

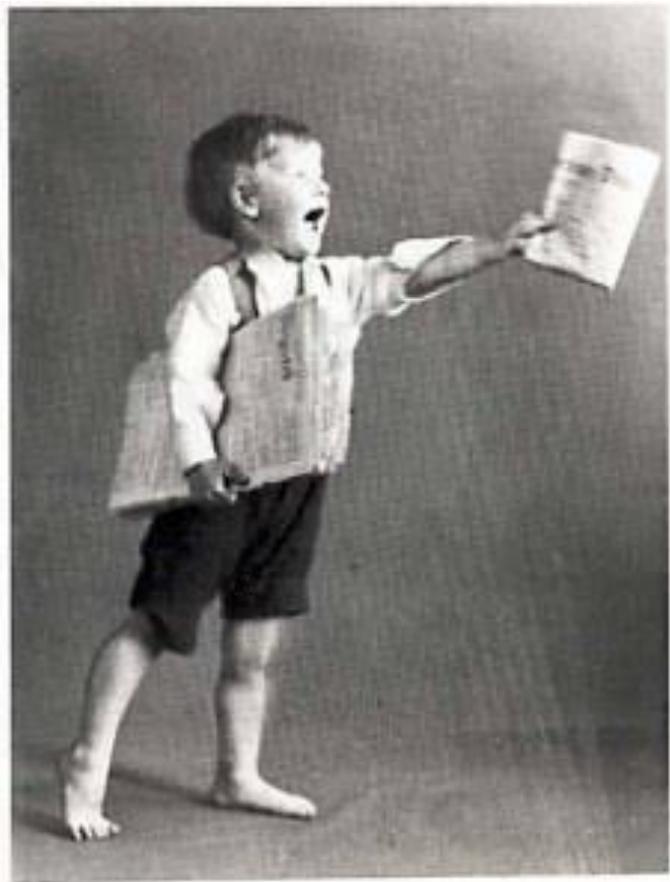
Rivista della Clinica Psichiatrica

Anno 8 numero 1

Sede S.C. Psichiatria - A.O.U. Maggiore della Carità

Padiglione G

C.so Mazzini 18 – 28100 Novara



E IL GIORNALE CONTINUA...

La Redazione

Sommario

Cari Lettori	3
Rinunce e ripartenze	4
“Quarant' anni in quarantena “	6
Il lockdown	7
Come è cambiato il mondo e noi di Giuseppina	9
E la storia si ripete	10
Non era solo aria (volume 1)	12
Com'è cambiato il mondo e noi di Alessandro	14
Un film da vedere (a cura di Gerardo)	16
Una fiaba su cui fantasticare (a cura di Rosario)	18
Una poesia da ascoltare (a cura di Anna)	20
L'intervista della Redazione	21
Una ricetta da assaporare (a cura di Alessandro)	26
L'angolo dell'arte (a cura di Rosario)	28
La barzelletta (a cura de La Redazione)	29

Cari Lettori

Il 2020 è stato un anno difficile per tutti: dal punto di vista umano e declinato, per ciascuno, dal punto di vista della propria professione. Come medici, siamo stati ingaggiati in una situazione molto complessa. Sicuramente questo ha comportato fatica, momenti di scoraggiamento, rabbia, tristezza...e molto altro.

Come ci ricorda Einstein: "Nel mezzo delle difficoltà, nascono le opportunità".

Questo lo crediamo molto; anzi, non solo lo crediamo: lo abbiamo imparato e lo sentiamo profondamente. Attraverso la durezza, le asperità ed il dolore di questo anno 2020, abbiamo anche avuto delle possibilità importanti, che ci hanno toccato sia come esseri umani che come medici.

Abbiamo appreso molte cose, confrontandoci con la pandemia. Ma tra le "cose" apprese, non ci sono solo le nozioni scientifiche. Ci sono la solidarietà, la collaborazione, la condivisione con i colleghi; il toccare con mano l'importanza del lavoro di gruppo e lo sperimentare nel quotidiano come la sinergia nel lavoro porti a risultati che vanno oltre la somma dei singoli contributi.

Ancora, ci sono state e ci sono le nostre fragilità e la nostra forza, che non si escludono a vicenda; c'è stato e c'è il comprendere ciò che è davvero importante per noi. Non vogliamo dire che l'acquisizione di queste consapevolezze sia avvenuta in modo lineare, senza fatica o sofferenza, anzi. Ciò che arriviamo a toccare attraverso fatica e sofferenza, proprio per questo ha valore.

E poi ancora abbiamo avuto, nel percorso difficile e sofferto di quest'anno, un'altra grande opportunità...e forse anche un dono: quello di aver conosciuto tante persone e tante storie, che abbiamo sfiorato e a volte incontrato proprio a causa della malattia. Abbiamo potuto vivere momenti di profondo contatto e vicinanza, pur essendo fisicamente lontani; momenti profondamente emozionanti che rimarranno dentro di noi, preziosi.

Buon Natale a tutti

Prof.sse Patrizia Zeppego e Carla Gramaglia

Rinunce e ripartenze



Il gruppo, un pomeriggio di novembre 2020, mi chiese di raccontare il punto di vista di noi sanitari e scriverne sulla nostra Rivista. Che compito arduo, mi dissi. Tante le suggestioni, differenti e contrastanti le opinioni e i punti di vista, intensa la fatica di questi mesi, molte le rinunce come medico e come donna, ardue le prove a cui siamo stati sottoposti. Ma ancora più arduo riassumere i sentimenti e i vissuti personali su questa Rivista, la cui realizzazione nasce da un intenso e costante lavoro settimanale.

Nella mia pratica clinica tantissime cose sono cambiate, alcune esperienze mi hanno colpita profondamente, alcune storie mi hanno catapultato nella realtà dei parenti che da casa hanno dovuto assistere alla morte delle persone a cui volevano bene, senza poterle vedere, assistere o toccare. Toccato, questo virus mi ha toccato nel profondo.

La pandemia ha stravolto la nostra attività clinica, modificando la cadenza degli appuntamenti, aggiungendo attività inconsuete, talvolta costringendomi a rinunciare a quanto mi stava a cuore. In

particolare l'attività della redazione.

Il gruppo, il nostro gruppo, composto da 9 pazienti e 4 sanitari, nacque ormai 8 anni fa dall'idea della Professoressa Zeppugno. Negli anni, esso si è sempre svolto regolarmente con cadenza settimanale (con l'unica interruzione di due settimane in estate). Tempeste, neviccate, calure estive non ci hanno mai fermato. Da inizio marzo però l'attività, svolta all'interno degli ambulatori ospedalieri, è stata necessariamente interrotta per mancanza di spazi atti al previsto e necessario distanziamento. Incapace inizialmente di trovare un'alternativa, in un clima di personale smarrimento, decidemmo di sospendere l'attività con grosso rammarico e dolore, ma ancora maggiore voglia di scrivere.

Però, con l'inizio di settembre, il desiderio di tornare a scrivere, interrogarsi, raccogliere idee su quello che stavamo (e stiamo) vivendo, è riemerso, si è fatto forte, in me, come nei partecipanti al gruppo. Così abbiamo deciso di riprendere, nonostante le avversità, in una modalità differente, ovvero quella telematica, attraverso il software Zoom. Se inizialmente, lo strumento si è mostrato ostico, con il tempo è divenuto sempre più fruibile ed intuitivo, fino a divenire indispensabile. Esso ha in qualche modo arricchito le dinamiche di gruppo, permettendo di accorciare le distanze e scambiarsi le idee in tempo reale, attraverso una lavagna virtuale su cui scrivere simultaneamente. Anche chi non aveva dimestichezza con questo mezzo, ha imparato ad utilizzarlo perfettamente. Attraverso di esso, quasi come un diario di bordo, abbiamo raccolto idee sulla pandemia e i vissuti ad essa correlati.

Così usciamo con questo numero, il numero 1 (per la prima volta unica uscita annuale) dell'anno 8, il numero natalizio con una versione totalmente online; anche in questo caso, per la prima volta, non vi sarà una festa in reparto (causa l'impossibilità di assembramento) per la pubblicazione della rivista in formato cartaceo. Mancheranno quindi i consueti festeggiamenti.

Di certo è giusto così, però non abbiamo perso il gusto di augurarvi un Buon Natale e per farlo abbiamo deciso di donarvi il frutto del nostro semplice, ma a noi tanto caro, lavoro di gruppo, che esita nella rivista che state leggendo (in formato virtuale)!!

Eleonora Gambaro

“Quarant' anni in quarantena “



Certo che il tempo vola: mi sembra ieri di aver compiuto diciott'anni e invece le stagioni si susseguono, l'una dietro l'altra, poi i mesi che sembrano passare sempre più veloci, l'accavallarsi degli anni, i cambiamenti nella nostra vita che poi diventano abitudini e gli anni, quelli da festeggiare perché traguardi.

A fine febbraio, un virus chiamato "Coronavirus" arriva, dopo aver devastato la Cina, in sordina nel nostro paese e purtroppo è un caos immane, è un virus che io definirei infido e subdolo. Si arriva a Marzo con un lockdown, cosa mai vista in precedenza, sento ancora le parole di mia madre: "Mai vista nella mia vita una cosa del genere". È un virus che ci ha rubato

una delle cose più belle e importanti, i gesti d'affetto verso i nostri cari.

Io quest'anno compio quarant'anni in quarantena, sono fortunata, sono a casa con tutta la mia famiglia, non pensavo di festeggiarlo, invece ho spento le candeline con una torta fatta da mia sorella e con i messaggi dei miei amici e parenti e la cosa più importante è stata proprio questa; i messaggi ricevuti mi hanno fatto passare un sereno compleanno contenta di essere importante per le persone importanti per me.

Giuseppina

Il lockdown

Intanto chiedo scusa per aver usato un americanismo.

Correva l'anno 2020 quando veniva dichiarata dall'OMS, la pandemia del COVID-19.

I principali governi della Terra decretarono misure di isolamento e limitazione della circolazione interpersonale; tutto capitò in un baleno, come un fulmine a ciel sereno.

Dalla sera al mattino (è un modo di dire) i negozi ebbero disposizione di chiudere i battenti. Bisognava mantenere il distanziamento " sociale" (fisico, direi).

Non ci si poteva vedere con amici e parenti. Niente baci! Niente abbracci! E pensare che ho impiegato molto tempo prima di rendermi conto di quanto fosse importante l'abbraccio!

Bisognava indossare la mascherina di protezione. Non si poteva andare oltre i 200 metri da casa, se non per motivi di stretta necessità, altrimenti si incorreva in sanzioni, con multe salate. Tutto per il CORONAVIRUS che solo a guardarlo in foto faceva un certo effetto.

Non parliamo dei telegiornali che, per tutto il giorno, comunicavano come in un "bollettino di guerra", il numero dei contagiati, il numero dei morti e dei guariti.

Io e come molti altri eravamo incollati alla televisione per gli aggiornamenti.

Le città erano deserte! Novara era deserta! Negozi alimentari presi d'assalto, scene apocalittiche.

Ma ci pensate? Circa tre mesi di "clausura" che per me clausura non era.

Lontana dall'umanità rumorosa e invadente, ma questa situazione era consona al mio stato d'animo: cercavo un po' di silenzio.

Il silenzio! Com'era bello il silenzio!

Solo così si poteva godere fino in fondo della natura circostante. Il troppo rumore fa male, il rumore eccessivo e inutile soffoca la nostra intimità; impedisce di pensare, lavorare e vivere con serenità. Il silenzio come dice lo scrittore BAJANI, è il sale della terra. Viva, il silenzio!

Mi svegliavo prima del canto del gallo, il cui verso è il più noto al mondo.

Considerando che non c'era più il rombare dei motori, i clacson che suonavano, la mia attenzione era focalizzata su ciò che rimaneva.

Mi inebriavo ascoltando il canto del canarino del mio vicino di casa, quello della gazza che non è un vero e proprio canto, ma un suono simile al cicaleccio aspro e sgradevole, quello del merlo che ricorda un fischiettare allegro e molto vario, e che ha la capacità di imparare facilmente qualsiasi melodia e di ripeterla...e così via.

Ascoltavo volentieri il gracidare delle rane che, essendo proprio nel periodo riproduttivo, cantavano di notte e di giorno.

Come se non bastasse ammiravo un leprottino che girava indisturbato nel mio giardino.

E ancora, ascoltavo il vento che col suo suono solitario ma rilassante, faceva dondolare le foglie che sembravano accarezzarsi fra di loro.

Come dicevo, le strade erano deserte. Quando mi capitava di uscire di casa, mi ritrovavo quasi sempre sola per strada. Io ed i posti di blocco che sembravano aspettarmi al varco per multarmi (c'è mancato poco).

Io e la strada deserta! Mi sentivo padrona della città. Provavo una gradevole sensazione, ero in simbiosi con quella atmosfera.

Avrei voluto non finisse mai il LOCKDOWN

Dopo circa tre mesi la città cominciava a brulicare di persone e non solo, mentre nella mia mente c'era un brulicare di pensieri.

Il rombo dei motori mi irritava non poco, lo stato d'ansia incominciava a farsi sentire. L'idea che si sarebbe potuto uscire mi rendeva più ansiosa che mai.

Ciò che si stava verificando dopo il LOCKDOWN non mi permetteva più di ascoltare l'armonia della natura.

Chiudo citando dei versi di Rodolfo Valentino:

*" La natura è il libro aperto
nel quale si trovano
tutte le verità del mondo.
La natura è una storia
infinita dell'immutabile maestà.
Quando studi la natura
il tuo maestro è DIO
perciò affidati sempre
al più grande dei Maestri "*

Anna



Come è cambiato il mondo e noi di Giuseppina



È quasi passato un anno da quando il coronavirus è entrato malignamente nelle nostre vite e purtroppo a far parte della storia del mondo, cambiandolo profondamente. Altri virus e malattie importanti hanno colpito negli anni, e addirittura nei secoli, il nostro pianeta e la popolazione, ma sembra che il Covid sia un virus che abbia cambiato tutto.

Eh sì, il mondo è cambiato e con lui anche noi. Prima del suo arrivo era normale girare per strada con gli amici, andare in compagnia al ristorante o in pizzeria, fermarsi per chiacchierare con qualcuno, prendere i mezzi di trasporto, anche se pieni, fermarsi a fare l'aperitivo, per non parlare del nostro modo di divertirci, come andare in discoteca e tutto fatto con spensieratezza.

Ci ha colto impreparati, più che cogliere, ci ha colpiti, ci siamo trovati nel giro di poche settimane in un lockdown nazionale, nel quale siamo stati rinchiusi nelle nostre case, aperti solo gli esercizi essenziali, mentre negli ospedali si combatteva una guerra silenziosa per salvare le persone contagiate.

Le mascherine sono diventate parte integrante della nostra vita, uno strumento che ci aiuta a ripararsi dal virus.

Eh sì, è cambiato il mondo. Molte persone hanno imparato a lavorare da casa e c'è chi, come gli studenti seguono le lezioni online, la DIDATTICA A DISTANZA...ecco la parola giusta che cercavo, DISTANZA. Ecco cosa ha creato il virus...DISTANZA. Niente più abbracci, ma ad un metro di distanza. Sì, il mondo è cambiato ma anche noi. Noi, che eravamo spensierati, che scambiavamo sorrisi per strada, noi che adesso lo facciamo dietro ad una mascherina.

Non so come andrà a finire, ma sicuramente il mondo è cambiato e con lui anche noi.

E la storia si ripete

E la storia si ripete: a proposito di pandemie. Oggi, come ieri, queste misure di contenimento e prevenzione hanno creato un panico generale che ha portato molti cittadini a scappare dalla zona rossa, così come accadde anni orsono: trovarono paesi chiusi da cancelli, altri quasi deserti, e gli abitanti scappati in campagna o dispersi. Quindi questo "fuggi, fuggi" non fa altro che aggravare la situazione perché il virus, in molti casi è asintomatico ed in questo modo viene trasmesso inconsapevolmente ad un notevole numero di persone.

Pare che ogni volta che veniamo colpiti da epidemie salti fuori un'opera letteraria, vedi Boccaccio e Manzoni. È vero, Manzoni non l'aveva vista la peste, ma aveva studiato documenti su documenti. E allora descrive le teorie assurde sulla sua origine e sui rimedi.

Ma c'è una cosa che Manzoni descrive bene, e che riprende da Boccaccio: il momento di prova, di discriminare, tra umanità e inumanità. Boccaccio sì che l'aveva vista la peste, aveva visto amici, parenti e anche suo padre morire. E Boccaccio ci spiega che l'effetto più terribile della peste era la distruzione del vivere civile. Perché il vicino iniziava a odiare il vicino, il fratello iniziava ad odiare il fratello, e persino i figli abbandonavano i genitori.

La peste metteva gli uomini l'uno contro l'altro. Lui rispondeva col *Decamerone*, un'opera leggera, ma un inno alla vita e alla buona civiltà.

Almeno ha cercato, a modo suo, da artista, di scherzare e rendere più leggera la sofferenza fisica e psicologica di tutti i giorni. Manzoni, invece, rispondeva con la fede e la cultura che non evitano i guai ma, diceva, insegnava come affrontarli. In generale, entrambi rispondevano in modo simile: invitando ad essere uomini, a restare umani, quando il mondo impazzisce. Direi che sarebbe una buona idea rispolverare il *Decamerone* ed *I Promessi sposi* in un periodo così critico; capisco, però che sono opere alquanto impegnative, pertanto vi chiedo, cari lettori, di leggere una bellissima metafora di ERNEST HEMINGWAY che mi accingo a raccontarvi.

Attraverso il buchino del muro il topolino guardava il contadino e la moglie che stavano aprendo un pacchetto. "Che cibo ci sarà?" si chiedeva il topolino che rimase sconvolto nel vedere che era una trappola per topi.

Il topolino fece il giro della fattoria avvisando tutti:- "C'è una trappola per topi in casa!". Il pollo alzò la testa e disse:- "Signor topo, capisco che è una cosa grave per te, ma non mi riguarda. Non mi preoccupa affatto. Il topolino andò dal maiale dicendogli:- "C'è una trappola per topi in casa!" Il maiale con empatia disse:- "Mi dispiace molto Signor Topo, ma non c'è nulla che io possa fare eccetto pregare. Ti assicuro che sarai tra le mie preghiere. Il topolino allora andò dalla mucca:- "C'è una trappola per topi in casa!"

La mucca disse:- "Ohh....Signor Topo, mi dispiace per te ma a me non disturba.

"Quindi il topolino tornò in casa, con la testa bassa, molto scoraggiato, per affrontare da solo la fatidica trappola. Durante la notte sentirono uno strano rumore che echeggiò per la casa, come quello di una trappola che afferra la sua preda.

La moglie del contadino si alzò subito per vedere cosa avrebbe trovato nella trappola. Nel buio non vide che era un serpente velenoso con la coda bloccata nella trappola. Il serpente morsicò la moglie del contadino che dovette portarla d'urgenza all'ospedale con la febbre alta. Come molti sanno nella cultura contadina, la febbre si cura con una zuppa di pollo fresco. Quindi il contadino con il suo coltellone andò nel pollaio per rifornirsi con l'ingrediente principale della zuppa. La malattia della moglie, però, non passava e così tanti amici vennero a trovarla per starle vicino. La casa era piena e per nutrire tutti il contadino dovette macellare il maiale. Ben presto la moglie morì e tanta gente

venne al suo funerale tanto che il contadino dovette macellare la mucca per offrire il pranzo a tutti. Il topolino dal buchino del muro guardò tutto con tanta tristezza. La prima volta che sentite che qualcuno sta affrontando un qualche problema e pensate che non vi riguardi, ricordate che quando qualcuno di noi viene colpito siamo tutti a rischio. Siamo tutti coinvolti in questo viaggio chiamato vita.

Prenderci cura gli uni degli altri è un modo per incoraggiarci e sostenerci a vicenda.

"Quando senti suonare la campana, non chiederti per chi suona. Essa suona anche per te".



Credo che HEMINGWAY sia stato profondamente significativo. È una metafora, questa, che dovrebbero leggere tutti: grandi e piccini. Non si può essere indifferenti, l'indifferenza è una delle malattie più dannose per il genere umano. Se la sofferenza dell'altro non ti tocca, il primo a doversi curare sei tu. Concludo con una riflessione di ERICO BUONANNO: "Non perdiamo l'umanità per favore"

Anna

Non era solo aria (volume 1)



... e tutto d'improvviso... non era più il mio quartiere: era terra dello stato. Con regole, funzioni e protocolli. Editti scritti e immaginati.

Partoriti a volte da paure non ammesse e che non ammettiamo. Scaturiti spesso da sapienza immaginaria. Sbocciati da una speranza che nasce dalla volontà di vivere oppure dalla paura di morire: il suo rovescio.

Questa, mai pronunciata, ma spettro che aleggia, nella mia come suppongo sul fondo della mente di tutti.

Un lenzuolo bianco, cangiante e sgualcito, volteggiava in lontananza, tra le vie delle terre mie.

Così immagino questa paura. Mai pronunciata, mai nominata, mai vista, ma sempre presente.

"Si soffre? Mancherà l'aria? Sarà dolorosa? La morte intendo. Ci sarà qualcosa dopo?"

"Devo concludere i sospesi con quello stronzo del vicino, prima che la vita sospenda me."

"Ma chi se ne frega. I miei cari? Sì: penso ai miei cari... Se manco? Voglio un abbraccio da loro."

Come sta cambiando il pensiero delle persone del mio quartiere, senza che io sappia? Lo immagino così.

Senza un riferimento precedente. Senza un "nonno" a dirci come era sopravvissuto alla sua "aria".

Aria pesante, ora, un isolante tra gli isolati. Un mood "interiore" di cui se ne potrebbe cogliere il positivo.

Se non fossero sterili e morbidi libri scritti a ricordarmi la peste del Manzoni o del Boccaccio.

Se solo quella forma della mia mente non mi spingesse ad andare avanti verso quel baratro che ora tutti vedono all'orizzonte. Un baratro che giustificherà, spese, investimenti e sacrifici: il dopo guerra di un invisibile "olocausto" naturale. Investimenti che metteranno alla prova la fede che ognuno ripone nella propria capacità di percepire e adattarsi ai cambiamenti. Di maturare speranza. Prospettive.

Allora pagine illuminate, riempiono il mio tutto pieno di niente, pieno di paure da scansare per accorgermi che ho ancora tanto posto nel grande scaffale della curiosità.

Qui però, dove arriva ogni cosa si archivia il tutto corredato dal suo contrario.

Le informazioni reperibili sono incredibili: entrano a stormo. Un braciere di lapilli. Lapilli e corpuscoli in sospensione a densificare e scurire l'aria immaginaria del mio antro. Permettono ad ognuno di provare e dimostrare anche le più folli delle ragioni. Loro diritto di sancirle, come il mio di valutarle.

... e mi domando, quanto ci vorrà ancora al prossimo cambiamento di paradigma dell'informazione. Alla rivoluzione digitale che supererà l'estetica del contenuto. Quante ore di vita, devono ancora morire sul campo? Parole, ciance, ore infette, a ragionare del nulla, in questa stagnante atmosfera. Non era solo aria. Sembra, il tempo impegnato a scremare, non interessi a nessuno, se non alla pubblicità che in alternanza lampeggia e sovrasta le mie pagine illuminate.

Com'è cambiato il mondo e noi di Alessandro

Era l'ultima settimana di febbraio più o meno quando personalmente ho iniziato ad avere le prime avvisaglie di



cambiamento, il corso di inglese che frequentavo veniva sospeso, per il momento per l'impossibilità di garantire il giusto afflusso di persone. Ovviamente si sentivano già le notizie allarmanti alla tv, ma è quando la cosa ti tocca da vicino e sei costretto a cambiare le tue abitudini che cominci a pensare alla cosa da un altro punto di vista. La settimana successiva, lo ricordo in modo nitido come se fosse ieri, era sabato, avevo passato una bella serata a cena con degli amici, tornato a casa, ascoltai il messaggio del

presidente del consiglio che ci informava dell'inizio del lockdown. La situazione incominciava a diventare seria, o meglio lo era sempre stata, ma un conto era vedere il telegiornale, un altro era "viverla".

All'inizio devo dire che la restrizione non mi ha dato fastidio: non sono mai stato un tipo che esce tutti i fine settimana, o che vede chissà quante persone, figurarsi il baciare o stringere le mani (non lo facevo neanche prima!).

Unico lato positivo di tutta questa storia è stato che durante il blocco l'aria è migliorata, si sentiva proprio un diverso "gusto", era meno pesante del solito.

Durante la chiusura cercavo di ascoltare le notizie per vedere il progredire della situazione, dopo qualche settimana però penso sia cambiato qualcosa in me dal punto di vista di umore.

Cercavo di tenermi occupato studiando inglese e andando a correre (sul tapis roulant), ma il fatto di vedere la situazione peggiorare con tutti quei morti ogni giorno come fossimo in guerra, o a causa del bombardamento mediatico (aggiornamenti continui sulla situazione). Non saprei come descrivere la sensazione che mi ha fatto sentire svuotato, era (e purtroppo è, visto che siamo nel pieno della seconda ondata) come se mi sentissi circondato dalla morte.

Che tristezza: arrivati verso giugno-luglio la situazione è migliorata ma a metà novembre eravamo alla seconda ondata, quindi lo stato d'animo triste di prima è ritornato.

Il problema che mi fa scervellare e preoccupare è che il virus è subdolo, potrei prenderlo senza avere sintomi, e purtroppo il pensare che una minima disattenzione (anche non voluta, seguendo tutte le norme imposte) può costare cara, mi turba. Quando le restrizioni si sono allentate ho rivisto alcuni amici, erano passati mesi, non nascondo che ero "terrorizzato", e se fossi stato asintomatico e avessi trasmesso qualcosa alla loro famiglia e viceversa? Anche oggi non riesco a farmene una ragione, ho "paura" di avvicinarmi agli altri. Ammetto che la situazione mi sta molto provando dal punto di vista emotivo, la sera mi capita di piangere prima di dormire, in quanto durante il giorno bene o male sono impegnato in altre cose.

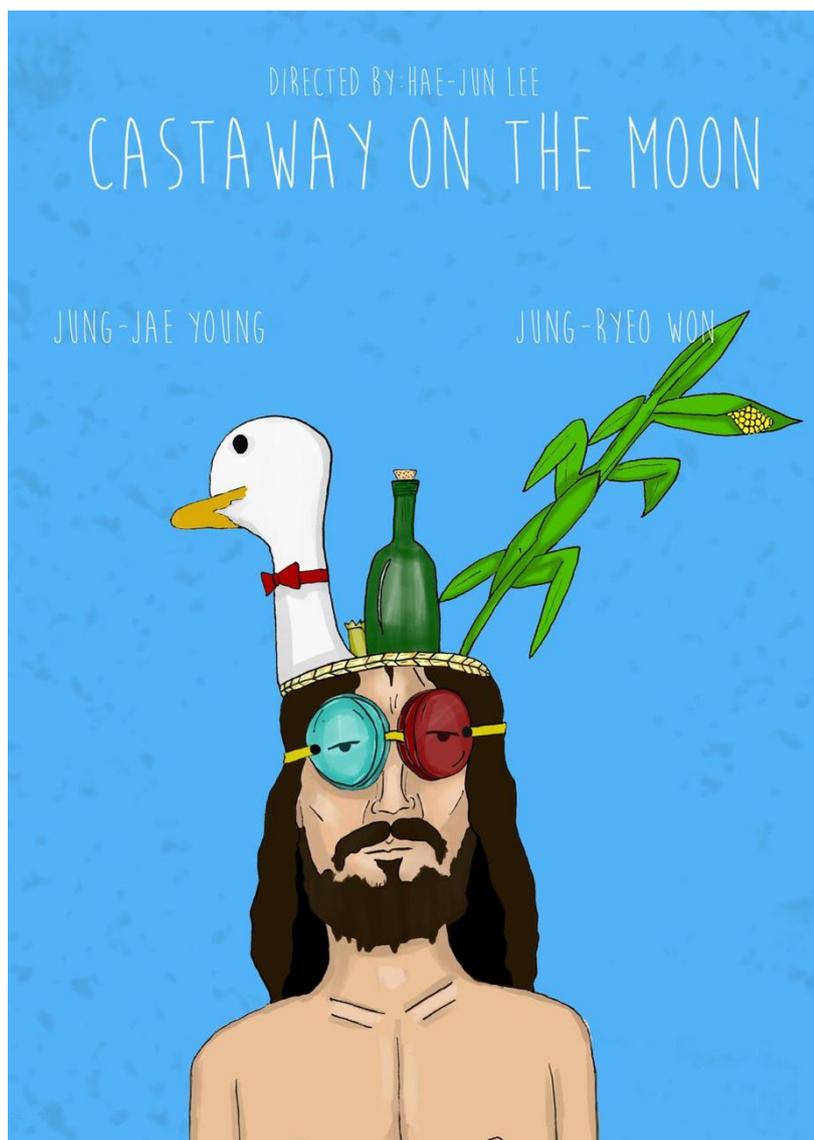
Come siamo arrivati a questo punto? Non so darmi una risposta, spesso penso che forse sia una sorta di "punizione" per aver usufruito, usato, depredato fino all'inverosimile questo pianeta, il quale ora ci sta presentando il conto. Non so al momento sono abbastanza confuso, e non nascondo che ho avuto parecchie difficoltà a mettere giù questi pensieri. Ancora oggi la situazione non è delle migliori, e le prospettive non sono confortanti sia dal punto di vista del virus, che da quello economico (elemento purtroppo non secondario). Speriamo in qualche cambiamento positivo, sarebbe un bel regalo di Natale.

Alessandro

Un film da vedere (a cura di Gerardo)

Castaway on the moon

Castaway on the moon è una commedia coreana ed una piccola perla nella cinematografia asiatica, che purtroppo come il suo regista, il sig. Lee, sono praticamente sconosciuti nella nostra parte di globo.



Per quanto possa sembrare strano e inusuale, ciò che mette in moto il marchingegno che fa scorrere la trama di questo film è il mancato successo di suicidio di uno dei nostri protagonisti.

Cosa potrà mai aver scatenato un atto così repentino ed avventato da parte di questo giovane uomo? Kim seung-geun è un normalissimo impiegato, di una normalissima azienda, insomma un uomo come molti e come tanti altri molto fragile; difatti, dopo esser stato lasciato dalla compagna e aver perso il suo lavoro, egli si trova solo ed economicamente sul lastrico.

Essendo ormai una mera ombra del suo io passato Seung ha perso ogni motivazione, inclusa quella per continuare a vivere, e perciò, come detto precedentemente, avviene il tentativo di suicidio da parte sua, buttandosi dal ponte che dà sul fiume Han nella città di Seul (un evento che sfortunatamente

avviene molto spesso sia nel mondo nel quale il film è ambientato sia nel nostro).

Sfortunatamente o fortunatamente (dipende dai punti di vista) il tentativo di suicidio di Seung si è trasformato in un naufragio (da qui la parte del titolo "Castaway"), più precisamente un naufragio su di una isoletta a poco più di un paio di chilometri dalla civiltà.

Cosa ferma quest'uomo a tornare in città per riprovare a suicidarsi? Beh, semplice, il buttarsi da un ponte era stato pensato proprio perché Seung, a detta sua, non è capace ne' di nuotare ne' di stare a galla.

Molto probabilmente nell'albero genealogico di questo povero uomo ci deve essere stato qualche sasso e pietra qui e là.

Non tutti i mali vengono per nuocere, suppongo, visto che dopo il naufragio Seung ritroverà una libertà che aveva perso da molto tempo, e la ritroverà in cose semplici e ormai perse: procurarsi del cibo, preoccuparsi che la sua casa fosse abbastanza forte da resistere alla intemperie, ingegnarsi per costruire qualunque cosa che potesse migliorare la sua vita, in questo caso: accendere un fuoco con sassi e legna, farsi delle ciabatte con resti di bottiglia o improvvisare un piccolo orto per garantire la propria sopravvivenza.

Per quanto riguarda il nostro secondo protagonista o meglio la nostra seconda protagonista dobbiamo tornare in quella affollata ed indaffarata città che è la moderna Seul e il suo nome è Kim Young-yeun.

Anche lei isolata dalla civiltà ma, a differenza di Seung, la nostra protagonista non è su un'isola in mezzo al fiume ma nella sua cameretta, nella quale è sigillata da anni per sua scelta.

Dopo aver avvistato il povero naufrago sull'isola con la sua macchina fotografica e il suo teleobiettivo, i due iniziano una "corrispondenza" utilizzando scritte sulla sabbia e lettere in bottiglie di vetro.

Ed è proprio questa corrispondenza che porterà i due "Prigionieri" ad uscire dalle loro rispettive "prigioni" per incontrarsi.

Per quanto si potrebbe parlare del motivo della reclusione di Young e della sua ossessione per la Luna (da questo la seconda parte del titolo "on the moon") preferirei non farlo perché a detta mia rovinerebbe molto la "magia" di quest'opera e per questo vi consiglio vivamente di recuperare questo film di poco più di 100 minuti.

Detto ciò **BUONA VISIONE!**

Una fiaba su cui fantasticare (a cura di Rosario)

Il lavoro sporco- Episodio III



Immerso nella folla, Falariel scrutava il borsello che penzolava dalla vita del passante. Il movimento era ipnotico e già immaginava cosa avrebbe potuto comprare con tutto quell'oro. Camminava a passi felpati, si avvicinò al povero malcapitato e con la mano di velluto sfilò lentamente il bottino dalla cinghia. Si allontanò lentamente, all'improvviso venne afferrato da una mano all'altezza della spalla. Non si curò nemmeno di guardare chi fosse, ed incominciò a correre a perdifiato.

“Ehi ragazzo! Aspetta!”.

Con le sue giovani gambe scattò ed evitò agilmente le persone che incrociava e si dileguò, sentendo i passi pesanti di quell'individuo che lo inseguiva.

Raggiunto un vicolo nelle strade di Silver Town, finalmente poteva controllare cosa contenesse la saccoccia. Riprese fiato ed aprì in fretta il sacchetto di stoffa.

Trenta pezzi d'oro.

Non era male, considerando che li aveva fatti in un colpo solo.

Decise di comprare qualcosa al mercato, con tutto quel correre gli era venuta fame. Si avvicinò alle bancarelle, venditori urlavano sperando di attirare l'attenzione dei passanti. Si fermò davanti ad un chiosco di dolci, ne comprò un paio. Li mangiò avidamente e, dopo aver nascosto bene il denaro, si allontanò dalla zona commerciale. Era una giornata calda, se ne andava in giro con la sua maglietta di stoffa senza maniche e aveva un piccolo turbante per coprirsi dal sole. Dopo aver passeggiato per un po', tornò in quella che lui chiamava casa. Era una piccola e vecchia taverna dove si ritrovava con gli altri giovani borseggiatori. Erano una specie di famiglia e se potevano si aiutavano tra loro.

“Ciao Falariel, com'è andata oggi?”

Si voltò e vide Raki: il suo miglior amico. Erano cresciuti insieme e per Falariel era come un fratello.

“Niente male, per oggi penso che riuscirò a stare con la pancia piena.”

“Meno male, senti oggi girando per il mercato ho visto dei tizi strani, pare che stiano cercando qualcuno, sono sempre lì a cercare con lo sguardo. Non sono molti, ma mi chiedo cosa vogliano.”

Falariel non poté fare a meno di pensare all'uomo che lo prese per la spalla. Cosa volevano da lui? Cominciò a preoccuparsi. Decise di stare nel rifugio, al sicuro. Stava per arrivare la sera, all'improvviso la sentinella mise in allarme i ragazzi. Persone sospette in avvicinamento, tutto il gruppo rimase all'erta per momenti che sembravano interminabili. Meglio evitare di fare troppo chiasso, a meno che non fosse strettamente necessario. Scrutavano dalle fessure della catapecchia questi individui. Erano tre, con degli abiti molto strani, mai visti prima. Strane vesti nere, con ornamenti rossi sulla stoffa, con monili molto vistosi sul collo e polsi. Il corpo snello di Falariel cominciò a tremare, temeva che stessero cercando proprio lui. Uno dei tre uomini chiuse gli occhi e pronunciò sottovoce alcune parole, sembrava un incantesimo. Ad un tratto Falariel fu preso dal panico, il suo corpo si stava sollevando da terra. Non aveva più il controllo delle sue membra, cominciò a fluttuare verso quei tre uomini. Il panico si disegnò sul suo viso, cominciò ad urlare e divincolarsi ma invano. Era impotente di fronte a quello strano potere. Raki strillò, rincorse l'amico e cercò di

trattenerlo a terra. Gli altri bambini erano troppo spaventati per agire. Uno dei tre uomini agitò la mano e fece un gesto quasi impercettibile, scaraventando il ragazzo a terra, privo di sensi. Falariel continuava a muoversi verso quei tre. Adesso era terrorizzato ed era davanti a loro.

Gli occhi di ghiaccio dell'uomo si posarono sul corpo del ragazzo. Come se stesse pensando ad altro contemplava i capelli neri del ragazzo, i suoi occhi e il suo corpo. Infine, il suo sguardo si posò sul braccio del ragazzo e con piena soddisfazione disse: “Ha il segno, portiamolo con noi.”

Buon proseguimento!

Una poesia da ascoltare (a cura di Anna)

Più che mai le vie della città sono illuminate
sotto quelle luci colorate e ballerine
c'è un via vai di esseri forsennati che
sembrano camminare uno sull'altro.

Le loro teste girano a 360 gradi.

I loro occhi sembrano girandole
alla ricerca di cosa acquistare.

Acquistare a tutti i costi!

Ah, quelle luci! Che bluff!

Persino le mura della città sembrano
imbiancate di fresco!

.....

Nessuno gira l'angolo.

Hanno, forse, paura dei vicoli bui?

Già! In quei vicoli non ci sono né visoni, né
gioielli, né dolci natalizi.

Dietro l'angolo ci sono persone che
si mimetizzano tra i mucchietti di
"spazzatura"

i loro compagni sono un cane,
un violino, una bottiglia quasi vuota o la
magica polvere bianca.

Qualcuno ha per compagna l'attesa:
attende con gli occhi chiusi che quelle luci si
spengano presto,
attende sperando che il suo angolino diventi
luminoso,
che possa sentire i rumori del silenzio e
che il suo silenzio venga ascoltato.

08 dicembre 1997



L'intervista della Redazione



Valentina Piantanida, direttrice della **Casa di Giorno per anziani "Don Aldo Mercoli"**, sita a Novara in Via Torielli N.9, è venuta a fare visita alla nostra Redazione poco prima che la nostra attività in presenza venisse interrotta per lasciare spazio alle riunioni telematiche (Ah... che bei tempi!!). Che dire, è stata un vero tornado, ha portato una ventata di energia, allegria e, con la sua fluente parlantina, ha illustrato al nostro gruppo

(grazie al gancio di Annamaria, volontaria presso questa associazione) le attività che vengono svolte all'interno della Casa, illustrandoci la filosofia che ivi regna.

E allora, bando alle ciance, leggete quanto ci ha raccontato Valentina, che prima di attendere le nostre domande, esordisce affermando:

"Anche noi abbiamo un giornale che si chiama *Ca' nostra* e viene pubblicato online per fare capire come funziona la nostra realtà, che funziona in modo un po' diverso... per il grandissimo coinvolgimento del volontariato... ci sono circa 55 volontari... sono la risorsa più grande... i nostri anziani vivono al domicilio ma ci sono 6 autisti volontari che li vanno a prendere e li riportano a casa... chi si occupa della colazione, chi dei pasti chi della somministrazione della terapia Proprio oggi sono andata con 20 ospiti a vedere la mostra del divisionismo... c'è anche una responsabile culturale...chi si occupa del trasporto e dell'ausilio...

La nostra fascia di età va dai 65 ai 90 anni...la struttura non è predisposta per le carrozzine... non abbiamo personale sanitario... ci sono due educatori, ci sono io, gli addetti alla pulizia... ma non c'è nessuno che si occupa dell'assistenza...

Ospitiamo 55 ospiti perché di più non ce ne stanno... la qualità del servizio sta alla base... ci vuole tanta professionalità... quando si ha a che fare con gli anziani... la cosa più bella da fare è ascoltare... gli anziani hanno voglia anche di raccontare cosa ancora hanno voglia di fare...la casa nasce come un secondo focolare...

Don Mercoli ha avuto un'idea pionieristica di dare vita a questo focolare domestico per gli anziani... da quando è nata la casa di giorno è molto cambiata... la vita media è aumentata... l'utenza è molto cambiata. Ci sono persone con lauree alle spalle, importanti esperienze professionali... prima le persone di una certa "aristocrazia" professionale non si affacciavano a questo tipo di attività oltre le questioni di prima necessità, si mangia tutti insieme..."

I servizi sono gratuiti?

No, c'è una retta che non copre l'intera spesa gestionale... manteniamo la retta più bassa per la presenza di volontari e partecipando a bandi che sovvenzionano alcune attività. In passato avevamo

il Comune che partecipava per le persone meno abbienti... adesso questo non succede... La Casa di giorno nacque il 15 ottobre 1988

Sappiamo che è laureata in scienze della comunicazione?

In psicologia della comunicazione

Come ha scelto di fare questa attività?

Ho studiato per fare tutt'altro ... alle superiori il Professore Falli ha intrapreso questa iniziativa per stimolare i giovani a fare volontariato... io mi ero interessata alla Casa di Giorno, era vicino all'istituto e andavo a fare volontariato... poi mi sono iscritta all'Università di Milano Bicocca, psicologia della comunicazione. Quando è morto Don Aldo io mi stavo per laureare... è morto Don Aldo e la casa era in subbuglio. Mi avevano chiesto di sostituire un educatore perché si ricordavano della mia esperienza da volontaria... quando ho messo piede lì non sono più voluta andare via, quando sono arrivata c'era una impostazione più socio-assistenziale. Quando sono arrivata io ho dato via ad una serie di cambiamenti... non la mollerò finché non dovrò andare via...

Don Aldo al di là della figura clericale ha dato attenzione a tutti... ai giovani, dando la possibilità di partecipare al Torneo dei Ragazzi, agli immigrati del Sud Italia dando la possibilità di un inserimento nel tessuto sociale. È stato direttore della Caritas... vedeva sempre oltre e oltre non è il posto per tutti...

Ci spiega cosa sia una Casa di Giorno? Come si chiama la Casa di Giorno che dirige?

Casa di Giorno per Anziani Don Aldo Mercoli dal nome del fondatore... solitamente i centri diurni sono integrati in RSA (Residenza Sociale per Anziani) ...questi centri diurni hanno personale, OSS per assistenza...la Casa di Giorno ha l'obiettivo di essere un secondo focolare, aumentare le capacità residue, creare nuovi stimoli, promuovere attività per obiettivi e prospettive a breve termine...

la cosa più bella l'hanno detta i miei anziani e i loro figli "La mattina non vedo l'ora di andare alla Casa di Giorno e la sera non vedo l'ora di tornare a casa mia... è bello stare insieme"

Loro hanno un'agenda più piena della nostra, li portiamo ovunque... esperienze artistiche, peculiarità di tutti, alcuni per la prima volta sono saliti su palcoscenico, qualcuno per la prima volta ha visto un film al cinema, qualcuno ha partecipato ad un cortometraggio... per la vita frenetica o per le possibilità economiche alcuni non hanno mai fatto queste cose... Non hanno nulla da perdere... ad esempio un ospite di 90 anni ha recitato Teoforo in cerca del Re (spettacolo che ha riempito il Teatro Faraggiana). La prerogativa è che ognuno viva la casa per come si sentono... per alcuni è importante anche solo esserci... già essere insieme a qualcuno non li fa sentire soli... a loro basta ascoltare...

La retta è in base al reddito?

No, la retta è talmente bassa che non possiamo fare meno di così... (*Fuffy: mi stavo già preoccupando per la mia anzianità*). In 2 anni ho fatto 105 colloqui, per 105 richieste e in 2 anni ho fatto entrare 53 persone... dall'inizio alla fine qualcuno magari non riesce più a venire, qualcuno entra in casa di riposo, qualcuno purtroppo non c'è più... la cosa bella è che bisogna ricreare le dinamiche di gruppo, le dinamiche vanno sempre risettate... è anche un vantaggio perché arrivano persone diverse e la diversità è sempre ricchezza... i nostri anziani sono intraprendenti e lungimiranti... abbiamo ragazzi messi alla prova... faremo un progetto PASS (ovvero l'assunzione obbligatoria in realtà sociale in cui si fa lavoro con una piccola ricompensa...), quando entri alla casa vedi tutto, vedi il mondo, ragazze di colore al servizio di mensa e i nostri anziani non hanno avuto problemi, mai, gialli, piccini, piccoli, marroni, l'importante è che sorridano loro... Annamaria l'adorano tutti perché sorride sempre... è bello ... hanno bisogno di sentirsi accolti, loro possono prendersi cura di qualcun'altro... non sono

mai per la visione dell'anziano che ha bisogno di essere assistito... l'anziano ha esperienza da mettere a disposizione... sono memoria condivisa... hanno partecipato alla guerra... l'importante è creare ponti tra generazioni ... con i ragazzi per Cicerone stimoliamo la memoria affettiva a lungo termine... gli anziani sono un patrimonio per i ragazzini... alcuni ragazzi della Terza media hanno fatto una tesina sugli anziani...

Come funziona una Casa di Giorno, riceve delle sovvenzioni esterne o donazioni? (E' a pagamento?) C'è una lista di attesa?

Attualmente la lista d'attesa è lunga... abbiamo molte richieste... c'è una retta per un contributo alle spese che non copre tutte le spese di gestione, sovvenzioni di privati e bandi... rette uguali per tutti...

Una persona può venire tutti i giorni o deve ridurre per dare modo ad un'altra di partecipare?

Prima una persona veniva tutti i giorni... ora invece si dà la possibilità di frequenza giornaliera per un minimo di 2 giorni la settimana, in questo modo possiamo avere più persone che incastriamo... tipo Tetris...

Collabora con altre strutture novaresi?

Negli ultimi anni il lavoro di rete è il cardine di tutto... lavoriamo con le scuole perché questo ci dà un ponte con i giovani che è fondamentale. Con i teatri. Le istituzioni. Iniziative della città ... mi viene in mente che gli anziani hanno preso parte al Novara Jazz Festival, a spettacoli del Coccia e del Faraggiana, a tutte le mostre, alle feste di alcune associazioni tipo Carnevale, allo spettacolo di Ghemme abbiamo realizzato maschere di gomma, percorso di pet therapy, musicoterapia, danzoterapia con l'associazione Dietro le Quinte...

Sicuramente è la più grande ricchezza... prima erano tutti titubanti, adesso siamo noi che non abbiamo spazio...*(Fuffy: la cosa più bella è il tuo entusiasmo)*... abbiamo due nonni bis e un nonno sprint , tre pulmini, alle 8 vanno a prendere gli anziani, poi c'è la colazione (che va gestita se no c'è la doppia colazione) poi chi deve prendere la terapia va al primo piano ... abbiamo una cappella dove chi vuole può recitare il rosario... dalle 9.30 ci sono attività... alcune mostre, altre attività manuali creative, poi attività, un libro tira l'altro, una professoressa legge un libro e discute, alle 11 c'è ginnastica (40 minuti di ginnastica dolce tre volte la settimana)... una parrucchiera... poi si scende, il pranzo è dalle 12 alle 13,30, poi c'è la sala poltrona con camino, la sala TV e la biblioteca... e poi c'è la recita del Rosario, alle 15,30 attività di ginnastica mentale, cinema, uscite, poi ci sono alcuni operatori del mestiere (panettieri e pasticceri, psicoterapeuta), poi siamo andati a vedere un laboratorio del vetro, le nostre ospiti sono state modelle per un giorno... il mese prossimo (febbraio) ospiteremo il consiglio dei bambini di Novara... e i nostri ospiti ascolteranno. Inviteremo associazioni tipo tele soccorso, Auser, viaggi a Lourdes, associazioni a favore della terza età, incontri per la prevenzione delle cadute, l'importanza del movimento e dell'alimentazione, seminario di Confindustria sulle truffe agli anziani.

Cosa si fa alla Casa di Giorno?

Cosa non si fa alla Casa di Giorno... qualsiasi cosa ci venga in mente...

Quali fattori determinano la scelta degli intrattenimenti?

Il programma è scelto tramite un progetto educativo... i nostri educatori (Elena e Marco) e l'Infermiera Giulia insieme a me cercano di capire quali siano le proposte da fare, anche in base alle richieste... la mostra del Divisionismo è un esempio... tante sono le loro richieste e tante le proposte anche azzardate... il fatto di andare al cinema. Adesso Vallino del Teatro Faraggiana apre il cinema al

Mattino per farci partecipare...Sfruttiamo l'esperienza... gli esperti di arte ci hanno portato l'anno scorso a partecipare a più di 16 mostre... gratis o con agevolazioni...

È supportata da educatori o altri nello svolgimento dei suoi compiti? Le persone che gestiscono le attività sono professionisti o volontari?

C'è un gruppo di educatori, supportato anche da volontari, che fa corsi di aggiornamento con la Dr.ssa Anzaldi, supervisore pedagogico e che forma i volontari... l'infermiera è il fiore all'occhiello... è una risorsa enorme anche per le famiglie... per la somministrazione della terapia... questo aumenta l'efficacia del piano terapeutico: soprattutto per alcuni farmaci è fondamentale...la regolarità dell'assunzione... facilitare la comprensione di quello che dice il medico di base, per il primo soccorso, a qualcuno è partito il femore, qualcuno è scivolato, è lì per seguire l'alimentazione: arrivati ad una certa età non si mangia per vivere, ma si vive per mangiare, ci sono persone con il diabete, ipertese, l'infermiere è più importante della direttrice perché si prende cura di loro... per 7,5 ore... lavora anche nella multidisciplinarietà dell'equipe, ci aiuta nelle prime diagnosi...

C'è un limite massimo e minimo di età per essere ospitati?

Premesso che siano autosufficienti...

Gli ospiti possono dormire nella casa di giorno?

No

Pensa che la sua Casa di Giorno abbia offerto un ausilio alla popolazione anziana novarese che prima non c'era?

Assolutamente sì

Ha fatto studi successivi alla laurea per specializzarsi maggiormente nell'ambito dell'assistenza agli anziani?

Ho fatto tanti corsi di formazione... attualmente abbiamo un supervisore che ci aiuta nella crescita per gruppo e professionalità

Come mai così giovane alla presidenza di una Casa di Giorno?

Sono direttrice, il presidente è Don Natale Allegra... sono diventata direttrice a 33 anni, controproducente perché sono donna e sono giovane... ma il consiglio direttivo ha creduto nella mia professionalità e nella mia volontà di rinnovamento dell'assistenza alla terza età... credono tanto nel lavoro che facciamo... ci credono anche i caregiver... il prossimo obiettivo è occuparsi di chi si prende cura, dei caregiver...

Perché ha scelto di dirigere una casa di giorno? Qual è il tipo di valore aggiunto nella sua professione? Ha una preparazione specifica per il lavoro che fa? È più facile gestire gli ospiti o i volontari?

Più facile gestire gli ospiti... l'aiuto dei volontari è enorme, ma spesso non hanno alcuna professionalità alle spalle, ricevono anche tanto aiuto, però bisogna stimolarli. Invogliarli, disciplinarli, non sempre è facile... gli anziani per quanto abbiano esperienze hanno la caratteristica di mettersi in gioco, si fidano e si affidano...

Cosa avrebbe voluto fare da piccola?

Avrei voluto fare la giornalista...ho fatto psicologia della comunicazione anche per quello

Come è organizzata la sua giornata tipo? E la giornata tipo degli ospiti?

Sono mamma di 2 bambini di 10 e 5 anni, Alessandro e Ginevra. Non timbro il cartellino... non posso prevedere gli imprevisti... l'obiettivo è quello di staccare quando esco da Via Torielli ma è impossibile... quando leggo una frase o leggo un'immagine penso sempre alla Casa di Giorno... non è un lavoro, ma è uno stimolo, una voglia di crescere insieme a loro...

Come fa a far combaciare la vita privata e quelle lavorativa?

L'anziano che le è rimasto più nel cuore o qualche storia particolare che l'ha fatta ridere o l'ha colpita e l'ha fatta soffrire?

Gli anziani rimangono tutti nel cuore... in 15 anni ho incontrato 400 persone... rimangono nel cuore di tutti... quando vedo le foto ricordo penso a come si chiamano e cosa facevano... c'è qualcuno che ti ruba un pezzettino di cuore più grande... soprattutto se devono affrontare l'ultima parte della loro vita da soli, senza famiglia, noi diventiamo la loro famiglia e gli regaliamo quell'affetto che non tutti hanno... viene spontaneo quel senso di protezione... tanti dicono "non vedo l'ora di morire" io dico "Come?! Ora puoi essere aiutato, servito e riverito perché non te la godi...". Poi ci credono, alcuni arrivano a dire "Ho sempre desiderato andare in Paradiso ora non lo desidero più il Paradiso è la casa di giorno"

Quali storie raccontano più spesso i partecipanti alla vita del centro? C'è qualcuno che li ascolta o parlano solo tra di loro?

Noi raccogliamo la storia di vita, la raccontano agli educatori, raccontano di quello che hanno fatto, di quello che avrebbero dovuto fare, dei figli, dei nipoti...

E' mai successo che si creino delle amicizie o degli amori tra gli ospiti?

Sì, avevamo la storia nell'ascensore... l'ascensore andava su e giù... io sono una promotrice dell'amore, l'amore non ha età... porta sempre gioia...

Cosa ne pensa del volontariato? È necessario per essere volontari frequentare dei corsi specifici?

È fondamentale soprattutto nel terzo settore... i privati, ma soprattutto le istituzioni dovrebbero favorire il volontariato...

Qual è il più grande /bell'insegnamento che ha ricevuto dalle persone che ospita?

Che la vita offre sempre la possibilità di imparare e che la vita vale la pena di essere vissuta sempre...

Il comune potrebbe fare qualcosina in più?

Si può sempre fare di più... gli anziani occupano una fetta enorme della popolazione... il benessere degli anziani permette di fare stare bene gli anziani e anche le famiglie...

Avete anche attività tipo Social?

Abbiamo tante tipologie di utenza c'era la signora Italia, io lavoro in un ufficio con la porta aperta... io vedevo che lei passava sempre davanti all'ufficio e diceva "Valentina sta tutto il giorno attaccato alla televisione... "... ci sono ospiti che sono sui social... ci sono diverse stimolazioni... l'anno scorso ho fatto il corso di informatica... ho avuto in omaggio tre tablet... li teniamo al passo con i tempi... abbiamo obiettivi per persona e più gruppi: l'importanza è mantenere l'equilibrio tra individuo e comunità: la stragrande maggioranza non ha idea del mondo social. per loro è tanta compagnia... la notte è compagnia quando non si dorme...

La redazione

Una ricetta da assaporare (a cura di Alessandro)

Gateaux di patate



Il Gateaux di patate è un piatto di origine francese, spesso italianizzato con “gattò o gatò”. Con l’unione delle dinastie dei Borbone e degli Asburgo, Napoli venne contaminata dalle più grandi cucine europee, in particolare quella francese. I cuochi di alto rango “i

monsieurs” erano incaricati di cucinare per la regina, ma questa moda prese piede anche tra gli aristocratici che assumevano i monzu’ (la versione napoletana dei monsieurs). I monzù reinterpretavano la cucina francese con i prodotti napoletani, ed è proprio così che nacque il gateaux di patate a Napoli.

Venivano quindi usati nei vari piatti il salame napoletano, la provola fresca, formaggi e salumi tradizionali tipici della cucina napoletana. Quindi il gateaux in un certo senso è italo francese.

Passiamo alla ricetta.

Ingredienti per una teglia rettangolare misura 30x23 cm:

- 1,5 kg di patate
- 4 uova
- 100g di prosciutto cotto a fette
- 2 mozzarelle in busta di buona qualità
- 100g Mix di formaggi (anche piccoli residui grattugiati avanzati in frigorifero) come Parmigiano, Pecorino, Emmental ecc.
- Sale e pepe
- Prezzemolo
- Pangrattato
- Olio q.b.

Mettere a lessare le patate, una volta cotte, pelarle e con lo schiacciapatate, ridurle in purea. Intanto mettere a bollire 3 uova per farle diventare sode.

Mettere la purea in una capiente zuppiera e unire all’impasto sale, abbondante pepe, il quarto uovo crudo, il prezzemolo tritato e il mix di formaggi.

Mescolare con una mano il tutto e assaggiare per aggiustare di sale o altro formaggio
Prendere una teglia rettangolare, ungerne il fondo di olio di semi e cospargere con un velo di pangrattato.
Una volta pronte le uova, privarle del guscio.
Dividere l'impasto a metà, foderare il fondo della teglia prendendo tra le mani e schiacciando piccole dosi di composto.
Fare uno strato con fette di prosciutto cotto, un altro con fette di mozzarella e infine le 3 uova sode a fette.
Ricoprire il tutto con la purea di patate rimasta e schiacciare come indicato precedentemente.
Bucherellare con una forchetta e cospargere un filo di olio di semi sulla superficie.
In fine spolverizzare con pangrattato
Mettere in forno statico, precedentemente riscaldato, a 180° fino a quando la superficie non diventa dorata (circa 45-50 minuti)
Lasciare raffreddare, è buono anche tiepido a temperatura ambiente, o fatto il giorno prima.

Buon Appetito!

L'angolo dell'arte (a cura di Rosario)



La barzelletta (a cura de La Redazione)

Caro Babbo Natale, i miei desideri per il prossimo anno sono: un GROSSO conto in banca e una corporatura ESILE. Ti prego tanto di non confondere i miei due desideri come hai fatto l'anno scorso...(Dionysos)



Un bambino più grande dice al più piccolo:

"Babbo Natale lavora davvero sodo per preparare tutti quei regali e se tu non fai il bravo non ne vedrai neanche uno!"

"Mah..." risponde il più piccolo, "Mica lavora poi tanto sodo. È sempre lì impalato davanti al supermercato".



Maria
Coppola

Giuseppe

Maximiliano

Anna Maria

Chiara

Mary Grace

Beatrice (papa)

Giovanni

Clara



Luigi

Rosario

Anna



BUON NATALE
DALLA
REDAZIONE

