

# SerenaMente

Periodico della Fondazione E. Germani a cura degli ospiti del Centro Diurno SerenaMENTE - n. 8



Il periodico del  
Centro Diurno SerenaMENTE



IL MESE DI AGOSTO E' TENDENZIALMENTE ASSOCIATO AL GIORNO DI FERRAGOSTO

---

# FERRAGOSTO..

*di Alberto Morandi*

Fin dall'antica civiltà romana il mese di agosto è sempre stato contrassegnato da un periodo di pause lavorative. Ai giorni nostri invece, il mese delle vacanze è agosto poiché a metà mese esatto cade la giornata di Ferragosto. In questo mese troviamo una delle più importanti feste della chiesa, che ogni comunità, parrocchia o comune si è dato per particolari celebrazioni, ad esempio nella nostra parrocchia sono presenti San Lorenzo e San Rocco. Mi ricordo un avvenimento chiamato "la sagra dei corvi" che dura ben cinque giorni nel comune di Solarolo Monasterolo in dialetto "Sularol del Curganc". In queste serate estive vi sono concerti che invitano alla convivialità e il tutto sempre accompagnato dalla buona cucina che non deve mancare mai.

Nei pressi di Mantova invece non si può dimenticare cosa succede in questo periodo a Grazie di Curtatone, un piccolo borgo sulle sponde del Mincio, dove ogni anno si ripete la tradizione di venerare la Madonna con una festa, l' Antichissima fiera delle Grazie, all'ombra del Santuario della Beata Vergine delle Grazie. Era l'11 agosto 1425 quando Gian Francesco Gonzaga, marchese di Mantova dichiarò il piazzale antecedente il santuario della Beata Vergine luogo di libero mercato di merci. Da allora ogni ferragosto, viene allestita la Fiera delle Grazie, un buon connubio tra sacro e profano, dove viene allestito un importante laboratorio artistico all'aperto. Dal 1973 "Madonnari" da tutto il mondo dipingono con gessetti colorati sull'asfalto creando grandi riproduzioni di quadri famosi di arte sacra o immagini di propria fantasia.

Non possiamo dimenticare la festa più importante: l'Assunzione della Beata Vergine in cielo, detta la festa dell'Assunta. Sono convinto che la chiesa sia arrivata con qualche secolo di ritardo a proclamare l'assunzione in cielo della Beata Vergine, ne parlò nella Divina Commedia Dante Alighieri nel 1300 indicandola già come l'anello di congiunzione tra l'essere umano e Dio, infatti usa questi versi: "(canto 33 esimo) Vergine, madre figlia del tuo figlio, umile e alta più che creatura, termine fisso d'eterno consiglio, tu se' colei che l'umana natura nobitasti si', che l'suo fattore non disdegnò di farsi sua fattura". (Dogma di Pio xii sull'assunzione in cielo di Maria e incoronata regina del cielo e della terra ).

Infine credo che ogni comunità che concentra dal 10 al 20 agosto la celebrazione della propria festa paesana non possa prescindere dal 15 agosto, giorno in cui si festeggia l'Assunzione.



# **IL 15 AGOSTO UNA DATA IMPORTANTE A CUI NON TUTTI DANNO LA STESSA IMPORTANZA**

Al giorno d'oggi si è perso il vero significato del perché si festeggia questo giorno, è tradizione che il Ferragosto si trascorra con amici e parenti dove si fanno pranzi al sacco, gite fuori porta, grigliate, falò, fuochi d'artificio e tanti bagni, una volta si andava a Po o sulle "sariole" l'acqua era pulita a differenza di oggi, adesso si va al Lago, al Mare o in Montagna.

Per noi è il giorno dedicato alla Madonna, al momento in cui Maria fu accolta in cielo.

Ricordiamo che proprio in occasione di questa giornata, la statua della Madonna veniva portata sul fiume Po con la barca, e da tradizione era un punto di ritrovo per festeggiare questo momento.

Altro importante avvenimento che si festeggia nel nostro territorio in questa data dedicata alla Madonna è la festa delle Grazie.

In alcuni paesi si organizzano feste con balli e spettacoli vari, alcuni di voi ricordano i burattini per i bambini, mentre i vostri figli e nipoti oggi amano andare al mare.

Proponiamo alcuni ricordi estivi dei nostri ospiti relativi alle sagre di paese

Nella: ad agosto si canta, balla e soprattutto il liscio, mi piaceva tantissimo.

Rosanna: vi è la festa dell'Unità e aiutavo sempre in cucina per una settimana

Carla ed Aldo: la proloco organizzava delle feste al parco con serate in cui si poteva mangiare la torta frita, erano serate in cui si poteva stare in compagnia ed in paese c'era un bel movimento.

Guidella: ricorda la festa degli asini, una corsa cavalcando gli asini e si svolgevano giochi divertenti.

Matilde: mi piaceva mangiare gli gnocchi per San Rocco, fare gare di briscola, andare a pescare, le feste che venivano organizzate nei paesi duravano una settimana e venivano anche tante persone dai paesi accanto.

Anche a Luigi piaceva ballare e cantare per una settimana, c'erano i film all'aperto e si giocava tanto a carte.



# Olimpiadi : meglio partecipare che vincere?

di Alberto Morandi

Credo che uno dei pochi avvenimenti conosciuto in tutti i continenti e quindi tra quasi tutti gli abitanti della nostra terra, siano le Olimpiadi. Ricordo le prime che vidi, svoltesi nel 1960 a Roma, mi lasciarono un ricordo finora indelebile nella mia mente così come lo spirito olimpico: l'importante non è vincere, ma partecipare. Infatti ogni paese partecipa alle olimpiadi con i propri migliori atleti, ben sapendo che in ogni sport trionfa un atleta solo, eppure per lo spirito olimpico tutti vorrebbero farne parte. Questo concetto della partecipazione mi porta a pensare alla fratellanza che dovrebbe unire ogni popolo. Le olimpiadi sono presenti ogni 4 anni ed in ogni occasione ogni stato che le organizza presenta, oltre ad i migliori atleti , anche tutti i pregi del proprio paese. Basta vedere le ultime olimpiadi di Parigi dove la Francia volle approfittare dello svolgimento di esse per mostrare i pregi e bellezze della capitale francese. Recentemente dopo ogni olimpiade, ogni paese decise di organizzare anche le Paraolimpiadi, ovvero i giochi olimpici riservati ai disabili: che portano lo stesso concetto di unione tra i popoli ma soprattutto tra le persone. Concludendo si può benissimo affermare quanto i Giochi Olimpici trasmettano il famoso concetto che nella vita l'importante è partecipare e non vincere e quanto sia importante la partecipazione ed inclusione sociale indipendentemente dal risultato.

## DI SEGUITO ALCUNE FOTO DEI NOSTRI GIOCHI OLIMPICI: BOWLING E PROVE DI LANCIO





## Uscita a San Daniele po

Il grande caldo di questa estate ha seccato parte del nostro orto situato sulla terrazza, quindi insieme ad un gruppo di ospiti del centro diurno ci siamo recati a San Daniele Po all'ortofloricoltura FLORELP.

Qui siamo stati accolti dalla gentilissima Lorena, figlia della nostra Bruna, ci ha consigliato e guidato nella scelta delle nostre piantine, abbiamo poi fatto un tour del vivaio ed ammirato fiori e piante.



**GIUSEPPE, NELLA, ROSANNA, GUIDELLA E  
LUIGIA**





# IL CALDO NOI LO COMBATTIAMO COSÌ:

**Un mare di energia**



Un posto così



Le donne del CDI hanno sempre indossato il costume intero! a differenza delle ragazze più giovani che usano il bikini!



Tante foto da far vedere a parenti e amici. Tante foto, tante...



la famiglia vince perché punta sul "noi"

La vacanza in famiglia è un momento bellissimo di gioia e serenità, di riposo, di buona cucina davanti a paesaggi bellissimi.

Il mare è per tutti, fa bene ai piccoli e anche ai nonni. Allora DOLCI, RUBICOLA SASSI, SOSTENGA IL SISTEMA IMMUNITARIO.



**VIA ALL'ESTATE!**

qualcuno preferisce il mare... altri la montagna!

Carla: ama il clima dei monti (l'ADUCA)  
Dora: adora la montagna (e il rilassante)  
MARIA: senza dubbio il mare (guarda i colori del mare)  
Nella: MARIA ama lo splendore di sera, il cielo e il tramonto.

Irresistibile voglia di viaggiare.

**Forte Village**



I solari che amano la tua pelle



la pelle deve essere protetta dai raggi solari!  
Anche gli occhi vanno protetti!

UNA FAVOLA VERDE

Bisogna riparare la Testa del sole quando picchia forte! ☺



Indossare calzature aperte e far respirare i piedi! ...



Ricordiamoci di bere tanta acqua per non disidratarsi!!



Preferire frutta e verdura...



Sara insieme al prezioso aiuto dei nostri ospiti ha creato due splendidi cartelloni per ricordarci i preziosi consigli da seguire durante il periodo estivo.



# I nostri gnocchi di S. Rocco

## Ingredienti per il sugo:

- Pomodori
- Olio Evo
- Cipolla di Tropea
- Basilico fresco
- Dado di carne
- Vino bianco secco

## Ingredienti per impasto degli gnocchi:

- 500 gr di patate
- 1 kg di farina
- 1 uovo
- Ananas 150 g
- Sale q.b.
- Formaggio grattugiato

## Procedimento:

Per fare un buon sugo al pomodoro bisogna usare la qualità di pomodoro Perino o Datterino. Si parte facendo un buon soffritto di olio e cipolla di Tropea, poi si aggiunge la passata di pomodoro, una manciata di basilico fresco, un pizzico di dado di carne e si tiene sul fuoco per circa 30 minuti a fuoco lento, infine sfumare con il vino bianco secco.

Una volta che il sugo è pronto si comincia a preparare gli gnocchi.

Si comincia mettendo su un tagliere di legno la farina, il sale, l'uovo intero, acqua e volendo per chi piace un pizzico di noce moscata, le patate precedentemente fatte bollire e schiacciate. (Usare le patate di pasta bianca, devono essere immerse con la buccia, una volta cotte devono essere pelate ancora calde, schiacciarle poi con lo schiacciapatate.)

Si impasta il tutto creando un nel panetto ben compatto. Si prende un pezzetto dell'impasto e si crea una striscia rotonda dal diametro di circa 1,5-2 cm. Poi si tagliano con la forchetta se si vuole la forma rigata o con il pollice se si vuole la forma liscia.

Mettere poi a bollire l'acqua in una pentola alta, quando prende bollore si sala e si aggiunge un filo d'olio così quando verranno immersi gli gnocchi non si attaccheranno. Quando inizieranno a galleggiare vorrà dire che sono pronti. Mettere gli gnocchi cotti in una zuppiera e aggiungere il sugo di pomodoro caldo con una abbondante spolverata di grana e basilico fresco.

E che dire ora? Ci è venuta l'acquolina in bocca, quindi buon appetito!!!



# I GIRASOLI: SIMBOLO DELL'ESTATE



Le nostre signore hanno dipinto come il celebre Vincent Van Gogh i girasoli, ovvero i fiori simbolo dell'estate.

Qualcuna di loro ha scelto la tecnica dell'acquerello, altre le tempere o i pastelli.

Dare sfogo alla fantasia e alla creatività ha dato ottimi risultati



# L'oroscopo di Sara



## Ariete

Marte e Venere vi daranno giorni esplosivi, preparatevi al botto! Nel frattempo godetevi il meritato relax. Novità in arrivo.

## Toro

La Luna è pronta per portarvi notizie buone è il vostro momento prendetevi le vostre rivincite in amore e in amicizia.

## Gemelli

Questo è un periodo molto felice per voi i pianeti vi sorridono e la vostra vita si arricchirà di amore e gioia.

## Cancro

Giove si è stancato di essere buono con tutti, preparatevi ad incassare i suoi colpi. Consolatevi con qualche gelato in più per farvi una coccola.

## Leone

Si prospettano giorni buoni, qualche notizia inaspettata, un breve viaggio per rilassare mente e corpo.

## Vergine

Spese, bollette ecc..., ma quanto è cara la vita!! Risparmiare un po' sulle cose superflue..., ma la vita non è una sola?!!

## Bilancia

I pianeti vogliono farvi un regalo, ma voi siete molto impegnati tanto da non accorgervi. Settimana molto buona sotto ogni aspetto.

## Scorpione

Per i nati sotto questo segno solo cose belle, tanto relax con la famiglia e gli amici. Un invito speciale. Prudenza con gli estranei.

## Sagittario

Sole e Plutone litigano con tutti e voi ne sentirete gli effetti. Qualche malanno di stagione che si risolverà presto. Una telefonata speciale in arrivo.

## Capricorno

Visite in programma per voi. Niente paura il vostro segno è sempre pronto a tendervi la mano e a togliervi dai guai. Una sorpresa vi renderà felici.

## Acquario

La stanchezza si fa sentire, ma la vostra forza di volontà vi farà reagire al meglio. Armatevi di tanta pazienza.

## Pesci

Dove scappano questi pesciolini? avete ancora voglia d'estate! Allora godetevi il meritato riposo. Un invito da parte di amici in arrivo per voi, l'invidia è dietro l'angolo diffidate da certi soggetti.



# NEL MESE DI AGOSTO ABBIAMO FESTECCIATO:



**Buon compleanno Alberto**



**Auguri a Rocco**



**Tanti auguri Pina**

Hanno collaborato alla realizzazione del giornale i signori e le signore del Centro Diurno e tutta l'equipe del centro.

Il Centro Diurno SerenaMENTE è un servizio socio-sanitario semiresidenziale che si configura come luogo di assistenza e cura nelle ore diurne. L'obiettivo è quello di promuovere la qualità della vita, tutelare la sicurezza e salvaguardare la dignità della persona.

Per informazioni chiamare il Centro Diurno al numero [0375-9602256](tel:0375-9602256).