



IL MELOGRANO



DICEMBRE 2024

n. 2 / 2024 / 54° num. pub.

COMITATO DI REDAZIONE
Direttore:

Paolo Giacomoni

In redazione:

 Michela Bernardi - Lucrezia Bertolini - Chiara Crepaz
 Federica Modena - Nicoletta Tomasi

Foto:

 Servizio Educatori/animazione - Centro Diurno
 e Servizi - Fonti varie

 Si ringrazia Pietro Giordani per le immagini
 a corredo dell'articolo "Una splendida giornata
 autunnale di sole e volontariato!"

 Si ringraziano i bambini della Scuola elementare
 di Terlagio per i bellissimi e coloratissimi disegni
 di pagina 17 e 18 e Acropoli per la foto di Casa Melograno
 di pagina 20

Hanno collaborato:

 Don Ruggero Fattor
 Fabrizia Rigo Righi
 Operatori e anziani del Centro Diurno
 Samuele Diquigiovanni
 Giada Pallaoro
 Emanuela Trentini
 Gina Piffer - residente nucleo Ciclamino
 Riccardo Camertoni

 Si ringraziano tutti coloro che a vario titolo
 hanno contribuito a dar vita a questo numero de
 "Il Melograno" supplemento al periodico
 trimestrale TuttaPovo

In copertina:
Inverno nel bosco
 di Giuseppe Ciurletti

Grafica:

 Publistampa Arti grafiche
 Pergine Valsugana (TN)

IN QUESTO NUMERO

Auguri di buon Natale 3

RELIGIONE
"NATALE" ... È Natale per me... Natale in tutto il mondo... (pensieri in libertà) 4
 don Ruggero Fattor

Guardare la vita: oltre la propria 5
 don Ruggero Fattor

Per godere di buona salute 7
 don Ruggero Fattor

ARTE E CULTURA
La sacralità della vita 8
 Fabrizia Rigo Righi

APPROFONDIMENTO
La storia del Presepe e le storie sul Presepe 9
 Michela Bernardi

COMUNITÀ E TERRITORIO
Una splendida giornata autunnale di sole e volontariato! 13
 Samuele Diquigiovanni

 **Coltiva la gentilezza come un fiore prezioso:
vedrai sbocciare sorrisi ovunque andrai** 14
 Giada Pallaoro

 **Una visita a sorpresa** 16
 Emanuela Trentini e Gina Piffer

 **Quando non c'erano gli ananas** 17
 Emanuela Trentini

CUCINA
Un dolce ricordo di Natale 19
 Riccardo Camertoni

CARTOLINE 20

RINGRAZIAMENTI

Donazioni 22

GIOCA CON NOI 23




*Il Presidente, il Consiglio di
Amministrazione, la Direzione e il
Comitato di redazione
augurano*

*a residenti, utenti del Centro Diurno,
Centro Servizi, Casa Melograno,
Alloggi Protetti, familiari,
collaboratori e a tutti i lettori de "Il
Melograno"*

Buone feste





“NATALE” ... È Natale per me... Natale in tutto il mondo... (pensieri in libertà)

a cura di **don Ruggero Fattor**

Natale è una festa importante: ricorda a tutti la nascita di un bambino “eccezionale”, Gesù, chiamato anche “*Emmanuele*”, che significa **nientemeno che “Dio-con-noi”**.

Natale ci ricorda e mette davanti agli occhi di tutti l'Amore. Ma non basta far scoppiare i regalini di bontà solo a Natale, perché l'amore è come il sale che dà sapore alla vita: ogni giorno, se davvero vuoi contribuire a rendere il mondo migliore, più bello, più vivibile, nella serena calma e nella pace.

La pace è come un vento che soffia leggero sulle rive dei mari e degli oceani che abbracciano il mondo intero: in queste acque tutti possono e hanno diritto di tuffarsi per trovare refrigerio, freschezza, libertà, svago e rinnovato vigore; anziché paura, disperazione, naufragio, lacrime e urla di morte.

La pace è come un fiore prezioso o una pianta molto delicata: va curata e annaffiata costantemente con il rispetto, con l'amore, con il perdono.

Per tutti i popoli e per tutte le nazioni e religioni, il Natale è festa speciale, attrattiva e unica nella sua capacità di coinvolgere i pensieri e i sentimenti più profondi dell'animo umano: su tutta la terra – dall'Oriente all'Occidente, dal Nord al Sud del mondo – dovrebbe apparire l'arcobaleno della pace, con tutti i suoi colori = verità + giustizia + stima + rispetto + dialogo + progresso + scambio di valori.

Sì, come spesso viene cantato: “*Dio si è fatto come noi/ uno di noi* (fuorché nel peccato, che è la negazione della pace), *per farci come Lui*”, vincendo ogni superbia e ogni orgoglio con l'umiltà, ogni supremazia e avidità di potenza con la forza disarmante della fragilità e della debolezza, ogni ricerca di gloria e di onore con una stalla e una mangiatoia per la sua nascita e con un Calvario e una croce per la sua morte di Redentore e Salvatore universale.

Natale è la festa della pace, della solidarietà, dell'amicizia, dell'amore genuino e a tutta prova.

Natale domanda a tutti di essere profeti e testimoni di pace, annunciatori, promotori, diffusori, edificatori, attori effettivi di pace: con tutto noi stessi e adesso, senza aspettare domani.

Natale è sinonimo, richiamo, sorgente e, comunque, culla o mangiatoia per il “*Principe della pace*” e per quanti altri – uomini e donne – che scelgono di mettersi sul suo stesso cammino.

La pace è come il sole: può essere nascosta dalla cattiveria, dalla presunzione o dalla prepotenza di qualcuno, come le nuvole – una o l'altra – coprono il sole; ma il sole non si spegne mai!

Non servono cose grandi, difficili, irraggiungibili; anche un seme o dei semi piccolini e pur diversi fanno germogliare una pace immensa: (ad esempio...) un sorriso - un gesto di attenzione - un po' di compagnia - una buona parola o anche solo un sincero ascolto in silenzio - giocare insieme - prestarsi o scambiarsi volentieri il poco che si ha - superare ogni litigio con il perdono - condividere la gioia della preghiera - interessarsi e godere delle diversità - offrire stima ed esprimere riconoscenza a tutti - fare agli altri quello che vorresti rivolto a te - “sparare”, ovunque, gioia, accoglienza, amicizia, sana tenerezza, servizio vicendevole, stile di famiglia e di fraternità che profuma di Evangelo.

Quello che vale per il Maestro, vale – evidentemente – anche per ogni suo discepolo: “*Se uno vuol essere il primo, sia l'ultimo di tutti e il servitore di tutti*” (Mc. 9, 37); “*Io, infatti, vostro Maestro e Signore, vi ho dato un esempio, perché facciate come io ho fatto a voi*” (Gv. 13, 15).

Con questo spirito: ecco l'augurio, affettuoso e sincero di buon-felice-santo Natale a tutti – residenti e operatori a vario titolo in APSP – M. Grazioli, da parte mia, insieme con Samantha e gli amici e generosi volontari... ▣

Guardare la vita: oltre la propria

a cura di **don Ruggero Fattor**



*“Negare alle persone i diritti umani,
è negare la loro stessa umanità”*
(Nelson Mandela)

“**A**lla nostra età” (= dopo i 70/80 anni!), è più facile e risulta quasi normale aprire gli occhi sulla vita: rivedere la propria, senza dimenticare di osservare attentamente quella degli altri: di tutti gli altri, “fratelli e sorelle in umanità” e, a maggior ragione, almeno per alcuni, anche “per condivisione di scelta di fede”.

Nella cornice di una serena giornata, seduto in piena calma, su una panchina, ad alta quota, mentre – tornando quasi bambino – mi stupivo del paesaggio, dei fiori, degli animali e dell’anfiteatro delle montagne che stavano davanti e attorno a me: ho rivisto e rivisitato velocemente – come in un film – la mia esistenza.

Riconoscente al Signore, origine della vita e costante “presenza” nei miei anni; in un secondo e immediato tempo, il

sipario si è aperto anche sulle modalità di affrontare il duro vivere quotidiano di...

- > di chi è vittima e in balia delle tratte di schiavi, di schiave, soprattutto di bambini
- > di chi affronta, magari forzato, le traversate del Mediterraneo su barconi di fortuna
- > di chi vive nella precarietà e nel fetore delle baraccopoli, a margine di molte città
- > di chi è relegato nei ghetti, ancora ai nostri giorni, per paura o per sospetto
- > di chi è stato chiuso o letteralmente gettato, come una bestia, nelle prigioni d’Africa e non solo
- > di chi si ritrova, suo malgrado, nei campi di profughi ammassati
- > di chi, vigliaccamente, nasconde la propria identità nei bunker delle mafie
- > di chi scappa nei sotterranei improvvisati, sperando di trovarvi rifugio sicuro, dal fuoco e dalle bombe
- > di chi è obbligato al fronte, nelle trincee di guerra e di combattimento
- > di chi si illude di vivere nel buio losco della droga, dei furti, del malaffare, della violenza
- > di chi rincorre la vita nei villaggi martoriati e distrutti o nelle situazioni della fame e della morte
- > di altri..., non (ancora) “registrati” o elencati.

Non potevo e non mi è possibile a tutt’oggi immedesimarmi con loro e, men che meno, “risolvere” il loro problema; ma ho “letto” e, in parte almeno, “compreso” e condiviso la loro vita attraverso una serie di “aforismi” (= breve massima che esprime una norma, un sistema o uno stile di vita).

- > “Tutti i pretesti sono buoni per opprimere il prossimo e sottometterlo alla propria volontà” (Asia Bibi)
- > “Non è perché le cose sono difficili che non osiamo; ma è perché non osiamo, che sono difficili” (Seneca)
- > “Il futuro – personale e dell’umanità – è anche la memoria” (Denys Gognon)
- > “La prova di coraggio non è morire, ma riuscire a vivere” (Vittorio Alfieri)
- > “Bisogna soffrire e attraversare la sofferenza, per capire davvero la sofferenza” (Albertine Halle)
- > “L’odio è l’inverno del cuore; il male peggiore e più grave per chi si dichiara uomo” (Victor Hugo)



autore: Wallace Fonseca - Unsplash License



autore: Guillermo Casales - Unsplash License

- > “Le minoranze hanno il diritto di aver torto... ; le maggioranze sono condannate ad avere sempre ragione” (v.h.)
- > “Paragonare la crudeltà dell’uomo a quella delle bestie è offensivo per queste ultime” (Fedor Dostoevskij)
- > “La malvagità, per diventare ancora peggiore, si maschera (talvolta) da bontà” (Publilio Siro)
- > “La democrazia ha bisogno di sostegno e il sostegno migliore per una democrazia può venire soltanto da altre democrazie” (Benazir Bhutto)
- > “La giustizia è sancire le ingiustizie esistenti” (Anatole France)
- > “Negare alle persone i diritti umani, è negare la loro stessa umanità” (Nelson Mandela)
- > “Non esiste felicità senza libertà, né libertà senza coraggio” (Pericle)
- > “Cristiani e musulmani, generalmente, ci siamo malcompresi, addirittura opposti o persi in polemiche e guerre senza fondamento. Credo che Dio ci inviti, oggi, a cambiare le nostre vecchie abitudini” (Gv. Pl. II° 1985)
- > “Se sono “libera”, dopo 10 anni di umiliazioni e di torture e se ho evitato la morte per impiccagione, falsamente accusata di “blasfemia”, è per la forza della preghiera e della amicizia di molti, pur a me sconosciuti. Ringrazio Dio e tutti: vi devo la vita!” (Asia Bibi)

NB! Serva questa confidenza e condivisione fraterna, per un eventuale dialogo - confronto - chiacchierata e (perché no?) anche da una preziosa e sincera preghiera, in gruppo e fra amici. Buona, saggia e profonda conversazione...! ■

Teatro di Meano

La Terza Stagione

Una rassegna dedicata ai Centri diurni anziani di Trento e a tutti gli over 60.

Venerdì 11 ottobre 2024 ore 14.30
LA MARIA ZANELLA
di Sergio Pierattini | con Grazia Bridi | regia di Sergio Bortolotti | produzione T.I.M. Teatro Instabile di Meano APS

Venerdì 15 novembre 2024 ore 14.30
OMAGGIO AL PRINCIPE
con il Trio Acustico Amadori

Venerdì 10 gennaio 2025 ore 14.30
INCONTRO CON BABILONIA TEATRI

Venerdì 14 febbraio 2025 ore 14.30
TRE SULL'ALTALENA
di Luigi Lunari | regia Alberto Giusta | con Emanuele Cerra, Denis Fontanari, Christian Rencicchi, Marta Marchi | produzione ariaTeatro e Evoè!Teatro

Venerdì 28 marzo 2025 ore 14.30
LA LUNA SU NOSSI MONTI
di e con Stefania Menestrina | musiche Canti popolari di montagna | supporto creativo Aura Calarco | in collaborazione con Coro Amizi de la Montagna di Meano

Giovedì 30 gennaio 2025 ore 14.30
MARMOLADA 03.07.22
regia di Giorgia Lorenzato, Manuel Zarpellon
documentario, Italia, 2023, durata 76'

Giovedì 13 marzo 2025 ore 14.30
PERICOLOSAMENTE VICINI
regia di Andreas Pichler
documentario, Germania, Italia, 2024, durata 90'

INGRESSO
4 € per tutti gli anziani (e accompagnatori) dei centri diurni anziani di Trento o iscritti ad associazioni che si occupano di terza età e per tutti gli over 60.

Per godere di buona salute

a cura di **don Ruggero Fattor**

Il consiglio è rivolto a tutti e valido per ogni età. In piena libertà e sicurezza, ognuno può calibrare le dosi a suo piacimento: non ci sono controindicazioni o effetti collaterali negativi... (vostro "don")

Per godere di buona salute, di anima e di corpo:

Prendete

radici di fede,
verdi fronde di speranza,
rose, appena sbocciate, non avvizzite, di carità,
viole di umiltà,
gigli candidi di purità,
assenzio di contrizione,
legno della Croce

Legate

tutto insieme, in un piccolo fascio,
con il filo della rassegnazione attiva,
con il coraggio della fiducia
e con l'audacia della perseveranza

Mettetelo a bollire

nel fuoco dell'amore genuino e gratuito,
nel vaso della preghiera spontanea e riconoscente,
nel vino della santa allegrezza,
aggiungendo acqua minerale di temperanza;
ben chiuso con il coperchio del silenzio e dell'ascolto adorante

Lasciatelo

la mattina nel sereno della meditazione;
prendetene una tazza mattina e sera,
e così godrete di buona salute:
a vantaggio vostro, innanzitutto,
e di quanti altri vi sono vicini o incontrate
lungo il cammino della vita

NB! Quanto desidero per voi e vi auguro di vero cuore,
viene dalla farmacia, tanto accreditata,
dell'amore, grande e imprevedibile,
di Gesù, nostro Salvatore

(Ricetta del beato Luigi Maria Monti,
infermiere esperto - aiuto farmacista - insegnante e operatore sanitario)

La sacralità della vita

a cura di **Fabrizia Rigo Righi**



Giovanni Segantini:
Ritorno dal bosco,
olio su tela (64,5x95,5)
1890, San Gallo,
proprietà privata.

Il paesaggio nella neve è un mondo nordico che ci appartiene, anche se ultimamente gli eventi meteorologici, assoggettati all'azione disordinata dell'uomo, ci regalano sempre più raramente la sua bianca bellezza; pertanto attingiamo al prezioso apporto dell'arte per assaporare le antiche bontà delle verità della natura.

L'immagine ci presenta un racconto di significati essenziali: cammino, fatica, case raccolte in intimità, luci in attesa, presenze assenti, silenzio in dialogo, natura che fa famiglia, sacralità di un passo.

C'è tanto in questo piccolo quadro!

La sovranità della catena montuosa si staglia rilassata all'orizzonte, rispettando quella appartenente alla figura umana.

La donna che trascina la pesante slitta porta con sé una solitudine che affronta, con serena determinazione, la propria realtà. C'è un abbandono, una resa alla terra, alla natura, unitamente a una ferma volontà di azione partecipata. Parla di ciò la consistente massa del tronco nodoso e articolato, caricato non certo facilmente sulla slitta. Ma anche la postura decisa della figura femminile, che sembrerebbe non più tanto giovane, dice di una risoluzione a procedere verso una

meta, verso 'un'attesa'. I passi della contadina ritornano sul percorso precedentemente tracciato (ne è testimone la scia nevosa centrale) guidando contemporaneamente il passo del nostro sguardo, dal bosco lasciato alle spalle alle discrete case sdraiate nel sottile incavo della valle.

L'elemento verticale del campanile sembra lanciare una nota di risveglio al muto paesaggio.

L'aria è ferma, sana e fredda, una potenza misurata che abbraccia senza stringere.

Si va e si torna, come un pensiero sempiterno, come un atto semplice e racchiuso nel quotidiano, al quale tutte le cose attorno partecipano. Segantini, con il linguaggio del suo colore, dà luce e voce al silenzio opaco dei corpi. La sua pittura non conosce protagonisti in pose teatrali o convenzionali, ma solo l'autentica necessità di essere in sostanza ciò che si fa.

Soffermiamoci ancora un attimo sul possente legno in primo piano. Il groviglio di rami posti sopra di esso richiamano in modo singolare e suggestivo a elementi corporei, quali braccia o dita o finanche un sistema arterioso. In questo dipinto non è presente solo il respiro di una creatura passeggera, ma un respiro che appartiene a tutto il creato, un respiro che dorme, che riposa. ■



La storia del Presepe e le storie sul Presepe

a cura di **Michela Bernardi**

Con l'avvicinarsi del periodo natalizio in Centro Diurno abbiamo ripreso tante attività di preparazione, tra cui quelle legate alla realizzazione di diversi presepi con i quali partecipiamo a mostre e concorsi (Povo e Mattarello) e addobbiamo gli spazi del nostro centro. Quest'anno abbiamo pensato di proporre, in parallelo a quelle manuali, anche un'attività di approfondimento sulla storia del Presepe e sulla condivisione dei ricordi di ciascuno legati a questo tema.

Ricercando fonti e racconti abbiamo quindi scoperto che il primo Presepe della storia è frutto di un'idea di San Francesco d'Assisi che, nel 1223, ha ideato la rappresentazione della nascita di Gesù attraverso un Presepe vivente realizzato nel paese di Greccio, nel Lazio, coinvolgendo gli abitanti del luogo. Tale idea sembra essere legata al desiderio di Francesco di Assisi di festeggiare l'approvazione ricevuta dall'allora Papa Onorio III, e quindi dalla Chiesa, alla sua Regola Bollata.



Presepe di Arnofo di Cambio - Basilica romana di Santa Maria Maggiore - Roma

Qualche decennio dopo, nel 1288 fu Papa Niccolò IV, il primo pontefice della storia appartenente all'Ordine francescano fondato da San Francesco stesso, ad incaricare lo scultore di scuola fiorentina Arnolfo di Cambio di realizzare un'opera scultorea che rievocasse nascita di Gesù.

Ecco quindi come ha preso forma il primo Presepe fatto da statue: per realizzarlo sono stati utilizzati diversi blocchi di marmo bianco nei quali sono stati scolpiti i personaggi della natività e questa opera è visibile ancora oggi all'interno della Basilica romana di Santa Maria Maggiore.

Al termine del racconto sulla storia del Presepe abbiamo lavorato con diversi piccoli gruppi di anziani, in totale circa 20 persone, stimolando la loro memoria attraverso la rievocazione di tradizioni familiari legate alla realizzazione del Presepe nelle case di ciascuno e raccolto i racconti e gli aneddoti riferiti a questi ricordi. Durante le conversazioni sono stati condivise esperienze riconosciute come trasversali a tutti ma anche altre



che hanno caratterizzato la storia familiare di qualcuno, per luoghi o condizioni di vita diversi da quelle della maggioranza degli anziani partecipanti.

Lavorando in piccolo gruppo con la guida dell'operatore, e ascoltando i ricordi degli altri, è stata favorita la capacità di ciascuno di rivivere attraverso questi racconti la propria esperienza, che talvolta sembrava dimenticata, e che nel corso dell'incontro veniva gradualmente recuperata come vissuto personale e come ulteriore stimolo per gli altri.

Condividiamo di seguito con i lettori alcune delle testimonianze emerse nei gruppi di conversazione:



«Il presepe lo si rifà ogni anno, magari aggiungendo una statuina o un addobbo ogni volta, comperato per aumentare la collezione. Il Presepe che faccio adesso ce l'avevo ancora quando mi sono sposata...».

«Quando c'erano i bambini si faceva sempre, si andava a raccogliere il muschio nei boschi e con il tempo avevamo aggiunto anche le luci al suo interno. Finché i bambini erano piccoli si faceva un grande Presepe, e se ne curava molto la realizzazione; quando sono diventati grandi si faceva solo come segno ma poi, arrivando i nipoti, si era ripreso a farlo con entusiasmo e cura».



«In casa nostra era un mio cugino ad essere appassionato di presepi, ne faceva uno molto grande nel prato esterno alla casa, sopra un pozzo, era un posto molto bello per realizzare il presepe. Ora ha dei cani e il presepe non lo fa più perché loro finirebbero per rovinarlo».

«Da bambina facevo il Presepe con i miei genitori: il primo lavoro era quello di andare per muschio nei boschi vicini a casa e il Presepe lo preparavamo sotto l'albero di Natale. Ora quelle statuine le ha mia figlia, come ricordo di famiglia, e io vado da lei quando lo fa e la guardo. In questi giorni (metà novembre) sta già iniziando a costruirlo».

«I miei ricordi del Natale mi fanno tornare ai tempi della guerra, quando ero sfollata a Lasino. Non avevamo niente da mettere nel Presepe, ma gli abitanti del paese ci aiutavano e hanno festeggiato il Natale insieme a noi».

«Io ricordo i Natali trascorsi nell'oratorio nel mio paese di allora, vicino a Milano. Si preparava il Presepe con gli altri bambini e ognuno portava qualcosa da mangiare insieme».

«Quando ero giovane come soldi non ce n'erano mica tanti in casa, ma per "el presepi" i soldi c'erano sempre. La sua costruzione occupava la metà di una stanza, era un lavoro che faceva mio marito, che ogni anno, nonostante le ristrettezze economiche, trovava il modo di comperare una statuina nuova. Adesso che non c'è più, fare ogni anno il Presepe è un modo per le mie figlie di ricordare il loro papà, e per me questo è motivo di orgoglio e un bel modo per tramandare le tradizioni della nostra famiglia».

«Era mio marito che si occupava di fare il Presepe: in soggiorno, sotto l'albero; negli anni ci aveva messo anche l'acqua corrente con un piccolo motorino che la faceva passare in fontanelle e ruscelletti».

«Io da piccola ero in collegio e purtroppo non ho ricordi che qualcuno facesse il Presepe, non si faceva niente. Invece da più grande più che del Presepe ho ricordi dell'albero, che si faceva con un abete vero».

*«A Gardolo,
quando ero piccola,
si faceva un grande
Presepe su un altare
della chiesa, e noi
bambini entravamo
con il cuore pieno
di emozione
a guardarlo».*

*«Ricordo il Natale durante la guerra... si aveva
davvero poco, però mi accorgo sempre di più
che quel poco valeva molto».*

*«Per me fare il Presepe era un modo per stare in famiglia,
lo facevo con mio marito e i miei figli piccoli, e mi commuovevo.
Le stradine erano fatte con la segatura e con uno specchio
si faceva finta fosse un laghetto. Ci mettevamo anche un rametto
di vischio, come segno augurale».*

*«Io facevo l'albero e il Presepe, lasciando vuoto il posto
di Gesù, che veniva messo la notte di Natale. Da più
grandi erano i figli ad aiutare noi genitori a farlo.
Ricordo che ogni anno che passava il Presepe era sempre
più moderno, si aggiungevano le lampadine e si comprava
di volta in volta qualche statuina in più. Occupava
la metà di una stanza. A Ravenna c'è una chiesa
di cui non ricordo il nome all'interno della quale
è visibile un Presepe che viene lasciato tutto l'anno».*

*«Ero bambina quando in Alto Adige, dove vivevo,
si faceva il Presepe italiani e tedeschi insieme.
In quel momento si riusciva a mettersi d'accordo
e non si litigava, almeno per il Presepe...».*

*«Quando ero bambina
il mio papà faceva
chiamare l'autista
di famiglia affinché
predisponesse
la stanza della casa adibita
a spazio dove ritrovarsi
tra uomini a fumare,
come luogo per realizzare
il Presepe. Si faceva
rigorosamente il giorno
della Vigilia di Natale,
i miei genitori ci tenevano
tanto a questa tradizione».*

Per me il Natale è...
... Il Natale è ricordare la nascita di
Gesù;
... Il Natale è riunirsi con tutti i fami-
gliari più cari;
... Il Natale è solidarietà verso altri che
hanno meno;
... Il Natale è il pranzo di una volta, con
coniglio e patate;
... Il Natale è la nascita di Gesù e lo sta-
re insieme in famiglia;
... Il Natale è famiglia e stare insieme.

Operatori e anziani
del Centro Diurno



Una splendida giornata autunnale di sole e volontariato!

a cura di **Samuele Diquigiovanni**

Domenica 27 ottobre, oltre 300 persone hanno visitato Nuova Casa Serena a Cognola per celebrare la Grande Festa del Volontariato dell'Argentario. L'evento ha incarnato appieno lo spirito di solidarietà e partecipazione che ha portato Trento a essere Capitale Europea e Italiana del Volontariato 2024.

Villa S. Ignazio, partner del *progetto di comunità* Fuori Schema, ha collaborato all'organizzazione della giornata, coordinando alcune attività che hanno animato la festa e favorito l'incontro tra i cittadini curiosi e gli enti di volontariato presenti. Le associazioni hanno avuto l'opportunità di raccontare il proprio lavoro e la passione che dedicano ogni giorno alla comunità, attraverso banchetti informativi, brevi testimonianze e momenti di intrattenimento.

La festa è stata accompagnata anche dalla musica della band FreeWaves di Cognola, che ha coinvolto i presenti con un repertorio vivace, mentre i più piccoli si sono divertiti con i giochi tradizionali organizzati dall'Associazione Circo Bolla di Sapone. Anche come cooperativa Villa Sant'Ignazio abbiamo allestito un banchetto per presentare le opportunità di attivazione all'interno della nostra realtà e proporre attività creative e di gioco ai presenti. In un clima di gioia e spensieratezza, famiglie e bambini hanno potuto trascorrere del tempo insieme, immergendosi in un'atmosfera di festa e condivisione, resa possibile dall'attivazione e la voglia di partecipare di tante persone..

Un sentito ringraziamento va alla Circostruzione Argentario di Trento, che ha creduto in questa giornata di comu-



nità e l'ha sostenuta dall'inizio, a Nuova Casa Serena (Anffas Onlus) per l'ospitalità, alla Pro Loco Argentario per l'organizzazione e l'entusiasmo del Gruppo Alpini di Cognola che ha preparato il pranzo per tutti i presenti. ■





Coltiva la gentilezza come un fiore prezioso: vedrai sbocciare sorrisi ovunque andrai

a cura di **Giada Pallaoro**



Grazie, prego, permesso, per favore, scusa... parole molto semplici e facili da dire che simboleggiano la gentilezza.

Ma cos'è realmente la gentilezza?

È innanzitutto un valore, un modo di essere capace di trasformare profondamente le relazioni umane e i rapporti interpersonali. Essa comprende gene-

rosità, umiltà, disponibilità e cordialità; è la più alta forma di educazione che accomuna tutti gli essere umani, dai bambini, ai giovani, agli adulti ed anche gli anziani.

L'assessore alla Gentilezza Enrica Patti, del comune di Quincinetto (Torino) ha pensato di realizzare uno spazio di incontro, di socializzazione e di relax in cui possono ritrovarsi e incontrarsi tante persone di tutte le età. Tale spazio viene identificato in una panchina viola, il cui colore nasce dall'unione del blu (profondità) e del rosso (concretezza) che insieme rappresentano la gentilezza. In collaborazione con gli alunni della scuola Primaria, il 7 dicembre 2019 è stata inaugurata la prima panchina viola della gentilezza. Da quel giorno, in Italia, ne sono nate molte altre ed oggi la Panchina viola è divenuta simbolo di gentilezza riconosciuto.

Anche noi come Centro Diurno Anziani di Povo abbiamo deciso di aderire a questo progetto, coinvolgendo i bambini

dell'Asilo Nido di Oltrecastello. Dalle cantine della APSP Margherita Grazioli è stata recuperata una vecchia panchina di legno, dismessa e dimenticata da anni, alla quale gli utenti del centro diurno hanno dato una seconda vita. Ogni giorno i nostri anziani hanno lavorato alla panchina con impegno, pazienza e dedizione, carteggiandola per togliere il vecchio e poi riverniciandola a nuovo di viola, mentre i bambini con le maestre pensavano parole e frasi gentili. Nella mattina del 19 luglio 2024, finalmente il taglio del nastro, alla presenza delle autorità e dei referenti del progetto, dei bambini e degli utenti del centro diurno, è stata inaugurata la panchina della Gentilezza di Povo, che si trova in via della Resistenza 61/F davanti al centro Polifunzionale e al centro Diurno. Proprio pochi giorni fa, il 13 novembre, ricorreva la giornata mondiale della Gentilezza. È un piacere passare lungo la strada e vedere le persone scambiare due chiacchiere nei pressi della panchina. È motivo di

orgoglio sapere che in qualche modo abbiamo contribuito a portare la panchina della gentilezza a Povo.

Decalogo della gentilezza*:

1. Vivere bene insieme: ascoltare ed essere pazienti
2. Essere aperti verso tutti: salutare, ringraziare e sorridere
3. Lasciare scivolare via le sgarberie e abbandonare l'aggressività
4. Rispettare e valorizzare la diversità, grande fonte di ricchezza
5. Non essere gelosi del sapere: comunicare, trasmettere e condividere
6. Il pianeta è uno solo, non inquinare e non sporcare
7. Ridurre gli sprechi: riciclare, riutilizzare e riparare
8. Seguire la stagionalità e preferire i prodotti locali
9. Proteggere gli animali: non sfruttarli, non maltrattarli e non abbandonarli
10. Allevare gli animali in modo etico, non infliggere sofferenze.



*Conferenza del "World Kindness Movement" Dichiarazione della Gentilezza, 13 novembre 1997



Una visita a sorpresa

a cura di **Emanuela Trentini** e **Gina Piffer**

Buongiorno Gina, sappiamo che questa estate ti ha voluto fare una sorpresa tua nipote Ilaria, hai voglia di raccontarcela?

Una mattina, io non sapevo niente, ma ho visto nel nucleo mio figlio e mia nuora e mi sono detta: "Strano che vengano entrambi!" mi hanno proposto una passeggiata in giardino. Arrivati lì ho visto mia nipote Ilaria con gli alpaca al guinzaglio, ne ha portati 3!

È venuta con un rimorchio dietro alla macchina.

Pensate che lei è laureata in matematica ma quando si è sposata con un ragazzo di Cembra ha fatto un giro in Alto Adige e si sono innamorati degli Alpaca che hanno incontrato nella loro gita.

Ne ha preso uno... poi un altro e ora ha ben 50 alpaca oltre alle pecore, ai conigli e ai cani, insomma una fattoria.

Gli altri residenti sono stati contenti di questa attività?

Sì, gli animali sono piaciuti quasi a tutti, qualcuno aveva paura ma la maggior parte li ha accarezzati o condotti al guinzaglio.

Ilaria è stata con noi fino a ora di pranzo e poi è dovuta andare con gli animali a Brentonico dove aveva organizzato



un'attività di stretching (Pet Therapy ndr) con i bambini.

Con tutti questi animali poi deve essere in continuo contatto con il veterinario e altri esperti, quando un animale deve partorire deve intervenire anche di notte.

La sua azienda che si chiama Silpaca oltre ad allevare gli animali per le attività, vende la lana degli Alpaca che quando hanno il pelo lungo vengono tosati, con quella lana si fanno i cappotti.

Suo marito inoltre si occupa di coltivare le vigne così produce l'uva per il vino e quindi hanno tanto da fare.

Per concludere Gina, sei stata contenta di questa sorpresa?

Non è stata solo una sorpresa, ma anche una grande emozione e spero che possa venire ancora a trovarci con gli animali.



Quando non c'erano gli ananas



Riprendiamo il racconto dell'esperienza di scambio intergenerazionale fatta dai bambini della scuola di Terlago con i residenti della Rsa.

L'esperienza raccontata nel nostro numero di marzo è proseguita fino a giugno 2024 e gli incontri che si sono susseguiti hanno fatto emergere le tante differenze tra l'infanzia trascorsa dagli anziani e quella dei bambini di oggi.

In uno degli incontri è emersa forte la differenza di opportunità che i bambini di oggi hanno rispetto a quelli di ieri nel

a cura di **Emanuela Trentini**

poter gustare cibi "esotici" che arrivano da lontano e che una volta non arrivavano nei mercati tradizionali per la vendita al dettaglio.

I bambini hanno così etichettato il tempo in cui sono vissuti i nonni come "quando non c'erano gli ananas" e questo è diventato il titolo di una raccolta di disegni, immagini e racconti che hanno testimoniato l'esperienza fatta assieme conclusasi con una visita a Terlago da parte dei residenti della RSA.

Ancora oggi a distanza di mesi i bambini serbano un ricordo affettuoso dei racconti e delle attività fatte con i residenti tanto che ci hanno inviato una raccolta dei loro disegni dedicati ai "nonni" della RSA.



CARI NONNINI IO VI VOGLIO TROPPO TROPPO BENE
DA Federica



CIAO NONNI! MI SONO DIVERTITO CON VOI E
M'ANCATE DA EMO



ADORAVO I NONNI! ERANO MOLTO GENTILI. CI HANNO RACCONTATO
MOLTE COSE E CI HANNO FATTO PEDERE LE PENNE CHE
USAVANO.



CARI NONNINI, M'E' PIACIUTO STARE CON VOI!
QUEST'ESPERIENZA M'E' PIACIUTA TANTISSIMO!
MARTA



CARI NONNINI, MI PIACEVA COLORARE
CON VOI, MA SOPRATTUTTO MI PIACEVA STARE
CON VOI!



CARI NONNI, SARETE CHE CI MANCATE TANTISSIMO?
E VI VOGLIAMO UN MONDO DI BENE NONNINI!



CARI NONNINI CI SIETE MANCATI
TANTISSIMO VI VOGLIAMO UN MONDO DI BENE
MI E' PIACIUTO TANTO VEDERVI



Un dolce ricordo di Natale

a cura di **Riccardo Camertoni**

Buongiorno a tutte/i, ho il piacere di condividere con voi una dolce memoria legata al Natale. Spesso i profumi e i sapori che riempiono le nostre case in questo periodo dell'anno ci riportano indietro nel tempo, facendoci rivivere momenti di gioia e di affetto. Così, pensando al Natale, mi torna alla mente un'esperienza che custodisco nel cuore, legata a un dolce molto speciale che preparavo con mia nonna Anna. Ogni Natale, quando ero bambino, la casa si riempiva di un'atmosfera magica. Il profumo del fuoco acceso nel camino, l'odore della cannella e delle noci appena sgusciate avvolgevano tutto, creando un ambiente caldo e accogliente. E al centro di tutto c'era lei, mia nonna Anna, con il suo grembiule e il sorriso gentile, pronta a insegnarmi i segreti di un dolce che la sua famiglia preparava da generazioni: l'*Osgnaza*. Forse, molti di voi non avranno mai sentito parlare di questo dolce, e in effetti cercandolo oggi, non se ne trova traccia nemmeno su internet.

L'*Osgnaza* non è un dolce famoso, ma per noi, era qualcosa di prezioso. Mia nonna lo preparava fin da quando era una giovane ragazza, sfollata con la sua famiglia nella cittadina di Šlapanice, in Moravia meridionale, un luogo che per lei rappresentava casa durante i difficili anni della guerra. Ricordo perfettamente quei pomeriggi delle vacanze natalizie scolastiche, quando, insieme a mia nonna e a mia zia, ci sedevamo attorno al tavolo della cucina, pronti per rompere una per una le noci, l'ingrediente principale dell'*Osgnaza*. Era un lavoro meticoloso, quasi meditativo, ma non ci pesava affatto. Ogni noce aperta era un passo più vicino a quel dolce che sapeva di affetto, di ricordi e di famiglia. Mentre

le nostre mani lavoravano, le loro voci si alzavano, e la cucina si riempiva di racconti. Mia nonna e mia zia ricordavano aneddoti del passato, parlavano delle loro giornate a Šlapanice, di come riuscivano a trovare conforto nella semplicità dei gesti quotidiani, anche nei momenti difficili.

Quei racconti mi facevano viaggiare indietro nel tempo, in un'epoca lontana, ma che in quei momenti sembrava così vicina, quasi tangibile. L'*Osgnaza* era un dolce semplice, ma fatto con tanto amore. Il suo sapore era unico, proprio come le storie che accompagnavano la sua preparazione. Ogni morso racchiudeva un pezzetto di storia, una tradizione tramandata di generazione in generazione. E anche se oggi non lo trovo sui libri o sui siti internet, per me rimane uno dei simboli più autentici del Natale della mia infanzia.

Vorrei che anche voi, leggendomi, possiate rivivere quei momenti, magari pensando ai vostri Natali passati, ai dolci che preparavate con le vostre madri o nonne, ai racconti che si intrecciavano con il profumo della pasta frolla o del pane dolce. Quei giorni semplici, passati attorno a un tavolo, mentre fuori l'inverno dipingeva le finestre con il suo gelo, resteranno sempre impressi nei nostri cuori. Il Natale non è solo luci e regali, ma anche, e soprattutto, quei piccoli gesti che ci legano alle persone che amiamo e alle nostre radici. Vi auguro, con questo ricordo, di poter ritrovare un po' di quella magia che, forse, abbiamo messo da parte nel tempo. E chissà, magari quest'anno, attorno al vostro tavolo, potreste riscoprire anche voi il piacere di preparare un dolce che racconta una storia.

Buon Natale a tutti! ■



Casa Melograno.



Uscita al mercato.



Laboratorio di creatività.



Uscita al museo degli Alpini.



Laboratorio di cucina.



Uscita a Terlago.



Laboratorio legno.




Momenti di condivisione.





Laboratorio di manualità





L'Amministrazione ringrazia tutti i donatori che nel 2024 hanno voluto sostenere le azioni e le attività a favore di residenti e utenti dell'Azienda

- contributo per acquisto di materiale ludico a favore dei residenti;
 - contributo per sostegno alloggi protetti;
 - contributo per acquisto sistema ANCELIA e ecografo;
 - donazione di calzature e di televisore per residenti RSA;
 - donazione di dispositivi di protezione (camici) e materiale sanitario (padelle);
 - donazione di deambulatore per ospiti Centro Diurno;
 - donazione per il sostegno all'attività di Musicoterapia.
- 
- 

Grazie!





Pagina del buonumore

9	8			1				2
		7		9	6	8		
6		3		7				9
	7	8	6		9	4	1	
4		9			1		6	3
5								
	3						5	7
		5	1	8		3	9	
			5	3	7	2	8	4

6				4			1	
9		3					2	
	5				7			
	3		2	1	9			4
1	6	2					9	
	7			8		1		2
	4					8		
7	2	6			1	3		
				7				6



Indovinello n. 1

Son spinoso,
ma ho un cuore buono;
d'estate vivo in alto
e d'inverno scendo.
Tu vai cercando quel
che aprendomi perdo.

Indovinello n. 2

Mi trovi se vai
in un posto desolato,
e se parli me
ne sono
già andato.



Indovinello n. 3

La mia vita
nessuno può fermare,
ma in un mese
divento vecchia
e mi devo rinnovare.



ACQUISTO DI IMMOBILI CLASSE **A+** **A** **B**

plust

www.bancapts.it

Mutuo Green.

La tua casa con un'impronta ecologica ridotta.

La scelta sostenibile per te e per il futuro delle nuove generazioni.



SPESE DI ISTRUTTORIA GRATUITE

TASSI DI INTERESSE AGEVOLATI

I nostri valori, la nostra forza.



BANCA PER IL TRENTINO-ALTO ADIGE
BANK FÜR TRENTINO-SÜDTIROL

CREDITO COOPERATIVO ITALIANO

Messaggio pubblicitario con finalità promozionale. Le condizioni contrattuali sono indicate nel documento "Informazioni generali sul credito immobiliare offerto ai consumatori" messo a disposizione del pubblico presso gli sportelli della Banca per il Trentino-Alto Adige e nella sezione "Trasparenza" del sito www.bancapts.it, e nel documento "Prospetto informativo europeo standardizzato", che sarà consegnato al cliente prima della conclusione del contratto. La concessione del finanziamento è rimessa alla discrezionalità della banca previo accertamento dei requisiti necessari in capo al richiedente.