

La scatola dei sorrisi

Il giornalino della RSA di Botticino

Periodico N.9 - Gennaio 2025

Sommario

Introduzione	2
Momenti di socializzazione	3
Progetto educativo “Sperimentiamo la creta”	3
Gli scatti del mese	8
Feste ed eventi	9
Estrazione lotteria	9
Gocce di memoria	11
La cucina del passato	11
L’angolo letterario	13
La filastrocca della Befana	13
Chi è la Befana	14
Proverbi e filastrocche	16
Proverbi sull’inverno	16
Leggende	17
La leggenda dei “Giorni della merla”	17
Consigli	18
L’alimentazione in inverno	18
Compleanni del mese	19
Sostieni la Fondazione	22

Introduzione

Cari lettori,

cogliamo l'occasione per augurare a tutte voi un buon anno, con la speranza che possa regalare felicità e serenità a tutti voi e alle vostre famiglie. Vi ringraziamo per il costante supporto donatoci negli scorsi numeri e ci auguriamo che continuerete anche quest'anno ad appassionarvi ai nostri racconti.

Buona lettura!!!

Le Educatrici

Bruni Ingrid Tira Francesca

Momenti di socializzazione

Progetto “Sperimentiamo la creta”

Gli ospiti della RSA, CDI e APA stanno prendendo parte al Progetto “Sperimentiamo la creta”, un laboratorio creativo realizzato grazie al supporto della signora Milena Bosetti. L’attività prevede la realizzazione di oggetti con la creta inerenti a diverse tematiche a seconda del periodo dell’anno (es. Natale, Carnevale, Pasqua, stagioni) che una volta ultimati possono essere conservati dai nostri ospiti o regalati ai propri cari.

Fasi del progetto:

- Identificazione del tema in base al periodo dell’anno
- Preparazione del materiale necessario
- Spiegazione sull’utilizzo della creta e degli strumenti
- Dimostrazione pratica della modellazione di semplici oggetti

- Modellazione della creta da parte degli ospiti con supervisione della signora Milena e delle Educatrici
- Fase di asciugatura
- Colorazione e decorazione degli oggetti realizzati con apposite pitture

Questo Progetto oltre ad essere molto apprezzato dai partecipanti contribuisce a stimolare la manualità, la motricità fine, la concentrazione, l'attenzione, la creatività aiutando a rafforzare i legami sociali.

Alcune creazioni

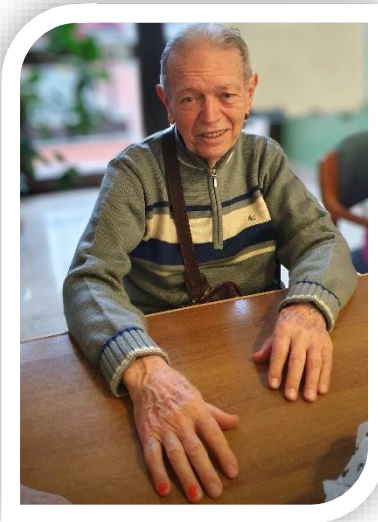
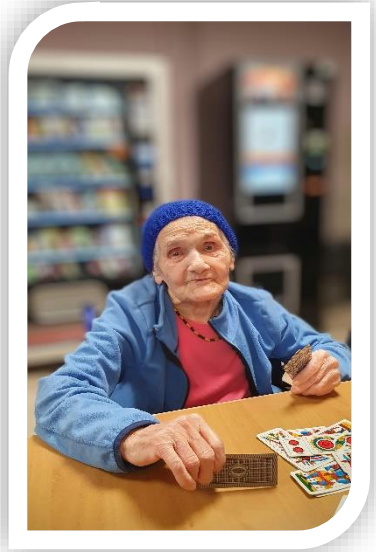
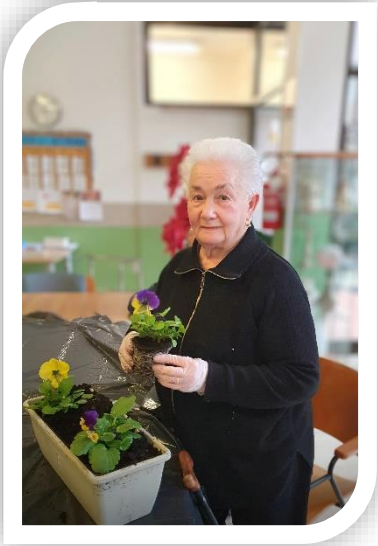


Fasi di realizzazione





Gli scatti del mese



Feste ed eventi

Estrazione lotteria

Nel pomeriggio di domenica 5 gennaio si è tenuta l'estrazione della lotteria natalizia organizzata dall'Associazione dei Volontari. E' un evento particolarmente atteso dai nostri ospiti speranzosi di poter vincere qualche premio, ma soprattutto entusiasti di poter vivere una giornata in allegria. I Volontari si sono impegnati per garantire la buona riuscita della lotteria e della festa finale, rendendo ancora più speciale l'incontro con un rinfresco a base di pizza offerto dalla pizzeria "La vecchia osteria" di Lapi che ci teniamo a ringraziare per aver generosamente contribuito.



Gocce di memoria

La cucina del passato

Alla domanda: “Cosa non vi piaceva?” all’unisono tutti gli ospiti rispondono: “Mangiavamo tutto”.

Cosa non vi potevate permettere?

Il pesce era un lusso. La mamma di Natalina lo comprava da un signore che passava una volta alla settimana. Ma si trattava di pesciolini, le “*aole*”. Le friggeva e le mangiavano accompagnate con un’abbondante polenta poiché non erano molte e non ti avrebbero saziato.

I biscotti: te li facevano vedere solo a S. Lucia se eri fortunato!

Al ristorante si andava?

Certo, ma solo a lavorare come ricorda Natalina.

Una volta c’erano soltanto le osterie e le trattorie. I ristoranti, come li intendiamo oggi, non esistevano. Il pranzo di nozze per esempio si faceva a casa: iniziavano a

cucinare una settimana prima e ci si doveva far prestare le sedie. La domenica poi arrivava la cuoca.

L'alimentazione era determinata da quello che avevi a disposizione non da quello che ti andava di mangiare. Non si buttava nulla: con le uova avanzate si cucinava la ciambella o si vendevano per racimolare qualche soldo.

Si usava molto il baratto, lo scambio dei prodotti: c'è chi, per esempio, portava la legna al fornaio e riceveva in cambio il panbiscotto.

Alle famiglie che avevano la terra e allevavano gli animali non mancava da mangiare. Si aspettava in grazia la domenica per il pranzo "speciale" in occasione del quale si poteva mangiare il pollo o il coniglio. Il ripieno era abbondante così ti saziava; si preparava molta polenta perché non c'erano le porzioni abbondanti dei nostri giorni. Era più la polenta della gallina. Cercavano di fare le parti uguali. Dalla pentola del paiolo si toglievano gli "scaliti". I bambini facevano a gara per gustarli. I muscoli te li facevi lavorando nei campi e mescolando la polenta (*"cana' la polenta"*).

L'uomo era l'addetto alla polenta, all'orto e agli animali. La donna gestiva la casa e svolgeva i lavori *"da donna"* ossia quelli che i mariti non avrebbero mai fatto perché considerati una prerogativa femminile.

L'angolo letterario

La filastrocca della Befana

Esistono moltissime versioni della filastrocca “*La Befana vien di notte*”. Le più famose sono queste due:

*“La Befana vien di notte,
con le scarpe tutte rotte,
col cappello alla romana,
viva viva la Befana!*”

*“La Befana vien di notte,
con le scarpe tutte rotte,
con le toppe alla sottana,
viva viva la Befana!*”

Chi è la Befana

L'origine

Si racconta che i Re Magi in viaggio per Betlemme avessero chiesto informazioni sulla strada ad una vecchia e che avessero insistito perché lei andasse con loro a portare i doni al salvatore. La donna rifiutò, ma poco dopo, pentita, preparò un sacco pieno di doni e si mise in cerca dei Magi. Non trovandoli bussò ad ogni porta e consegnò doni ai bambini sperando di farsi perdonare.



La tradizione

La Befana consegna i doni ai bambini alla vigilia dell'Epifania ossia la notte del 5 gennaio riempiendo le loro calze di dolci, caramelle, frutta secca e giocattoli se si sono comportati bene. A chi non ha fatto il bravo lascia invece carbone o aglio.

Aspetto fisico

La Befana ha l'aspetto di una vecchietta rattoppata dagli acciacchi dell'età e dal freddo, con pochi denti, il volto rugoso e un naso prominente. Indossa una lunga gonna, lisa e rattoppata, e un grembiule; calzettoni pesanti e scarpe comode. Sulle spalle porta uno scialle di lana e in testa un fazzolettone di stoffa pesante. Ha sempre una scopa che usa per appoggiarsi o per volare; è solita cavalcare la scopa al contrario.

E' ricoperta di fuliggine perché entra nelle case attraverso il camino. Porta sempre sulle spalle una borsa, un sacco o un cesto pieno di regali.



Proverbi e filastrocche

Proverbi

“La neve di Gennaio riempie il granaio”

“Sotto la neve pane, sotto la pioggia fame”

“All’inverno piovoso, l’estate abbondante”

Filastrocca del primo gelo

Di Gianni Rodari

Filastrocca del primo gelo

Gela la neve caduta dal cielo

Gela l’acqua del rubinetto

Gela il fiore nel suo vasetto

Gela la corda del cavallo

Gela la statua sul piedistallo

Leggende

La leggenda dei “Giorni della merla”

I giorni della merla sono gli ultimi tre giorni di gennaio ossia il 29, 30 e 31 e vengono considerati i più freddi dell’anno. Secondo il detto popolare se in queste giornate fa caldo la primavera tarderà ad arrivare, se invece fa freddo la primavera sarà bella.

La leggenda racconta che una merla per proteggere i suoi piccoli intirizziti dal freddo si rifugiò dentro un comignolo. Il primo febbraio ne uscì grigia a causa della fuliggine.



Consigli

L'alimentazione in inverno

In inverno le temperature rigide determinano un maggior dispendio di energia da parte del nostro organismo per mantenere il calore corporeo. Il freddo riduce il senso della sete aumentando il rischio di disidratazione. Bisogna bere almeno due litri di acqua al giorno, magari privilegiando bevande calde ma non zuccherate. E' un errore pensare che gli alcolici a più alta gradazione scaldino: fa sempre male berli in qualsiasi momento dell'anno.

L'alimentazione deve essere equilibrata, completa e varia anche in inverno. Bisogna consumare cibi di stagione evitando cibi troppo grassi e limitando i dolci. Sono consigliate in particolare:

Verdure invernali: cavoli, broccoli, carote, patate, zucca, spinaci e catalogna.

Frutti invernali: mele, pere, cachi e agrumi (arance, pompelmi, clementine, mandarini, limoni).

Compleanni del mese



Mariarosa
78 anni



Pierina
91 anni



Maria
84 anni





Natalina
90 anni



Elena
83 anni



Agnese
92 anni





Stefano
74 anni



Andrea
81 anni



Leonida
98 anni



Silvana
89 anni



*Una piccola gesto,
un grande aiuto!*

DONA IL TUO

5 ~~**x**~~ **10000**

**FONDAZIONE CASA DI
RIPOSO PER ANZIANI DI
BOTTICINO ONLUS**

Codice Fiscale 80048980173

Appuntamento al prossimo numero



*Per restare sempre aggiornati segui la nostra
pagina Facebook:*

***“Fondazione Casa di Riposo per Anziani di
Botticino”.***