

IL GIORNALINO DI
GRAZIE ALLA VITA

Edizione n. 6 - Luglio 2021

EDITORIALE

Bentrovati con questa nuova edizione del nostro giornalino! Siamo a primavera inoltrata e ci godiamo la rinascita della natura che ci stupisce sempre con il suo spettacolo di colori e di luci! Come potrete vedere nei nostri articoli, anche noi vi raccontiamo come attraverso i nostri "orti" abbiamo riscoperto la bellezza di coltivare e "gustare" i frutti della terra! Non ci si annoia certo, e tra una ricetta di cucina, momenti dedicati alla pittura o alle piccole incombenze domestiche, le giornate sono ricche di attività che vedono tutti coinvolti.

Nell'editoriale di questo numero ricordo un caro amico, che ci ha lasciato il 20 febbraio di quest'anno. Giorgio Depaoli a Mezzolombardo lo conoscevano tutti, geometra apprezzato, amante della montagna, sempre disponibile anche nelle realtà del volontariato del paese. Noi gli siamo particolarmente grati perché insieme ad un gruppetto di amici nel 1977 ha fondato "Grazie alla Vita", la nostra Cooperativa. Socio fondatore, ha partecipato attivamente per molti anni alla conduzione della cooperativa come amministratore ed anche dopo ne ha sempre seguito lo sviluppo.

Sono certa che anche adesso lui ci accompagna e intercede perché l'opera che insieme ad altri ha contribuito a far nascere possa continuare nel tempo, mantenendo vivo quello spirito di gratuità e disponibilità dell'inizio.

Il Direttore
M. Cristina Fuoli

PAESI E BOSCHI DEI NOSTRI CUORI

Agli inizi di febbraio Maurizia e Fabiano mi hanno chiesto con grande entusiasmo di aiutarli a realizzare un progetto di lavoro pittorico incentrato su un soggetto a loro molto caro: il loro paese d'origine e le montagne che lo circondano.

Il percorso iniziato nel corso del mese di febbraio si è profilato fin da subito piacevole e sorprendente nei primi risultati.



Ecco cosa ci racconta Maurizia:

"Nel mese di febbraio io e Fabiano, accompagnati da Norma, abbiamo incominciato un nuovo progetto di pittura. Sui vassoi di legno abbiamo disegnato i nostri paesi natali e poi abbiamo colorato utilizzando i colori a matita acquarellabili.

Io ho disegnato il mio paese Spormaggiore come si vede da Castel Belfort, con la sua grande chiesa e tutte le case intorno; Fabiano ha rappresentato il suo paese, che è Taio, mettendo in risalto la chiesa, le strade e in particolar modo la ferrovia della Trento-Malè che lo attraversa."

Nel corso di marzo ed aprile il lavoro di pittura è proseguito con altri due quadri rappresentanti il bosco e gli animali che vi dimorano.

Maurizia: *“Io ho voluto rappresentare il bosco con il lupo e il pettirosso. Ho scelto i colori dell’autunno perché sono più variopinti e quando li guardo, resto sempre incantata. Nei nostri boschi ci sono tanti animali, io ne ho scelti due che mi piacciono e li ho disegnati utilizzando la carta copiativa e soprattutto con l’aiuto di Fabiano e del suo prezioso pirografo.”che è Taio, mettendo in risalto la chiesa, le strade e in particolar modo la ferrovia della Trento-Malè che lo attraversa.”*

Fabiano racconta: *“Ho disegnato un cervo e un falco perché sono animali che mi sono familiari. Li vedo durante le mie passeggiate vicino a casa nelle prime ore del mattino. Io abito a Taio in una casa immersa nei pomari molto vicina al bosco e per rilassarmi con i miei cani esco spesso per fare passeggiate. Ho usato il mio pirografo e le matite colorate con la tecnica dell’acquarello, che mi piace molto.”*



Maurizia conclude: *“Io e Fabiano siamo sempre molto contenti di lavorare insieme, ci divertiamo e trascorriamo il tempo con tranquillità. Mi meraviglio sempre delle realizzazioni che riusciamo a fare!”.*

A percorso concluso Maurizia e Fabiano hanno scelto di intitolare le quattro piccole opere con la scritta: *“Paesi e boschi del nostro cuore”*, esprimendo in modo semplice ma efficace lo spirito che li ha guidati in questa esperienza artistica.

I quadri hanno trovato meritevole collocazione al primo piano della nostra casa di Grazie alla Vita.

Eccoli...





Norma, Fabiano e Maurizia

UN GIARDINO IN TERRAZZO

Nella nostra comunità alloggio, con l'inizio della bella stagione, ci siamo dedicati a piccole coltivazioni sul terrazzo.



Marcella e gli altri ospiti hanno raccolto i loro appunti di lavoro:

"Premettendo che "forse con questo tempo non dura", volevamo raccontarvi come abbiamo preparato i germogli.

Per prima cosa siamo scesi in garage per prendere i vasi. Li abbiamo riempiti di terra e abbiamo piantato:

- gladioli
- lavanda
- dalie



Per ricordarci cosa c'è nel vaso abbiamo disegnato queste piante e scritto il nome su un bigliettino che è inserito nel vaso.

Per finire abbiamo annaffiato con l'innaffiatoio e messo in terrazza. Hanno cominciato a spuntare lentamente prima i gladioli, poi con il sole sono cresciuti belli ed alti... più avanti pianteremo anche erba cipollina, menta e basilico."

Marcella

Nel frattempo, nella nostra sede distaccata di Via Devigili, in questi mesi abbiamo seminato nuovi ortaggi, e ben presto abbiamo anche raccolto i loro frutti!

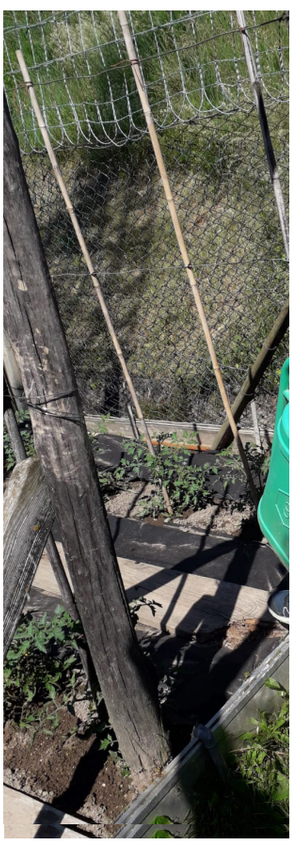
“Il 18 marzo 2021 abbiamo finalmente ripreso possesso del nostro orto sito lungo il Noce, lasciato nelle mani amiche di Andrea, (volontario di Grazie alla Vita) per l’intera stagione 2020 causa la pandemia legata al Covid.

Nella massima sicurezza e con l’attenzione nel mantenere sempre la distanza dalle persone vicine a noi intente a lavorare il proprio orto, abbiamo potuto iniziare a vangare e concimare la terra, pronta a restituirci fresche e gustose verdure per i prossimi mesi...Nel mese di aprile sono stati così trapiantati i porri, le cipolle e l’insalata trentina. A maggio sarà poi il turno delle carote e dei fagioli, infine per ultimi i pomodori. I prodotti sono stati comprati assieme ai nostri ospiti presso un negozio di Mezzocorona, che vanta diverse buone specie di piante, semenze e verdure.

Cristian e Giovanni hanno manifestato da subito piacere a svolgere i compiti richiesti. Cristian ha mostrato molta attenzione e cura nell’immettere le piante nei buchi fatti precedentemente dall’educatore, per poi coprire lo stesso buco con le proprie mani. È stato capace di raccogliere le erbacce e di riporle nei contenitori destinati agli sfalci d’erba.







Giovanni è stato capace di attendere con pazienza i vari momenti che richiede l'attività. Non si è "risparmiato" ai lavori fisici, soprattutto nei primi giorni in cui si è dovuto ribaltare la terra con l'uso della vanga. Ha utilizzato l'annaffiatoio in maniera corretta, bagnando le piante indicategli.

Alice con l'educatrice Rossella, hanno infine arricchito il nostro orto seminando i fiori di margherita e di girasole, con l'intento di rendere ancora più bello e colorato il nostro orto.

Cristian, Giovanni e Alice mostrano interesse e particolare piacere a trascorrere del tempo all'interno degli orti, e questo aspetto è la prima considerazione da fare, ma soprattutto il motivo per cui vale la pena spendersi in questa attività che richiede particolare cura e attenzione. In secondo luogo è stato molto stimolante notare come di fronte ai piccoli lavori da compiere non si siano mai sottratti, indice di piacere verso il compito da svolgere. Ora ci attendono i mesi più caldi e sarà importante mantenere una costante cura e attenzione se vogliamo continuare il bel lavoro iniziato... e tra qualche settimana non ci aspetta che gustare i "frutti", o meglio, le verdure del nostro lavoro!"







Giovanni, Giovanni, Cristian e Alice



Il giardino della nostra sede, che nel periodo primaverile ed estivo ci accoglie per rinfrescarci, lascia anche un po' di spazio per la coltivazione di piccole spezie. Quest'anno poi lo abbiamo decorato con fiori colorati e Fabiano si è occupato della ri-verniciatura della scala portafiori, facendo un ottimo lavoro!





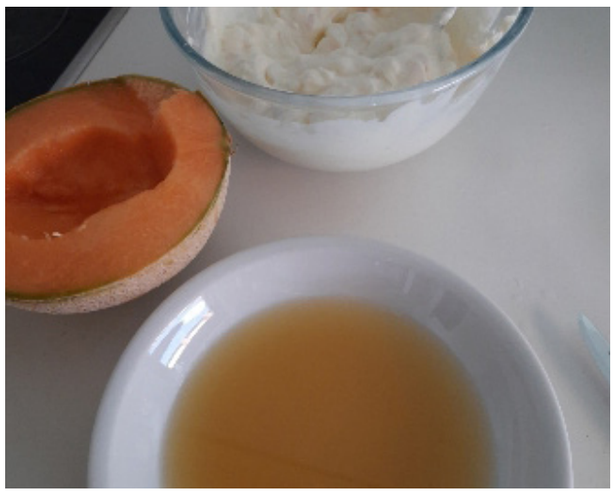
LE NOSTRE RICETTE...

In questo numero vi proponiamo due ricette, perché siamo indaffarati e soprattutto... golosi!

TIRAMISU ESTIVO SENZA UOVA

Ingredienti:

- 250 gr di Philadelphia
- 125 gr di yogurt bianco
- 4 cucchiai di zucchero a velo
- Succo a vostro piacimento, vi consigliamo non denso
- 3 fette di melone
- Biscotti savoiardi



Procedimento:

In una ciotola versare Philadelphia, yogurt e zucchero a velo, mescolare tutto fino ad ottenere una crema liscia senza grumi.





Bagnare i savoiardi con il succo, formare il primo strato di biscotti e poi aggiungere un bello strato di crema e uno strato di melone tagliato a pezzettini, continuate a formare gli strati fino a fine ingredienti.

Decorare a vostro piacimento e lasciar riposare in frigo due ore.

Buona merenda!



Marcella



I CONSIGLI DI ROSA LA CUOCA...

Il tiramisù si può anche preparare già in monoporzioni nel bicchiere o nella tazza, e questo tiramisù può essere anche riposto in freezer in monoporzioni, così lo si può gustare come un gelato! (ma ricordatevi di toglierlo dal freezer 30 minuti prima di servirlo!)

DOLCETTI CON GLI AMARETTI

Vi presentiamo un dolce adatto alla stagione primaverile ed estiva.

Quando abbiamo assaggiato questi dolcetti, abbiamo subito pensato di farvi conoscere la ricetta e di condividerla con voi. Questi dolcetti sono buoni, soffici e freschi quindi gradevoli per una merenda abbinata ad una bevanda altrettanto fresca e dissetante.

Ingredienti:

- 60 amaretti
- 300 grammi di mascarpone
- Nutella quanto basta (ma di Nutella non ce n'è mai abbastanza!)
- 3 tazzine di caffe'
- 3 tazzine di latte
- Farina di cocco oppure polvere di cacao quanto basta

Procedimento:

1. In una ciotola fare una crema con mascarpone e nutella, mescolando fino a togliere i grumi
2. Spalmare sulla base dell'amaretto la crema
3. Accoppiarlo con un altro amaretto
4. Intingere velocemente il dolcetto nel caffelatte
5. Rivestirlo con la farina di cocco o con la polvere di cacao

Procedere cosi con tutti gli amaretti. Uno tira l'altro!







Carla, Maurizia, Mary

UNA MONTAGNA DI PANNI DA STIRARE!

Con l'avvento della pandemia abbiamo sospeso le tante attività dei nostri preziosi volontari. Alcune delle nostre volontarie ci dedicavano il loro tempo facendo per noi alcune faccende domestiche, come ad esempio stirare.

Da qualche tempo abbiamo così pensato di proporre ad alcuni dei nostri ospiti di aiutarci in questo compito: prima alcuni di loro lo facevano comunque, ma saltuariamente, mentre adesso è diventato un impegno settimanale, che li rende capaci e semi-autonomi in piccole attività fondamentali, oltre che essere un gran supporto per la gestione dell'organizzazione della cooperativa.

Abbiamo raccolto le loro testimonianze, proprio mentre stiravano... Marisa, Carla e Marianna ci raccontano della loro nuova occupazione.

È da tanto che stiri?

Marisa: *"Sì, è da tanto tempo che stiro a Grazie alla Vita, prima stiravo in laboratorio, mentre adesso lo faccio al primo piano, nella saletta in compagnia degli altri ospiti"*

Carla: *"Ho iniziato qui a Grazie alla Vita a stirare, da poco tempo"*

Marianna: *"Stiro da poco tempo a Grazie Alla Vita, mentre a casa lo facevo già prima qualche volta. Mi ha insegnato mia mamma a casa"*

A casa tua stiri?

Marisa: *"No, a casa stira mia sorella"*





Carla: *“No, a casa stira la badante della mamma. Ma da quando ho imparato ogni tanto stiro qualche pezza, tutte le altre cose le stira lei.”*

Marianna: *“si, a casa stiro i vestiti miei e di mia mamma”*

Ti piace stirare? Cosa stiri?

Marisa: *“Mi piace stirare perché mi passa la noia, cambio le attività e non faccio sempre le stesse cose. Mi diverto al primo piano, perché ci sono miei amici. Stiro asciugamani, grembiuli, e gli strofinacci.”*

Carla: *“Mi piace stirare e non mi stanco. Stiro pezze, fazzo-*

letti, asciugamani. Prendo le pezze e le stiro, poi le piego e le metto nella bacinella. Roberta poi le mette a posto"

Marianna: *"Tanto, perché mi rilassa. Quando fa caldo faccio fatica, ma ascolto la musica o chiacchiero con le mie amiche e faccio meno fatica. Stiro le pezze e i grembiuli, ce ne sono sempre tanti."*

Quando stiri a Grazie alla Vita? Sei contenta di farlo?

Marisa: *"Io stiro il lunedì pomeriggio. Sono contenta di farlo perché serve a me e a tutti gli altri. Quando stiro non chiacchiero perché sono concentrata."*

Carla: *"Il giovedì mattina stiro con alcune amiche. Mi piace farlo perché sono contenta di dare una mano."*

Marianna: *"Stiro il giovedì pomeriggio con la mia amica Carla, e sono contenta di farlo perché è una cosa utile per tutti!"*



RUBRICA: **GITE ED USCITE**

Finalmente si esce!

“Finalmente è arrivata la bella stagione e il gran caldo e questo per noi ragazze del gruppo del giovedì significa…uscite, gite, passeggiate, gelati e grandi risate in compagnia!

La nostra prima uscita stagionale, dopo mesi di chiusura e brevi passeggiate nei dintorni è stata ai due laghetti di Coredo.
Abbiamo fatto una lunga passeggiata intorno ai due laghi e ci siamo fermate a fare delle belle foto panoramiche.

La novità di queste nostre uscite è il mezzo di trasporto nuovo che la Cooperativa ha da poco comprato: il CADDY!
Con questo furgoncino non ci ferma più nessuno, si viaggia proprio bene e siamo contente, e in più è anche ecologico perché a metano!”

Antonella Mittestainer (portavoce del gruppo “palestra del giovedì” formato da Monia, Roberta, Marisa, Romina D. e Sara)





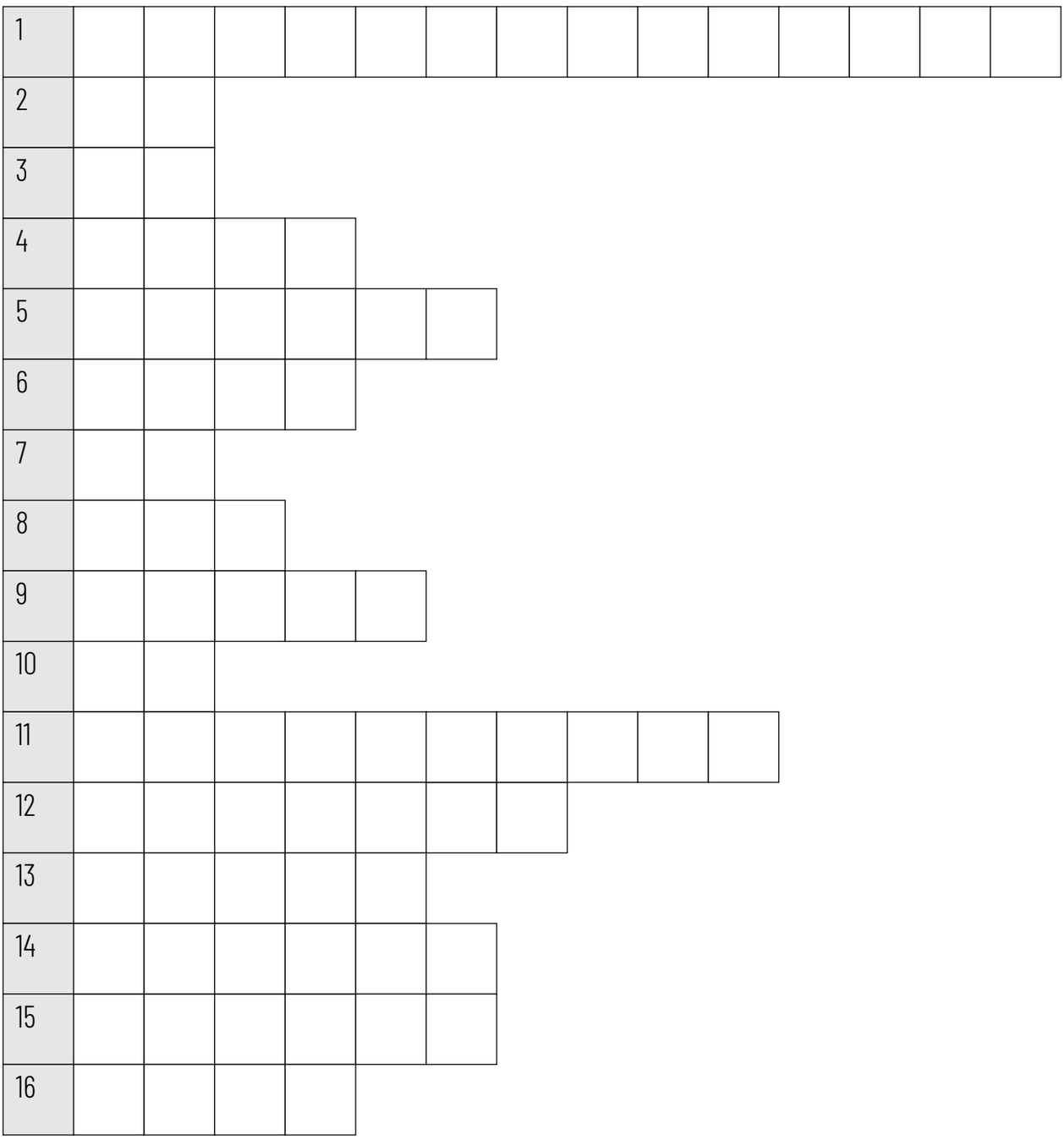


DIAMO I NUMERI!

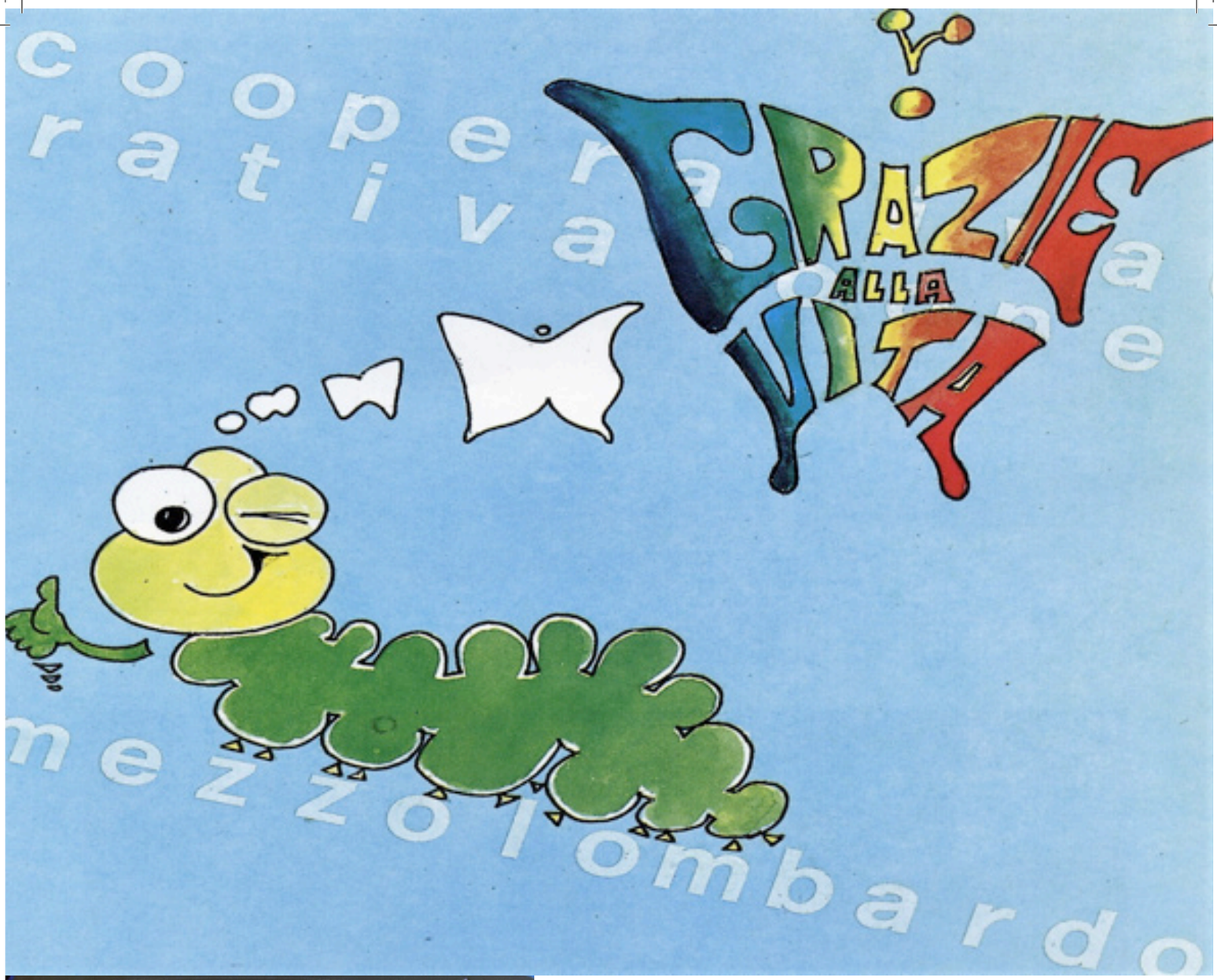
Risolvi il cruciverba scrivendo le soluzioni!



1. I gatti in fila per sei.
2. I cuccioli degli Aristogatti.
3. Uno più uno.
4. I giorni della settimana.
5. Le zampe della gallina più le zampe del gallo.
6. I nani di Biancaneve.
7. Quanti sono i porcellini?
8. Lo sono i mesi della gravidanza.
9. Le dita di una mano.
10. Le giocatrici di una squadra di pallavolo.
11. Arrivano i regali di Natale.
12. I giocatori in un campo di calcio durante la partita.
13. Lo sono i mesi dell'anno.
14. I lati del quadrato.
15. Le carte della scala reale.
16. I Comandamenti.



Cruciverba interamente realizzato da Dylan, Fabiano e Marianna.





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

Grafica curata da Irma Stenico