IL GIORNALINO DI
GRAZIE ALLA VITA

EDIZIONE N 10 - NOVEMBRE 2022



grazie alla VITA

EDITORIALE

UN'ESTATE VISSUTA INTENSAMENTE...

La calda estate appena trascorsa è stata ricca di appuntamenti, uscite e divertimento.

Abbiamo ripreso molte attività che, a causa della Pandemia avevamo sospeso, e soprattutto ci siamo goduti le uscite all'aria aperta tutti insieme.

La braciolata alla località Piani, le uscite al lago di Caldonazzo, la frequenza quasi settimanale alla bellissima piscina di Egna e molte altre occasioni, che trovate descritte all'interno di questo numero, testimoniano che il caldo non ci ha fermato, ma anzi ci ha visto protagonisti nel trovare delle fresche alternative...

Un evento entusiasmante è stato trovarci tutti insieme, amici, soci e familiari per un'apericena in una calda serata di luglio. Tutti abbiamo apprezzato il gusto di una serata in compagnia nella piacevole cornice del nostro giardino, allietata da buon cibo e animata dal racconto di esperienze di questi ultimi anni. Il calore della compagnia degli amici è veramente impagabile, e davvero a volte riscopriamo che le cose che ci fanno star bene sono semplici gesti che ci ricordano che non siamo soli.

Il Direttore

M. Cristina Fuoli

EVENTI: DI VINI E D'AMICIZIA

Quest'estate, grazie alla collaborazione di molti volontari e amici di Grazie alla Vita, abbiamo organizzato due iniziative distinte per raccogliere fondi a sostegno delle nostre attività.

La prima serata, il 27 maggio, si è svolta all'interno del convento dei frati di Mezzolombardo. In questa splendida cornice che i frati ci hanno messo a disposizione, abbiamo trascorso alcune ore in compagnia, degustando vini e portando a conoscenza i partecipanti della nostra attività. Ringraziamo in particolare i frati che ci hanno permesso di intrattenerci nel loro giardino, gli amici della Sat che hanno servito tutta la sera, i tanti volontari tra cui Vincenzo e Marco. Di grande aiuto anche la Proloco, e poi ovviamente i sostenitori della nostra Cooperativa.



La seconda serata, avvenuta il 2 settembre, si è svolta all'interno della prima edizione della gara nazionale di barche a vela Classe Moth ITALIA CUP-MOLVENO. Grazie all'iniziativa della Presidente di Velica Molveno ASD, Iris Verlato, abbiamo organizzato quest'evento presso il bar "la Playa" sulle rive del lago di Molveno. Anche all'Associazione Velica Molveno e al suo direttivo va il nostro grazie per aver sostenuto la nostra causa.



USCITE: PELLEGRINAGGIO A PINE'

Dopo circa 4 anni dall'ultimo pellegrinaggio, abbiamo deciso di andare a trovare la Madonna, per dire grazie, per ricordare tanti amici cari e pregare per tanti familiari e amici. Lo abbiamo fatto in due turni, per facilitare a più persone possibili l'uscita.

Quindi, giovedì 9 e mercoledì 15 giugno in 34 siamo stati alla Comparsa a Montagnaga di Pinè. Era la prima volta che andavamo in questo santuario. Dopo la S.Messa celebrata sotto al tendone, in cui molti dei nostri ospiti hanno espresso le loro preghiere, abbiamo visitato il monumento al Redentore, con la Scala Santa. Dopo questo momento abbiamo pranzato nella Casa del pellegrino, offertaci gentilmente dal parroco.

Nel pomeriggio siamo riusciti anche andare al Lago della Serraia e godere della bellezza dell'acqua e della brezza, insieme a un buon gelato. Ecco alcune testimonianze di ospiti che hanno preso parte alle giornate.

Mery: "Siamo stati a Messa. La Messa è stata celebrata da Don Stefano, un amico di Paolo che ci conosce da molti anni. Dopo tanto tempo ho partecipato in presenza alla Messa e ho preso la Comunione. Sono stata molto contenta di questo".

Maurizia: "Don Stefano ci ha raccontato in breve la storia della Comparsa. La Madonna è apparsa nel 1729 ad una pastorella del luogo che si chiamava Domenica Targa. In questo santuario ci vanno molti pellegrini per pregare, ringraziare e chiedere aiuto alla Madonna. Nella sala parrocchiale dove abbiamo pranzato c'erano tanti quadri ex voto, cioè regali che i pellegrini hanno lasciato per le grazie ricevute. Io e Mery ci siamo fatte fotografare accanto ad una raffigurazione della Apparizione della Madonna alla pastorella".



USCITE: VISITA AL MUSEO DI SAN MICHELE, IL MUSEO DEGLI USI E COSTUMI DELLA GENTE TRENTINA

Il 14,15 e 28 giugno alcuni di noi divisi per gruppi hanno fatto visita al Museo di S. Michele all'Adige – Museo degli usi e costumi della gente trentina. Gli ospiti hanno avuto modo di osservare e ascoltare la funzione di vari attrezzi usati in passato per svolgere delle professioni, quali l'agricoltore, il fabbro e il mugnaio. Grazie alle domande e agli indovinelli della guida, gli ospiti hanno dovuto ragionare su ciò che si osservava e hanno avuto modo di esser partecipi e attivi all'interno di questa visita guidata.

Grazie a Monica, la guida del Museo, gli ospiti hanno potuto conoscere alcuni attrezzi utilizzati in passato per arare e curare i campi, per far la farina e gli utensili del fabbro. Abbiamo trascorso il tempo in una parte del museo e c'è stato anche il modo di sperimentare l'utilizzo di alcuni semplici arnesi usati in passato, come dei macinini per far la farina. Ecco alcune testimonianze.



Maurizia: “Tutto è stato interessante, mi ha colpito il mulino in miniatura, si schiacciava la luce e si vedeva come funzionava. C’era anche un contadino vestito di bianco che mi sembrava vero, poi mi sono accorta che era una statua e mi sono impressionata.”

Fabiano: “Mi è piaciuto vedere le cose di una volta, in particolare gli strumenti per lavorare il ferro perché mi piacerebbe usarli”.

Dylan: “Abbiamo visto gli strumenti di una volta: la falce, il mortaio del grano. Ci hanno fatto annusare la menta, il rosmarino, e la salvia e dovevamo riconoscerle.”





USCITE: UNA GRIGLIATA AL CASTAGNETO

Venerdì 19 giugno dopo tanto tempo siamo riusciti a fare una grigliata all'aperto. Utilizzando i nostri mezzi siamo arrivati in Località "I Piani" a Mezzolombardo, muniti di tutto il necessario per far una grigliata di carne all'aperto e merenda nel bosco. Grazie alla concessione del Comune di Mezzolombardo abbiamo potuto usufruire gratuitamente della struttura che comprende una grande griglia e dei bagni attrezzati per i disabili non molto lontani. Abbiamo fatto una passeggiata nel bosco in attesa del pranzo e ci sono stati dei momenti di ballo libero accompagnato dalla musica di chitarra e dei telefonini. Anche la merenda si è svolta sul prato vicino alla griglia. Avevamo portato cocomero e melone e anche questo momento è stato gradito dai presenti.

Ecco alcuni commenti di alcuni ospiti ed educatori presenti:

"Siamo andati al castagneto a fare la braciolata e con me sono venuti Milena, Stefano, Aktham, Michele, Alessandra, Sara, Luca, Marianna, Francesco e altri. Ha cucinato Stefano Galvagni. Ha fatto gli hamburger, i wurstel e i pomodori. Ho mangiato con gusto e mi è piaciuto."

Dylan



"Alla grigliata mi sono divertita molto. C'era un bravo cuoco. La carne era buonissima, pasta di lucanica e wurstel. A merenda abbiamo mangiato anguria e melone."

Antonella

"La grigliata era molto buona. La giornata era calda. Sono

andato su presto col furgone con Stefano e Phuc e ho dato una mano a tirar giù le cose dal furgone.” Franco



“Era da un paio di anni che non si riusciva a fare una giornata di questo tipo. È stato bello tornare a vedere gente che si divertiva dopo un lungo periodo di stop causa pandemia. Ho visto gente cantare, ballare, giocare e mangiare con gusto. Un po’ alla volta è giunta l’ora di riprendere la giusta normalità.”

Stefano



EVENTI: APERICENA IN GIARDINO

Il 15 luglio 2022 nel giardino della nostra Cooperativa si è tenuto l'evento "In compagnia post pandemia", per ritrovarci dopo tanto tempo e condividere la nostra compagnia. Abbiamo invitato familiari, soci, volontari in attività e in attesa di riprendere e alcune persone del paese amiche di Grazie alla Vita. La nostra struttura con il giardino ci permette di trovarci insieme, seppur mantenendo le distanze.

Conduttori della serata, Michele e Romina, hanno intrattenuto i partecipanti, intervallati dalle testimonianze dei nostri ospiti su "cosa è stato per noi la pandemia Covid". L'occasione infatti è stata per noi una riflessione su cosa abbiamo vissuto e stiamo ancora vivendo, e come stiamo relativamente a tutto quello che è accaduto. Per alcuni è stato molto significativo questo momento, che ha permesso di scoprire nuovi legami, nuove amicizie e nuove opportunità che fino a prima non



erano così chiare. Ritrovarci dopo tanto tempo ha rinforzato ancor più i legami, seppur molto stretti, che ci uniscono e che sono stati per così dire “sospesi” in questi mesi di pandemia.

È stata anche l’occasione per salutare in modo speciale Franca Pellicciotti, la nostra Presidente che passa il mandato a Quardi Morena, anche lei presente. Grazie del vostro impegno quotidiano per la nostra cooperativa.

La serata, dopo un breve acquazzone estivo che non ci ha fermato, si è conclusa tra piacevoli chiacchiere, qualche buon aperitivo e ottime pietanze.

Ecco alcune testimonianze:

“ L’apericena è stato molto interessante dopo 2 anni di pandemia in cui non abbiamo potuto fare feste. Personalmente mi è piaciuto tanto, mi sono divertita ed emozionata”. Marianna L.

“C’era tanta gente e io ho potuto fare la presentatrice dei racconti di alcuni miei compagni di cosa che raccontavano cosa è successo in Cooperativa durante il lockdown. Sono stata felice”. Romina

CON LE MANI NELLA TERRA

"Questo è il bello dell'orto, la sua continua mutevolezza e diversità. E se anche non siete particolarmente inclini alla contemplazione, l'orto presenta un altro grande valore: una funzione didattica straordinaria per comprendere il funzionamento della vita sul pianeta Terra" (Luca Mercalli, 2011)

E anche quest'anno si è svolto il laboratorio dell'orto scolastico presso l'area didattico zootecnica (F.E.M. Centro Istruzione e Formazione). Tale esperienza estiva è proposta dall'Istituto Agrario di San Michele, la quale prevede che gli studenti della scuola possano sperimentare, mettersi alla prova e conoscere la biodiversità coltivata. Anche la nostra Alice, che ha frequentato la classe 3° dell'istituto, ha preso parte a questo progetto come l'anno scorso, partecipando alle varie attività correlate all'orto ogni martedì mattina per la durata di tutta l'estate.



L'orto scolastico si presta come strumento di educazione, condivisione, relazione e cooperazione. Tale progetto prevede la partecipazione attiva dei ragazzi alle varie fasi di realizzazione dell'orto (preparazione del terreno, semina, cura delle piante, raccolta degli ortaggi) ma anche il rispetto e la cura per gli animali, in quanto è presente un pollaio. Inoltre, per gli ortaggi e le uova raccolte è stata allestita una bancarella all'interno della scuola.

Alice quest'estate ha partecipato con

entusiasmo e si è divertita molto insieme ai suoi compagni!!!



Martedì 30 agosto è si è concluso il progetto, di conseguenza, abbiamo pensato di organizzare un momento di conoscenza e di condivisione tra alcuni ospiti di GAV e i ragazzi che hanno aderito al laboratorio.

Vi lasciamo una testimonianza di un ospite, in quanto nessuno meglio di loro può raccontare come ha vissuto l'esperienza ...

"Oggi io, Karol, Marianna, Fabiano e Maurizia siamo andati alla scuola dell'agraria a San Michele con Alice e Miriam, che frequenta questa scuola. Lì abbiamo incontrato due professori e due studenti che quest'estate lavoravano con Alice



nell'orto. Abbiamo raccontato delle piante che crescono nell'orto come le zucchine, i pomodori e i cetrioli. Ho visto diversi tipi di vigneti: le viti classiche, il guyot e i vigneto ad alberello. Hanno spiegato tante cose interessanti, c'era anche un vecchio trattore in esposizione. Da giovane anch'io avevo frequentato questa scuola". Luca

Per l'occasione Alice ha preparato, insieme all'educatore, dei muffin con le gocce di cioccolato, vi lasciamo la ricetta se volete provare a rifarli a casa (erano molto buoni!).



MUFFIN ALLO YOGURT E GOCCE DI CIOCCOLATO

INGREDIENTI (PER CIRCA 18 MUFFIN).

3 uova
120 g zucchero
100 ml olio di semi
300 g farina
250 g yogurt bianco
1 bustina vanillina
1 bustina lievito per dolci
Gocce di cioccolato



PROCEDIMENTO

In una ciotola montare le uova con lo zucchero, utilizzando le fruste elettriche, aggiungere l'olio e lo yogurt mescolando sempre con le fruste. Infine, aggiungere la vanillina, lievito e farina, mescolando bene l'impasto fino a quando le polveri non si incorporano perfettamente.

Aggiungere alla fine le gocce di cioccolato a piacimento. Mettere il composto negli stampi da muffin e infornare per circa 20 minuti a 180°. Una volta cotti, lasciarli raffreddare prima di estrarli dallo stampo.



I CONSIGLI DI ROSA LA CUOCA:

per evitare che le gocce di cioccolato (o mirtilli ad esempio) scendano in basso durante la cottura, poneteli in frigo qualche ora prima di utilizzarli.

USCITE: GIORNATE AL LAGO!

Anche quest'anno abbiamo trascorso due splendide giornate presso la spiaggia privata Feriendorf del villaggio Sos al lago di Caldonazzo. Il 1 e il 7 settembre, ancora con il caldo sole dell'estate, due gruppi del nostro centro diurno hanno trascorso le giornate all'aria aperta. Una breve passeggiata in riva al lago e poi il pranzo al sacco, relax con giochi e canzoni sui tavoli nel prato e poi gelato vista lago. Alcuni si sono anche buttati a fare il bagno, vista la gradevole temperatura.

Lasciamo raccontare a chi ha partecipato

"Giovedì 1 settembre io, Maurizia, Giovanni Z., Dylan, Andrea, Giovanni, Michela ,Carla, Norma, Michele e Walter siamo andati al lago di Caldonazzo a fare una gita. Era una bella giornata ed era piacevole



stare là. Dylan, Giovanni, Andrea e Michele sono andati a fare il bagno. Io mi sono bagnato le gambe. Dylan e Michele hanno fatto dei tuffi bomba!

Le ragazze sono rimaste sedute in panchina a godersi il panorama, all'ombra degli alberi. Il lago era calmo, liscio come l'olio! A pranzo abbiamo mangiato sotto la tettoia un'insalata di riso, preparata da Francesca. Dopo pranzo io sono andato a prender il caffè con Michele e lo abbiamo portato agli altri. Nel pomeriggio gli educatori hanno suonato con le chitarre e abbiamo cantato. Altri hanno fatto il bagno di nuovo, e poi siamo ritornati a Grazie alla Vita. Ci siamo divertiti tanto e spero di ritornarci il prossimo anno."

Fabiano, Maurizia e Dylan

Arrivederci alla prossima estate!



CRUCIVERBA DELLE PIANTE E DEI FIORI

Vista l'esperienza che abbiamo maturato nei nostri orti e nelle nostre uscite in campagna, vi proponiamo un cruciverba sulle piante e sui fiori



SOLUZIONI:

11. La val di Non è famosa per la coltivazione di …

2. Si produce in cantina.

3. L'uva si presenta in ….

4. Sono molto buoni fritti i fiori di….

5. Dalla piantina di basilico è importante togliere i …

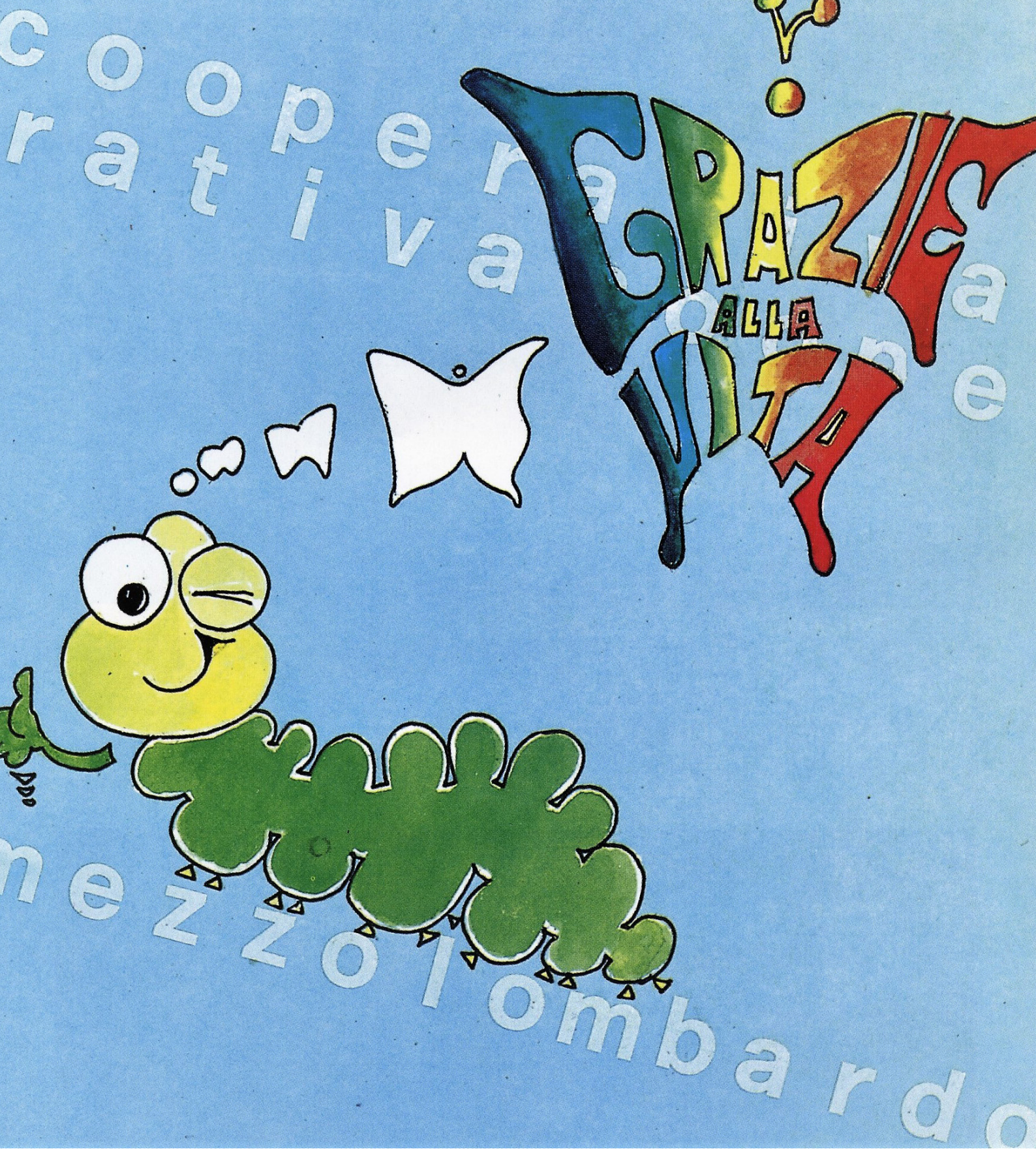
6. Le patate vanno conservate al fresco e al ..

7. Nei giorni in cui fa tanto caldo, dobbiamo andare nell'orto ad..

8. E' una verdura verde e fresca, ne vanno ghiotte le lumache.

9. Quando le tagli ti fanno venire da piangere.

10.Verdura rossa, grande o piccola, molto buona con la mozzarella.



grazie alla VITA

Cooperativa Sociale
Grazie alla Vita
Via dei Morei, 41 38017
Mezzolombardo (TN)
Tel. +39 0461 601057