

IL GIORNALINO

Mensile a cura degli ospiti e del personale della Casa Albergo della Fondazione Osiride Brovedani onlus



Marzo 2022 anno XIII, numero 3

Il Mercatino solidale per #IoTifoSveva



Quest'anno i proventi del nostro mercatino di Natale sono stati assegnati all'associazione **#IoTifoSveva**, così abbiamo incontrato la coraggiosa mamma di Sveva che, assieme al marito Paolo, ha capito di voler, anzi lei dice, di dover aiutare chi sta passando attraverso un'esperienza simile alla loro.

Marta ci ha coinvolti a tutti i livelli col suo racconto in cui ha incluso la storia di Sveva, quella di tanti altri bambini e le attività che promuove l'associazione, a Trieste ma anche in altre città.

L'emozione è tale che ci fa pensare che questo potrebbe essere solo l'inizio di un percorso da camminare insieme.

L'Associazione **#IoTifoSveva** vuole stimolare il benessere psicologico ed il buonumore dei piccoli pazienti e delle loro famiglie esaudendo piccoli desideri in comune accordo con il personale ospedaliero. L'associazione è consapevole di quanto il bambino o il ragazzo abbia bisogno di un pò di "normalità" in una situazione nella quale la sua vita viene improvvisamente stravolta e anche per questo motivo crede fermamente nell'importanza della scuola in ospedale facendo il possibile per sostenere questa istituzione fornendo supporto e materiale didattico.



Un nostro Consigliere sul Times di Londra



In questo nostro modesto giornalino siamo orgogliosi di riportare la notizia che il nostro Consigliere prof. Gianfranco Sinagra, direttore del Dipartimento ad Attività Integrata Cardio-toracovascolare di Asugi e della Scuola di Specializzazione in Malattie dell'Apparato Cardiovascolare dell'Università di Trieste, ha firmato un articolo in prima pagina sul Times di Londra del 15 febbraio. La cardiologia triestina infatti è arrivata sulle pagine sia del quotidiano inglese

Sun sia del Times di Londra: Gianfranco Sinagra ha scritto la prefazione di uno studio dal quale emerge come 20 minuti di attività fisica al giorno, superati i 70 anni, consentano di ridurre il rischio di malattie del cuore.

Non possiamo che riprometterci di seguire i suoi preziosi consigli...



Diario della Casa Albergo

Anche quest'anno in Casa Albergo è arrivato il Carnevale! I colori e l'allegria hanno fatto da padroni durante i pomeriggi danzanti. Giovedì grasso, accompagnati dalla musica di Mario, gli ospiti, rigorosamente mascherati, si sono divertiti in balli di gruppo e di coppia chi anche da solo con la propria stampella! Durante le attività pomeridiane infatti erano state preparate delle belle mascherine di carta, dipinte a mano direttamente dalle nostre ospiti e scelte a piacere dai presenti in salone. Tutte da indossare durante la festa. Con una bella foto di gruppo è stato immortalato questo primo allegro evento dell'anno 2022.

Le frittelle, preparate direttamente dal nostro staff della cucina, hanno addolcito il pomeriggio riportando anche a vecchi ricordi d'infanzia.

L'ultimo giorno di Carnevale, martedì grasso, indossando altri abiti e altre maschere, non sono mancati i canti di gruppo con la sassofonista Wonder Woman Vinicia. Musica d'altri tempi intervallata dalla merenda a base di crostoli, sempre graditi, per concludere il periodo carnevalesco.

Dai colori sgargianti del carnevale, in questo periodo, possiamo passare ai colori tenui presenti nel nostro Parco dell'Amicizia. E sì, pare proprio sia già arrivata la Primavera. Qua e là nascosti tra i ciuffi d'erba ancora rinsecchiti sono nati i crocus, i narcisi e le viole. Gli alberi da frutto sono appena stati potati e quindi a breve probabilmente potremo ammirare le prime gemme.



Dedicata al pensionato



Anche per il nostro Massimo è arrivato l'ambito traguardo della pensione. Riportiamo la lettera a lui dedicata da una collega, che ha raccolto le testimonianze anche dei nostri ospiti.

Ciao Massimo!

In due parole vorrei ringraziarti a nome di tutti. Persona dai modi gentili e dalle poche parole pacate che trasmettono tranquillità a chi vengono rivolte.

Personalmente ti conosco da poco, ma i tuoi memorabili interventi alla Fondazione parlano da sé. In più occasioni gli ospiti ti hanno lodato e ricordano i tuoi instancabili lavori di ristrutturazione, ma anche le innovazioni che hanno arricchito la nostra struttura: dal piastrellare i ponti che collegano le villette, alla stupenda e funzionale "Accademia della Cucina". E come non ricordare la casetta in legno che tanto viene utilizzata da tutti coloro che trovano refrigerio sotto le folte fronde degli alberi del nostro giardino?

Ma come già detto ti ricorderò per i tuoi modi da signore di altri tempi. Non molto tempo fa ho apprezzato che mi hai aperto la porta del cancello, gesto che ormai è in disuso, ma personalmente mi ha fatto molto piacere.

Credo che sia giusto che tu abbia raggiunto la tanto agognata pensione, ma lascerai un vuoto quando guarderemo all'interno della casetta della portineria.

Tanti sinceri auguri di un splendido futuro che ti attende!



Ricordi di scuola

Nel lontano 1934 ho iniziato a frequentare la scuola elementare a Canal di Grivò nel comune di Faedis. Ero una bambina minuta, ma vivace come tutti i miei coetanei. A scuola avevo due brave insegnanti: la maestra Lisa Livia, che giornalmente veniva con la bicicletta da Cividale del Friuli e la maestra Caterina che alloggiava nel paese e che ogni settimana giungeva in corriera, dato che proveniva da Pordenone. Ciò che mi ricordo di quel tempo erano le tante cose che ho imparato. Si studiava italiano, Matematica, Geografia e tante altre materie. Ciò che non ho dimenticato ancora oggi sono le poesie imparate a scuola.



Poesia di San Giuseppe

*San Giuseppe vecchierello,
cosa avete in quel cestello?
Nidi, uccelli e lieto sole.
Nel cantuccio più vicino
ho di neve un fiocchettino,
un piattino di frittelle
e poi altre cose belle!*

Fiorinda Bertolutti

I festeggiati di marzo



- 7. Giuseppe e Monica ma anche...
- 14. Giuseppe
- 18. Ettore
- 21. Laura
- 23. Giuseppina e Mauro

**Tanti auguri
a tutti i papà!**

La barzelletta del mese

La suocera si lamenta con la figlia:

<<Cara tuo marito mi odia. Lo so che da tempo vorrebbe vedermi venti metri sotto terra>>.

E il genero tra i denti:

<<Uh, che esagerazione! A me basterebbero tre metri!>>

Antonietta Pennelli



L'angolo della nostra cucina



L'avevamo promesso lo scorso mese: ecco la nostra ricetta della ...

Zuppa bergamasca

Preparate il brodo vegetale con la carote, il sedano, la foglia di alloro e il sale. Mondate il porro, eliminare le foglie più esterne e la parte superiore più dura, e tagliate finemente. Pulite e tagliate a pezzi la verza. Soffriggere in due cucchiai di olio la salsiccia, a bocconcini, e la pancetta stufata, tagliata a julienne, facendoli rosolare per bene. Aggiungete il porro e le patate, lasciate andare per 5 minuti mescolando. Aggiungete la verza, lasciate stufare per 10 minuti; aggiungete i fagioli e coprite con il brodo vegetale, lasciate cuocere per un'oretta a fuoco basso. Regolate di sale e pepe.

La vostra zuppa è pronta, servitela ben calda, accompagnandola se desiderate con fette di pane bruschettato.

Ingredienti per 4 persone

- carota 1
- sedano 1 costa
- cipolla dorata 1
- alloro 1 foglia
- patate medie 4
- porro 2
- verza 400 g
- fagioli Spagna 400 g
- salsiccia 150 g
- pancetta stufata 100 g
- olio di semi q.b.
- sale e pepe q.b.
- parmigiano reggiano a piacere

BUON APPETITO!



Curiosità culinaria

La verza contiene vitamina A, vitamina C e K. E' ricca di sali minerali come il potassio, il ferro, il fosforo, il calcio e lo zolfo (al quale si deve il suo caratteristico odore durante la cottura), elementi indispensabili per la costituzione di cellule e tessuti e per l'idratazione cutanea.

Il campione di ciaspole



Ecco qui il nostro Marco, rientrato da una giornata sulle ciaspole a Sauris, con lo Sci Club 2 di Ronchi dei Legionari. È arrivato al lavoro orgoglioso delle medaglie vinte al collo!



C'è posta per noi



Fondazione
Osiride
Brovedani
onlus

Sede operativa e Casa Albergo: via Eulambio 3, Gradisca d'Isonzo
Sede legale e museo: via Alberti 6, Trieste
www.fondazionebrovedani.it - segr@fondazionebrovedani.it
tel. 0481/967511 — fax 0481/967555