

Il Giornalino di Alice

Anno 1 Numero 6

27 aprile 2023

Ama la tua Terra



Cristina G.

SOMMARIO

- APRILE , UN MESE DI "PASSAGGIO" PAG. 3-4
- COSE DEL NOSTRO MONDO..... . PAG. 5-6-7
- LA CLASSE NON È ACQUA..... PAG. 8
- FANTASTICO OROSCOPO..... PAG. 9
- ON THE ROAD..... PAG. 10
- LE NOTE MISTERIOSE..... PAG. 11
- MANGIA BENE, VIVI SANO..... PAG. 12
- LA CUCINA DI RAFFAELLA..... PAG. 13
- IL LABOARTORIO DELLE CURIOSITA' PAG. 14
- IL MIO CANTO LIBERO..... PAG. 15 -16 -17
- LA FUNZIONE PATERNA.....PAG. 18 - 19

APRILE, UN MESE DI “PASSAGGIO”

“Aprile, ogni goccia un barile”, direi che quest’anno abbiamo fatto *l’en plein*. Il risultato è già visibile e lampante ai nostri occhi, la natura è rigogliosa e sembra che il canto degli uccelli sia più vigoroso che mai.

Il nostro territorio, così florido a livello naturalistico, dovrebbe essere tutelato per garantire l’equilibrio di un patrimonio incalcolabile che ci permette di vivere e proliferare.

Senza quest’acqua, quest’aria che respiriamo fresca e leggera, senza i nibbi che sorvolano le nostre case, senza gli insetti che si stanno già dando un gran da fare, senza i pollini, senza questi alberi verdi e forti anche noi non ci saremmo più.

Nella nostra comunità durante i laboratori, ci siamo occupati della sensibilizzazione dei nostri ospiti circa il tema della tutela del Pianeta.

Abbiamo cercato di comprendere come si garantisce la tutela della natura nei nostri singoli e piccoli gesti quotidiani, osservando e ammirando quella stessa natura che si vede dalle nostre finestre, la stessa che respiriamo nelle passeggiate con i nostri ospiti.

Molti di loro trovano benefico il contatto con l’elemento naturale, sentendosi come liberati dal peso di ciò che portano dentro.

È pur vero che il mese si è prestato particolarmente allo scopo, la Pasqua e la Liberazione hanno rappresentato dei momenti di incontro e di riflessione, all’interno della nostra grande famiglia che è il Giardino di Alice.

Pasqua dal verbo biblico “Pāsaḥ”, «passare oltre», ha rappresentato anche per noi del Giardino un momento di passaggio, di superamento.

La partecipazione diretta dei nostri ospiti all’evento Jesus Salvator Mundi, in occasione della Via Crucis di Acerenza, ha fatto vivere momenti ricchi di emozione e speranza per il futuro, e il divertimento non è mancato.

Il nostro obiettivo è anche il riconoscimento ed il superamento del “problema” che a volte induce l’ospite ad una vita ai margini della società, onde non sia possibile il “passaggio”, il superamento, noi cerchiamo di trovare un equilibrio che prima riavvicini l’ospite alla società e poi lo faccia partecipare attivamente di tutti i suoi meccanismi.

Per culminare nella “liberazione” da ciò che opprime, abbiamo festeggiato insieme l’anniversario della liberazione d’Italia il 25 Aprile. Una giornata di temperature piacevoli, di sole e di buone vibrazioni, un momento di giovamento per tutti noi del Giardino che continuiamo così grintosi il nostro cammino e continuiamo a sperare di allietare il lettore, di fargli compagnia nell’avvicinarsi delle stagioni e di sensibilizzarlo alle problematiche psichiatriche che dilagano in ogni dove.

Vi aspetto al prossimo numero.

Un saluto

Raffaella Puzziferri, direttrice del Giornalino di Alice

IL TRASCORRERE DEL TEMPO SUL NOSTRO PIANETA

Come si evince dall'immagine della copertina, è proprio il caso di dire che noi esseri umani e soprattutto tutti coloro che sono al potere in ogni angolo del mondo, dovrebbero oramai aver compreso di tenersi stretto il proprio habitat.

L'industrializzazione avvenuta lo scorso millennio, il continuo sfruttamento delle risorse naturali, il disboscamento, hanno compromesso inevitabilmente la tenuta del suolo, indebolendo le coste, sciogliendo i ghiacciai con altissimo pericolo per il conseguente inondamento dei mari.

In questi ultimi anni abbiamo assistito a manifestazioni atmosferiche che un tempo erano rare, oggi invece sono molto presenti.

Purtroppo c'è chi predilige lo sviluppo e il progresso economico alla prevenzione e salvaguardia del nostro Pianeta.

Il buco nell'ozono, ha già fatto sì che il clima sull'intero pianeta cambiasse, meno precipitazioni e più siccità, portando critiche conseguenze sull'agricoltura e quindi su ciò che mangiamo.

L'aria che respiriamo non è più la stessa dei tempi ormai remoti. La natura, ogni tanto si ribella ed invia catastrofi climatiche peggiori o quasi, di eventi bellici, lasciando dietro di sé, morti e distruzione. È importante che ognuno di noi si impegni nella tutela dell'ambiente, per far sì che ci sia un futuro migliore che non metta a rischio l'intero Pianeta e il genere umano. Nella speranza che qualcosa possa davvero cambiare, auspico a tutti un futuro sereno.

Stefano



La Terra ha bisogno di noi. È la nostra casa e ci fornisce le risorse per vivere. Se lei sta bene, noi stiamo bene: è un assunto tanto semplice quanto fondamentale per il futuro., quindi siamo chiamati a rispettarla e tutelarla con gesti quotidiani. I cambiamenti climatici ci sono sempre stati, nella storia del Pianeta., ma il riscaldamento climatico a cui assistiamo da circa 150 anni è anomalo anche perché innescato dall'uomo e dalle sue attività. Il riscaldamento globale è un fenomeno causato dall'aumento di emissioni di anidride carbonica ed altri gas che riscaldano l'atmosfera, dando origine al cosiddetto "effetto serra". Tutto questo porta ad un aumento delle temperature che, con gli anni, potrebbero arrivare a sciogliere gli enormi ghiacciai del polo nord - processo già in atto - con un conseguente aumento del livello del mare, che porterebbe a gravi inondazioni in molti paesi e la scomparsa di molte isole. Come cittadini, potremmo contribuire a ridurre l'emissione globale di gas serra, modificando ad esempio il nostro stile di vita. Evitando sprechi, si può pensare, ad esempio, ad evitare l'uso delle vetture brevi tratti e percorsi, utilizzando invece la bicicletta. Importante mi sembra anche la scelta di elettrodomestici a basso consumo e quella di usare l'energia solare. Queste sono solo alcune delle tante cose che si potrebbero fare e contribuendo tutti insieme si potrebbe ridurre il progressivo aumento di questo fenomeno.

Michelangelo e Davide V.

I MIGRANTI



Da diversi anni e soprattutto dopo la caduta del muro di Berlino, si è posta l'attenzione comune sulla problematica dei migranti in arrivo in Italia e negli altri Stati Europei.

Queste persone, purtroppo, sono spinte ad approdare sulle nostre coste, da situazioni difficili negli Stati di provenienza.

Sarà la fame, saranno le carestie, saranno le tante guerre? Di certo ogni anno almeno in Italia arrivano 20/25.000 migranti.

Molti di essi partono dalla Libia o dalla Tunisia, altri dalla via Balcanica o dalla Turchia verso il Mediterraneo. Una volta giunti, vengono destinati nei centri dove spesso vengono anche maltrattati.

Dopo un periodo vengono smistati nei vari Stati dell'Unione ed in realtà solo una parte minoritaria resta in Italia. Buona parte di chi rimane si avvia al lavoro, quasi sempre nell'agricoltura o nel settore edile. Altri invece scelgono la via più breve che conduce all'illegalità commettendo spaccio, rapine ed altri reati. Dobbiamo pensare che dopo la globalizzazione oltre alle merci, anche gli individui si sono spostati intorno alla nostra amata terra.

Oramai la società attuale è multietnica e multirazziale, soprattutto è importante ricordare che questo pianeta appartiene a tutti allo stesso modo. Non dobbiamo essere ostili verso chi fugge dalle disgrazie, non dobbiamo sentirci superiori e soprattutto dobbiamo rispettare per essere a nostra volta rispettati

Antonio V.

I COLORI DI TENDENZA

Iniziamo con i colori di tendenza. Anche quest'anno alcune tonalità che abbiamo visto nel duemilaventidue tornano sulla scena, il duemilaventitrè sarà segnato da colori metallizzati, e non solo.

I primi a venirci in mente sono l'oro e l'argento seguiti dal blu ardesia oppure il viola, nominato il colore dall'anno. Giallo sole, verde fluo, nude, grigio perla, rosso, sono i colori predominante di questa primavera/estate 2023.

In primavera come si risveglia la natura così fa la moda, e con le sue sfilate, quest'anno i colori segnano un nuovo percorso mettendo insieme tradizione ed innovazione.

Tanti sono i colori sulle passerelle primavera/estate, sbocciano outfit che hanno i colori dei fiori, del sole e del mare. Le sfilate invitano ad una sperimentazione del total look, alternando oltre ai colori, i vari tessuti.

I colori di questa primavera/estate evocano romanticismo e dolcezza, si pensi al rosa pesca, uno dei colori di punta, da sempre considerato un colore da cerimonia, in questa stagione assume un carattere più strong.

Con tutti questi colori, in questa stagione, ognuno troverà con estrema facilità ciò che si può adattare al proprio look quotidiano. Alla prossima passerella.

Ilenia e Valentina

OROSCOPO DI APRILE

Ariete: cambiate mentalità per costruire ricchezza interiore.

Toro: le situazioni cambiano nel momento in cui cambi tu.

Gemelli: l'equilibrio è la base su cui costruire una relazione stabile.

Cancro: impara a gestire nuove responsabilità.

Leone: nuove esperienze cambiano la tua via di casa.

Vergine: riconosci i tuoi successi, avanti tutta.

Bilancia: un passo a due per migliorare le tue finanze.

Scorpione: segui le tue trasformazioni, e sarai più positivo.

Sagittario: troverai il piacere per un equilibrio interiore

Capricorno: porta la felicità. Un incontro porterà energia creativa.

Acquario: sarà un mese delicato, con tanti cambiamenti in famiglia.

Pesci: in amore e in amicizia tutto andrà bene, il lavoro porterà risultati.

Laura e MariaGiovanna

JESUS SALVATUR MUNDI



Il 2 Aprile, noi ospiti e alcuni operatori della comunità de il Giardino di Alice abbiamo partecipato alla sacra manifestazione: Jesus Salvatur Mundi, la storia che ha cambiato la storia” e abbiamo interpretato il ruolo di sei discepoli e di alcuni partecipanti alle nozze di Cana. Prima della manifestazione, durante la Quaresima abbiamo fatto una serie di prove, incontrandoci di sera. Il giorno della manifestazione, indossando i costumi storici, ci siamo riuniti in Largo Gianturco, dove abbiamo assistito come folla all’annuncio di Giovanni e al Battesimo di Gesù. In seguito sono state celebrate le Nozze di Cana, dove noi della comunità eravamo i protagonisti. I membri della comunità che hanno interpretato il ruolo di partecipanti alle nozze di Cana dopo l’evento hanno continuato la manifestazione come membri della folla, mentre i discepoli hanno continuato ad essere protagonisti alle “beatitudini”. In piazza Arnaldo abbiamo atteso Gesù in groppa ad un asinello, poi si è svolta la scena dell’ultima cena, e dell’orto degli ulivi, e infine l’arresto di Gesù, e la via crucis per le vie storiche del paese , fino a raggiungere Via delle Cantine, dove si è svolta la scena della crocifissione. I membri della comunità che hanno interpretato il ruolo dei discepoli, hanno assistito e partecipato alla Sacra Messa del Giovedì Santo, celebrata in cattedrale dal Vescovo della Diocesi di Acerenza, dove lo stesso Vescovo ha effettuato la lavanda dei piedi. Un’esperienza che non dimenticheremo mai.

Michelangelo

IL 25 APRILE, LA LIBERAZIONE E LA RESISTENZA.

“Cittadini, lavoratori! Sciopero generale contro l’occupazione tedesca, contro la guerra fascista, per la salvezza delle nostre terre, delle nostre case, delle nostre officine. Come a Genova e Torino, ponete i tedeschi di fronte al dilemma: arrendersi o perire”.

Queste furono le parole pronunciate da Sandro Pertini nel 1945 durante l'insurrezione di Milano a seguito dei vari eventi di liberazione dal nazifascismo, Bologna, il 21 aprile, Genova il 23 e qualche giorno dopo anche Venezia, il 28 aprile.

La musica italiana, e non solo, ha sentito nel corso della sua storia l'esigenza di ricordare quel momento, di raccontarlo con verità e rispetto verso una data tanto cruciale e significativa per la storia italiana. D'accordo, abbiamo i canti della Resistenza, ma negli ultimi 25 anni gli artisti italiani hanno scritto pezzi originali per raccontare la liberazione e la lotta al nazifascismo. Ecco qualche esempio, dai C.S.I. ad Appino. Ci sono 10 canzoni emozionanti dedicate al 25 Aprile: Bella ciao, di Giorgio Gaber ,il canto principe della resistenza, cantato ovunque in ogni parte del mondo; La notte di San Severo; Casa del Vento; La pianura dei sette fratelli; Il partigiano John degli Africa Unite; Oltre il ponte dei Modena CityRamblers; Partigiani; Fischia il vento; La guerra di Piero di Fabrizio De Andrè; Quel giorno di Aprile di Guccini. Attraverso la musica riusciamo a rivivere le emozioni che hanno accompagnato un momento storico importante per il nostro paese.

Piero e Fabio

LA TAVOLA AD APRILE



Giunti in questo mese , non possiamo che parlare di alcuni cibi presenti su migliaia di tavole, e di cui molti purtroppo, sono ignari delle innumerevoli proprietà benefiche ...

Aprile è il mese delle fragole e dei kiwi, frutti alleati per la nostra salute, disintossicanti e depurativi per l'organismo, oltre che molto gustosi e rinfrescanti.

Le fragole in particolare , fanno bene al cuore e alla pelle, sono drenanti e depurative, hanno proprietà antiossidanti e antitumorali, rinforzano il sistema immunitario e sono ricchezza di vitamina C.

I kiwi, invece, rinomati in quanto fonte di potassio e fibre, sono un ottimo rimedio naturale, che noi oseremo dire "della nonna", per combattere la stitichezza e mantenere la naturale regolarità in quanto frutto ricco di fibre.

Non ci resta quindi che gustare questi frutti, dopo pasto o a merenda , come succo realizzato con l'estrattore e per i più golosi come farcitura di una bella crostata.

Al prossimo numero amici.

Antonio e Roberto

TORTA PASQUALINA

Ingredienti per 6 persone

Pasta sfoglia: 2 rotoli

Spinaci: 450 g

Ricotta: 250 g

Uova:

Parmigiano grattugiato: 90 g

Sale: q.b.

Pepe: q. b.

Noce moscata: q.b.

Uova sode: 4

Lessate gli spinaci in acqua leggermente salata e bollite le uova per 10 minuti. Quindi mettetele in acqua fredda per qualche minuto, sgusciatele e tenetele da parte. Fate raffreddare gli spinaci e strizzateli bene, sminuzzateli con il coltello e in una terrina uniteli alla ricotta. Aggiungete le 3 uova, il parmigiano, aggiustate di sale e pepe e, se vi piace, aggiungete la noce moscata. Prendete la teglia, mettete all'interno la farcia e livellatela con un cucchiaio quindi adagiate sopra le uova sode e chiudete con l'altro rotolo di pasta sfoglia. Sigillate bene e spennellate la superficie con il tuorlo di un uovo sbattuto con un po' di latte. Infornate a forno caldo a 180°C per 35 /40 minuti in forno statico, se utilizzate il ventilato abbassate a 160°C. Buon appetito .



Chef Raffaella

PRIMO APRILE.....PESCE D' APRILE

La tradizione del pesce di aprile è nata in Francia nel 1500 e poi si è diffusa in Europa.

La tradizione francese prese allora il nome di “poisson d'Avril” ovvero pesce di aprile in riferimento ai pesci che abboccano all'amo, metafora dei creduloni che credono facilmente alle bugie e agli scherzi.

Un'altra teoria, invece, sottolinea come ci sia un legame tra il 1 aprile e il segno zodiacale dei pesci in cui è collocata questa data.



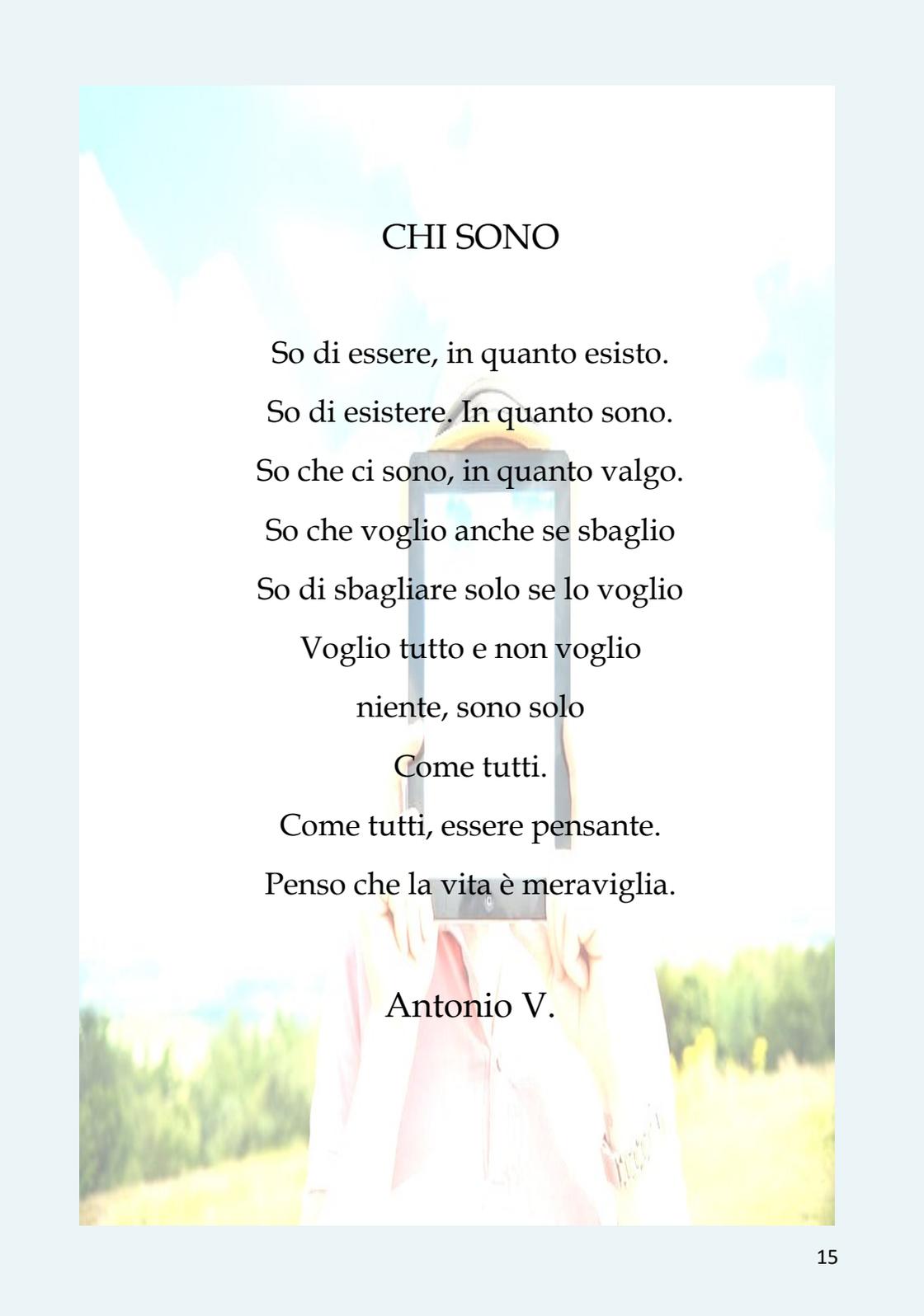
PERCHÉ QUESTO MESE SI CHIAMA APRILE?

Non si sa con certezza perché questo mese abbia questo nome, ma sappiamo che i romani lo chiamavano “Aprillis”.

L'etimologia dietro la parola “aprile” deriva dal verbo “aperire” che significa “aprire”.

Si ritiene che la parola si riferisca alla stagione degli alberi e dei fiori che iniziano ad “aprirsi” o fiorire.

Mario e Luigi



CHI SONO

So di essere, in quanto esisto.

So di esistere. In quanto sono.

So che ci sono, in quanto valgo.

So che voglio anche se sbaglio

So di sbagliare solo se lo voglio

Voglio tutto e non voglio

niente, sono solo

Come tutti.

Come tutti, essere pensante.

Penso che la vita è meraviglia.

Antonio V.

RISORTO

Risorto dalla nebbia del tempo comune,
risorto dopo la passione
la terra guarda a Lui,
Signore di questo mondo.
La Pasqua è rinascita.
Dopo l'inverno,
la Pasqua ti avvia verso
la luce.

Noi siamo solo poveri umani
E siamo quello che vogliamo essere.
Lui era invece, era il Salvatore,
e non un semplice dottore
lui invece era la verità
e non queste menzogne quotidiane.
Vedremo oltre in confine del Calvario,
saremo esseri che finalmente esistono.

Antonio. V.



Aprile dolce dormire
E vai a dormire
Con il nuovo risveglio
Tutti pronti per quello che verrà.
Poi c'è Pasqua.
Quanto è bella
con le uova colorate
molto buone da mangiare.
Per poi metterti a dieta
per l'estate che verrà
Con più grinta dopo il riposo di aprile
che pian piano se ne va.
La stanchezza che ha portato.
La stanchezza che ha portato.
Ilaria S.

LA FUNZIONE PATERNA

Perché parlare del padre? Spesso si parla di madri, che nel bene e nel male, condizionano la vita di un figlio sottovalutando, però, l'enorme importanza che invece ha la funzione paterna. Certamente il ruolo del padre è negli anni fortemente cambiato e, secondo me, non sempre in modo positivo.

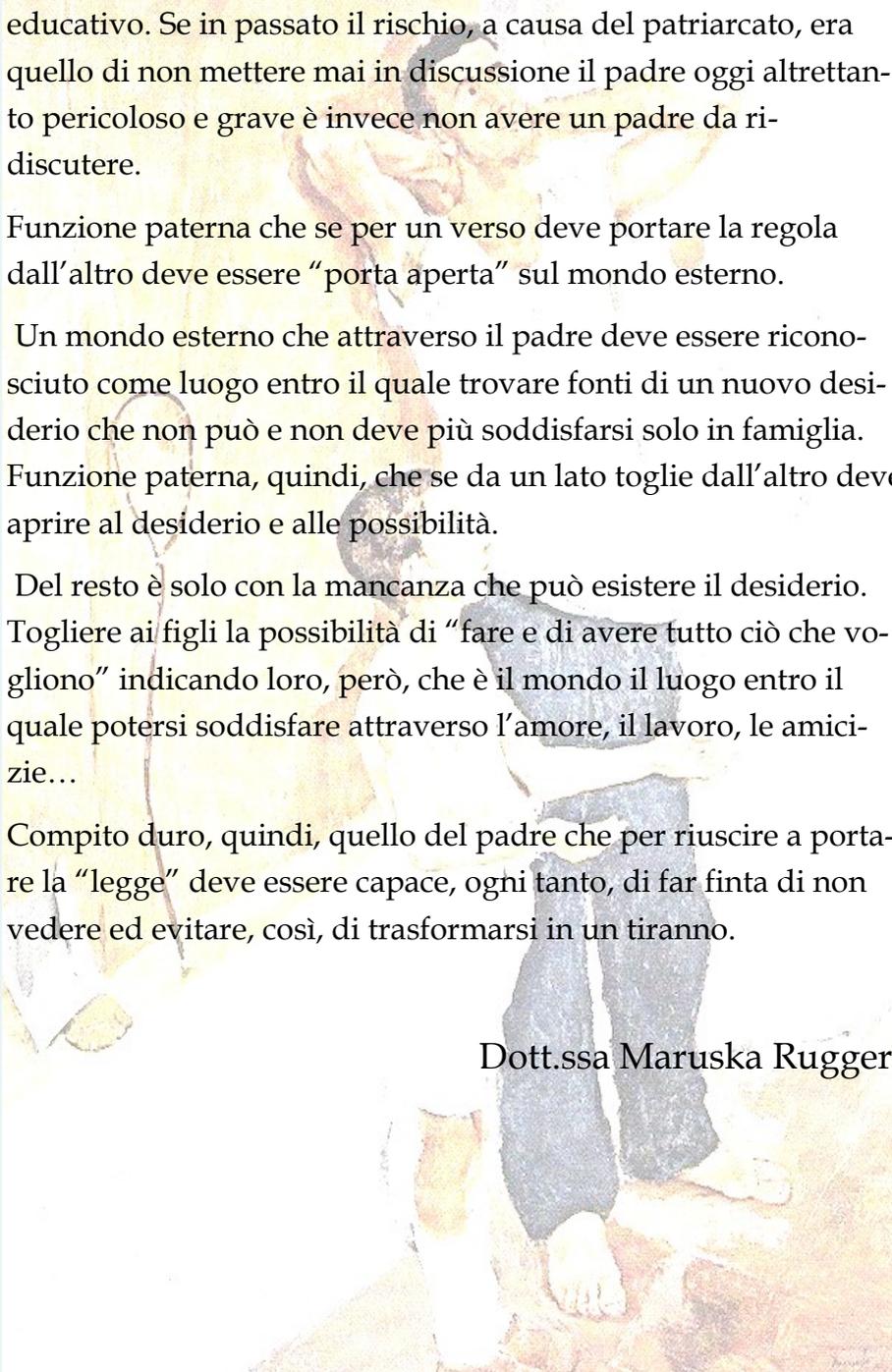
Se da un lato, a mio parere fortunatamente, si è andati verso il decadimento del patriarcato dall'altro, nelle famiglie si è persa, in molti casi, la funzione del padre intesa come portatore di "legge" e di regola.

Quando parlo di "funzione" paterna mi riferisco al ruolo e alla posizione che si ha all'interno della famiglia e non certamente al genere sessuale.

Le regole sono fondamentali per consentire una crescita serena ed equilibrata dei figli e non comportano un turbamento traumatico rappresentando piuttosto una salvezza.

Avere confini ben definiti e ruoli chiari, in famiglia ma non solo, tranquillizza bambini e ragazzi consentendo loro di conoscere spazi fisici e psichici entro i quali è consentito muoversi. Siamo tutti ben consapevoli che in adolescenza le regole e i pappaveretti vengono messi in discussione perché di fatto è l'adulto in quanto tale ad essere in un certo senso ri-discusso.

Se però discutere, cercare cambiamenti, confrontarsi sono atti evolutivi e necessari, invadere confini, non riconoscere l'adulto, non rispettare l'altro, sono invece sinonimo di un fallimento



educativo. Se in passato il rischio, a causa del patriarcato, era quello di non mettere mai in discussione il padre oggi altrettanto pericoloso e grave è invece non avere un padre da ridiscutere.

Funzione paterna che se per un verso deve portare la regola dall'altro deve essere "porta aperta" sul mondo esterno.

Un mondo esterno che attraverso il padre deve essere riconosciuto come luogo entro il quale trovare fonti di un nuovo desiderio che non può e non deve più soddisfarsi solo in famiglia. Funzione paterna, quindi, che se da un lato toglie dall'altro deve aprire al desiderio e alle possibilità.

Del resto è solo con la mancanza che può esistere il desiderio. Togliere ai figli la possibilità di "fare e di avere tutto ciò che vogliono" indicando loro, però, che è il mondo il luogo entro il quale potersi soddisfare attraverso l'amore, il lavoro, le amicizie...

Compito duro, quindi, quello del padre che per riuscire a portare la "legge" deve essere capace, ogni tanto, di far finta di non vedere ed evitare, così, di trasformarsi in un tiranno.

Dott.ssa Maruska Ruggeri

Hanno patrocinato “Il Giardino di Alice”



Comune di Oppido Lucano



Il Giornalino di Alice è un progetto curato delle Educatrici
Erica Balsamo e Marinella Greco