* e dentro un paesaggio rurale che esalta la sua vocazione documentaristica.

Attraverso gli occhi di Gelsomina contempliamo una comunità 'dissidente' che si è ritirata in una dimensione bucolica, dove produce miele, insaccati, marmellate, salse di pomodoro e prova a resistere al mondo fuori. Un mondo che prende la parola e il microfono per mezzo della televisione regionale e naïf, dei suoi concorsi a premi, le coreografie rudimentali, le melodie stupide, le promesse di fare meraviglie per la gente del luogo. Ma la vera meraviglia è assicurata dalle api di Wolfgang e dischiusa dalla bocca acerba di Gelsomina, che ha il nome di un fiore e come un fiore è richiamo per le api.

Indeciso nella prima parte sulla strada da percorrere, *Le meraviglie* è intuito e afferrato dagli sguardi di Alexandra Lungu e Sam Louwyck, figlia e padre riconciliati in un campo e controcampo che rinnamora e annulla la distanza. Ramingo sulla natura e sugli ambienti, il film aderisce progressivamente al personaggio centrale, Gelsomina, ormai aliena alla sua 'comunità' e pronta a salpare per l'isola che c'è e ha il volto di Martin e di una nuova età. Wolfgang, preferendo finalmente farsi amare che temere, la 'reintegra' in seno alla famiglia, ammirando la giovane donna che è diventata dentro una notte chiara. Per loro è il tempo della comprensione, è il conseguimento della complementarietà: Gelsomina è uguale a suo padre, Gelsomina è diversa da suo padre. È un corpo che spinge alla vita ma spinge a suo modo. A papà non resta che guardarne la bellezza, accettando la legge irreversibile delle stagioni.

Le notizie più strane



www.UnSitoACaso.com

POLIZIA FA MANGIARE 96 BANANE A UN SOSPETTATO, PER RECUPERARE COLLANA CHE AVEVA INGOIATO

Le banane fanno bene alla salute, ma forse sarebbe meglio non esagerare. In India, un sospetto ladro è stato costretto dalla polizia a mangiare 96 banane per “aiutarlo” a scaricare una preziosa collana d’oro che aveva ingerito dopo un furto su un treno.

Il ventottenne Damu Gupta è stato arrestato dopo che alcuni viaggiatori lo avevano identificato come l’autore del furto ai danni di un passeggero, Sheetal Kamble. Inizialmente il ragazzo aveva negato di essere stato lui a sottrarre la collana, ma un altro passeggero lo aveva visto ingoiare la refurtiva.

“Inizialmente gli abbiamo fatto dei raggi X, ma non è stato trovato niente. Poi lo abbiamo sottoposto ad un’ecografia, che ha mostrato la collana nell’addome” spiega un ispettore della polizia ferroviaria.

Gli agenti per recuperare il bottino però non si sono affidati al corso della natura, ed hanno deciso di intervenire, applicando però un rimedio fatto in casa: gli hanno fatto mangiare delle banane per favorire l’espulsione della collana. E non poche: glie ne hanno date da mangiare ben 96.

Il giorno dopo, la refurtiva è stata recuperata. Non si sa però se il ladro abbia avuto ulteriori conseguenze fisiche dall’abbuffata di banane.

PAGATO 93.000 DOLLARI PER DIVERTIRSI IL PIÙ POSSIBILE IN 6 MESI

Di solito bisogna risparmiare per fare una vacanza, ma nel caso di un giovane californiano le cose vanno all’esatto opposto. Andrew Smith infatti è ben pagato per fare una vacanza di sei mesi, il tutto con un solo obbligo: divertirsi il più possibile.

Andrew ha ottenuto questo lavoro da sogno (probabilmente batte alcuni già etichettati in passato come i lavori più belli del mondo) dopo avere vinto un concorso che aveva lo scopo di promuovere la regione australiana del Nuovo Galles del Sud come una meta turistica ideale, e la sfida che ora sta affrontando è quella di “collezionare almeno 802.000 momenti divertenti in sei mesi”, cioè uno per ogni km² della regione. La sfida è iniziata a dicembre, e ad oggi ha già superato la metà dell’obiettivo di “momenti divertenti”. Tra le altre esperienze, ha provato uno scivolo d’acqua di 91 metri, partecipato ad uno dei più grandi raduni di fan di Elvis Presley, ed è stato inseguito da un maiale al Tamworth Country Music Festival. “La mia agenda è riempita di grandi eventi e viaggi fino a giugno”, spiega Andrew. “La difficoltà non è trovare le cose divertenti da fare, ma riuscire a infilare tutto in sei mesi”. Decisamente soddisfatti i promotori dell’iniziativa, che sta sicuramente confermando la qualità del Nuovo Galles come meta turistica: “Avere raggiunto metà strada prima del previsto, in questa sfida per 802.000 momenti divertenti è un grande risultato”.



Dalla cucina delle nonne...



MARMELLATA DI ROSE (E VIOLE, ACACIE)

Maggio è il mese delle rose, belle e profumate ma anche commestibili. Come? Ammetto, non avevo mai provato a cucinarle prima perché non avevo mai avuto a disposizione rose non trattate. Invece la settimana scorsa la mia prima maestra di erbe spontanee e compagna di alcune raccolte, di erbe naturalmente, nelle belle colline dell'astigiano, ha raccolto e mi ha donato un bel sacchetto di rose rosse e profumate, direi quasi carnose. Naturalmente assolutamente biologiche visto che per allontanare i parassiti usa solo un macerato di ortica e aglio. Sono quindi riuscita a preparare la marmellata di rose, che racchiude in sé la poesia della trasformazione con il romanticismo delle rose. La ricetta l'ho trovata in un vecchio libro, del 1973, di poco ma comunque più vecchio di me, che gira per casa da sempre e che non mi ha quasi mai deluso. Si intitola

“Sotto vetro” di Gianna Montecucco Rogledi. Anche in questo caso la preparazione è semplice ed essenziale.

Ingredienti:

100 gr. di petali di rosa

300 gr. di zucchero

Procedimento:

Lavare i petali per evitare i possibili “ospiti”. Pestare in un mortaio i petali fino ad avere una pasta omogenea. Nel frattempo sciogliere lo zucchero in poca acqua. La signora Gianna dice di far chiarificare lo zucchero, cioè portarlo all’incirca ai 30 gradi, quando l’acqua zuccherata fatta cadere su un piatto forma gocce larghe è pronta. Aggiungere allo sciroppo la pasta ottenuta con il mortaio, mescolare, togliere dal fuoco e rimettervi il recipiente. Ripetere questo togli e metti fino ad ottenere una consistenza omogenea e la densità desiderata. Ricordare che raffreddando la consistenza sarà più densa di quella che si vede durante la preparazione. Invasare, chiudere e far raffreddare ponendo i vasetti a testa in giù. Oppure sterilizzare con il metodo classico della bollitura. La stessa ricetta può essere usata per la preparazione della marmellata con qualsiasi altro tipo di fiore compresa l’acacia, la viola, il gelsomino, i fiori di rosmarino, ed altri purché commestibili.

LA VIGNETTA DEL MESE



I PROVERBI DEL MESE

Maggio fresco e casa calda, la massaia sta lieta e balda

Acqua di maggio è come la parola di un saggio

Maggio piovoso, anno ubertoso

Maggio ortolano, molta paglia e poco grano

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

Se maggio è rugginoso, l'uomo è uggioso

Aprile carciofaio, maggio ciliegiaio

Maggio asciutto e soleggiato, molto grano a buon mercato

Maggio giardinaio non empie il granaio

Tra maggio e giugno fa il buon fungo.

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