



...I colori di Napoli da Castel dell'Ovo al Vesuvio...

nella foto: Natale 2011 a Napoli



LA COLOMBINA

DEL CAM





LA COLOMBINA DEL CAM

NUMERO 8

GIU-DIC 2011

DIRETTORE

Ivo Ulisse Camerini

TESTI

Gianfranco Caprai
Patrizio Faloci
Alberto Del Corona
Chiara Frescucci
Angelica Lorenzoni
Alessandra Luchetti
Sonia Magionami
Anna Pandolfi
Giulia Tacconi
I ragazzi del Cam

FOTO

Patrizio Faloci
Chiara Frescucci
Alessandra Luchetti
Anna Pandolfi

GRAFICA

Gianfranco Caprai
Laura Meacci

IN COPERTINA

Galleria Umberto I, Napoli
Gianfranco Caprai - 2011

STAMPATO IN PROPRIO
Distribuito gratuitamente

Foto e testi sono accompagnati dal consenso al
trattamento dei dati personali
(D. Lgs. 196/2003)

CAM
Residenze Sanitarie

www.istitutocam.com
info@istitutocam.com
AMMINISTRAZIONE

via S. Lazzaro, 1 52044 Camucia AR

Salve a tutti. Ci siamo lasciati indietro un anno non facile, il 150° dall'Unità d'Italia. Il "gran finale" lo abbiamo avuto proprio alla vigilia del Santo Natale con il pronunciamento del Manifesto della Rinascita del nostro Paese ossia la riforma economica dettata dal governo "tecnico". Da chi eletto? E' difficile a dirsi. Io vedo, purtroppo, molta demagogia e poca, pochissima, sostanza capace di risollevare gli animi e farci sentire al sicuro. Di una cosa sono certo: il sistema sanitario è sofferente ed a risentirne di più sono proprio quei cittadini che ad esso si affidano. Non è una lamentela, ma semplicemente una constatazione. L'auspicio, non solo mio, è che la riforma sia almeno corretta e riproporzionata affinché, a subirne le conseguenze, non siano proprio le fasce più deboli della società. Si dice che la gattina frettolosa fece i gattini ciechi.....ma senza attenzione rischiamo di perdere anche i gattini ossia anche i più basilari diritti acquisiti in anni di attenzione sociale. Noi ci stiamo adoperando per migliorare le norme che riguardano i nostri assistiti in funzione delle necessità reali riscontrate. Sempre in ambito di Sanità, tra le altre cose, si sta parlando sempre più della chiusura degli Ospedali Psichiatrici Giudiziari: finalmente, diciamo tutti: una revisione è auspicabile, ma speriamo non nasconda il consueto mero provvedimento economico per ridurre i costi pubblici e lasci, loro



malgrado, allo sbando quegli ospiti che oggi almeno, seppur inadeguata, un dimora l'hanno. La chiusura dei manicomi, negli anni ottanta, per molti rappresentò la libertà, per altri l'inizio di un calvario tra miseria, indifferenza e talvolta intolleranza. Per molti "ingannatori del popolo", ancora oggi, la disabilità e l'anzianità sono problemi d'altri. Ma anche le mie bambine sanno, in particolare, che gli anziani non appartengono ad un'altra razza, ma siamo noi tra un po'. Educiamo a rispettare tutti e saremo rispettati.

Un abbraccio
Gf Caprai

UN AUGURIO DAVVERO SPECIALE PER IL 2012

Mi associo volentieri alle riflessioni di Gianfranco e ai suoi auguri per il Nuovo Anno. Premesso che condivido "toto corde" quanto egli scrive, desidero aggiungere un pensiero che vorrei condividere con tutti voi.

Davanti alla crisi del trionfalismo neopositivistico, che oggi investe il nostro paese e il mondo intero, noi tutti, anche come cortonesi e abitanti della Valdichiana, impegnati nel sociale, sappiamo che questi sono mesi particolarmente duri e terribili per tutti, ma in particolare per coloro che sono diversamente abili, in quanto si stanno spazzando via diritti faticosamente conquistati nel secolo scorso.

La crisi deve pertanto trovarci pronti a capire bene il cambiamento della società globalizzata e a preparare difese vere e forti.

Cioè difese solidali che siano in grado di farci ancora agire e camminare negli spazi non facili del futuro che è già qui, tra di noi. Altrimenti quella "marea-fiumana del progresso" che, sul finire dell'Ottocento, Giovanni Verga ben definì con i suoi romanzi del Ciclo dei vinti, travolgerà anche noi, relegandoci nei "nuovi vinti".

Ma noi della "Colombina" siamo sicuri che, anche grazie alle nostre personali capacità di persone ricche di buona volontà e di valori cristiani (come per tanti anni c'insegnò qui al Cam il fondatore Emilio Caprai) non ci faremo mai confinare tra i nuovi vinti, tra le "nuove riserve indiane" degli emarginati, che anche in Italia i "lor signori" di certa politica vorrebbero nuovamente costruire in quest'inizio di nuovo secolo.

Un nuovo secolo che, invece, ha ancora tanto bisogno dell'impegno sociale, del volontariato e del protagonismo e della costruzione positiva della nostra azione personale. A voi tutti, amici lettori, un cordiale, fraterno augurio di un Sereno e Felice 2012!

Ivo Camerini



CALENDIPRIMAVERA 2011

Anche quest'anno come non ricordare sul nostro giornalino il consueto appuntamento della festa di primavera, ribattezzata dai suoi ideatori e organizzatori, i fratelli Caprai, con il nome di Calendiprimavera??? L'evento si è svolto domenica 22 maggio, presso gli ampi e accoglienti spazi aperti dell'istituto CAM, dove per l'occasione sono stati allestiti ampi gazebo, per ospitare i tantissimi invitati. Organizzare un tale evento richiede un costante e prolungato impegno di tutti, ragazzi compresi, i quali sentono di essere i protagonisti e cercano di dare il meglio di sé. Una forte emozione ha suscitato in me vedere come questi ragazzi, tutti ben vestiti, cercano di non sporcarsi, di dare una mano, di accogliere con allegria i tantissimi invitati alla loro festa. Da quei sorrisi e abbracci la consapevolezza di aver colto in pieno il senso dell'iniziativa: abbattere il muro di isolamento che talvolta fa sentire chi ha figli o parenti con disabilità tagliati fuori dal mondo e incompresi. Qui, invece, genitori e parenti si conoscono in un contesto allegro e vero, sottolineo vero. La mattina è iniziata con la Santa Messa celebrata da Don Albano Fragai, nell'incantevole giardino della villa Caprai. Dopo la messa, le educatrici hanno accolto e mostrato a tutti, parenti e amici, la grande varietà di manufatti realizzati nei mesi precedenti alla festa dai nostri ragazzi, nei vari laboratori dell'istituto. E' stata una vera gara all'acquisto, abbiamo venduto tutto e in pochissimo tempo... Ma la soddisfazione più grande è stata quella

di vedere nel volto di quei genitori la felicità e l'orgoglio di comprare qualcosa fatto dal proprio figlio o comunque di contribuire con quella simbolica cifra a fare qualcosa per il proprio caro. Infatti, i soldi raccolti vengono usati per ricomprare materiale per nuovi lavori o per portare i nostri ospiti a mangiare una pizza o un gelato durante le uscite.

La giornata è continuata alle 13 circa, con il pranzo completamente imbandito dalle nostre quattro piccole grandi cuoche. Che dire sulla varietà e bontà delle tantissime pietanze preparate con grande maestria e accuratezza nella scelta anche del più piccolo dettaglio... Tutto gustosissimo, davvero impeccabile, accompagnato dalla musica dal vivo del piano bar di Pietro "Remember".

Dopo il pranzo il Presidente Giancarlo Caprai ha ringraziato tutti i partecipanti in particolare i volontari della misericordia, i rappresentanti del comune di Cortona, le forze dell'ordine presenti, parenti e amici oltre all'ospite d'onore, la squadra di pallavolo "Cortona Volley" e i suoi dirigenti, i quali hanno ricambiato l'affetto dimostratogli dal cam per tutta la stagione sportiva con la consegna a Gianfranco Caprai di una targa, due palloni e la maglietta della squadra firmata da tutti i giocatori, molto graditi da quest'ultimo.

Nel pomeriggio i veri protagonisti ancora loro: i nostri ragazzi. In particolare coloro i quali con costante impegno hanno permesso di creare una nostra compagnia teatrale, "L'allegria brigata", che, con grande soddisfazione per lo staff educativo, supportato anche dall'aiuto di tirocinanti e volontari, ha intrattenuto piacevolmente tutti i presenti recitando un proprio e divertente spettacolo, intitolato "La fame del lupo".

La giornata si è conclusa in un'atmosfera di piacevole allegria e soddisfazione da parte di tutti, nessuno escluso. Colgo l'occasione di ringraziare e salutare ancora. Grazie.

Anna Pandolfi





ALLOWEEN



La tanto aspettata festa delle streghe è arrivata...zucche decorazioni e un ricco banchetto saranno i protagonisti di questo lungo pomeriggio . Tutto è pronto e come promesso alle 15,00 in punto la festa ha il suo inizio. Mentre noi educatrici finiamo di sistemare le ultime cose all'interno dell'aula, qualcuno nella sua cameretta, sta preparando in gran segreto un ingresso che lascerà tutti senza fiato. Pop corn , patatine e un dolce con effetto horror, preparato dalle nostre cuoche, fa parte dell'invitante banchetto, tanto aspettato dai nostri impazienti ragazzi. Che inizino le danze...in lontananza Cristiana compare in un abito da strega davvero singolare...lasciando tutti stupiti e divertiti dalla scena, dirigendosi, con il suo ormai inimitabile stile, all'interno dalla scuola e in men che non si dica, riesce a coinvolgere in un coreografico ballo di gruppo Michael, Ivano e Stefania. Piano piano anche i più diffidenti sono al centro della stanza che si scatenano. La nostra dolcissima Chiara non fa che saltellare su e giù per la stanza divertita dalle canzoni, che Vincenzo cambia di continuo. Mentre tutti siamo coinvolti nell'atmosfera dance, Marco e Antonio, approfittano della nostra disattenzione, per poter assaggiare l'ennesimo pezzo di dolce!!!! Ma come dargli torto è davvero buono!!!



Il pomeriggio passa velocemente e la resistenza dei nostri ballerini comincia ad esaurirsi...la stanza rimane vuota ... la festa termina con tanto entusiasmo e partecipazione da parte dei nostri ragazzi e degli operatori!!!!

Alessandra L.



NATALE AL CAM



Quando il natale è alle porte, decorazioni raccolte nel corso degli anni escono dagli armadi per addobbare tutte le stanze e gli spazi aperti dell'istituto. Diventa una festa di luci, palline e fili colorati . Il natale per i nostri ragazzi è una delle feste più belle dell'anno. E' la festa della famiglia, dell'amore e tutti hanno voglia di tornare a casa per qualche giorno o vogliono rincontrare i propri cari. A tale proposito viene organizzata la tradizionale festa del Natale. I ragazzi aspettano tale evento con trepidazione per intere settimane. Mentre noi spesso finiamo per vedere soltanto gli aspetti più consumistici e frenetici, per i ragazzi il Natale è ancora una festa speciale e avvicinarsi con loro all'evento è divertente e "contagioso". Anche quest'anno in occasione della festa del Natale è stata celebrata la Solenne Messa dopodiché tutti gli invitati si sono accomodati per il pranzo, sublime e curato nei più piccoli particolari , nel gazebo allestito per l'occasione. Dopo il pranzo i ragazzi sono stati orgogliosi di presentare a parenti e amici uno spettacolo teatrale, sul tema della solidarietà, in cui a mio parere sono stati tutti davvero bravi. Ma la gioia e divertimento non è finita quel giorno. Infatti per la Vigilia di Natale, un altro pomeriggio di festa. Ecco che arriva Babbo Natale, non è sulla sua solita slitta, ma un graziosissimo trattore targato polo nord lo accompagna nel suo viaggio. Il vecchio pancione barbuto però non è arrivato da solo, ma accompagnato da due graziose aiutanti dalle lunghe trecce bianche e vestitini rossi che lo aiutano a consegnare i doni ad ognuno dei nostri ragazzi. Quanto entusiasmo, tutti si avvicinavano a Babbo Natale, lo toccavano, lo salutavano o cercavano di salire sul suo trattore. A consegna doni terminata, Babbo Natale fa un ultimo giro della struttura per un ultimo saluto, felici aprono i pacchetti e si scambiano allegri commenti.



Anna P.



ACQUARIO DI CATTOLICA

Partenza di buon mattino per l'acquario di Cattolica... Antonio non riesce più a stare nella pelle...!!! Carmine come al solito si è dimenticato le sigarette e riscende dal pulmino, tra le urla dei ragazzi che gli dicono a gran voce di muoversi o faremo tardi. Il viaggio è molto lungo ma tra canti e pennicelle, il tempo scorre molto veloce. L'entusiasmo si fa davvero sentire e tutti partecipano leggendo le indicazioni che ci conducono verso l'Acquario. Improvvisamente Simone grida "Gira, gira a destra Patrizio!!!!", Vincenzo "Ma sei sicuro???" ed in meno che non si dica eccoci davanti all'ingresso del grande acquario, muniti di piantina e informazioni, ci addentriamo all'interno del percorso "Blu". Il primo incontro è quello con i simpatici pinguini, che appena ci vedono vicini al vetro non fanno che tuffarsi e piroettano su se stessi festosi. Il percorso continua e una grande vasca verticale ospita tre bellissime tartarughe marine, che nonostante la loro mole riescono a muoversi dolcemente all'interno dell'acqua. Bellissimi pesciolini colorati dell'oceano pacifico, invece, nuotano all'interno di vasche cilindriche con mille luci colorate che rendono l'habitat di questi animali ancora più sorprendente. Un lungo corridoio ci conduce all'enorme vasca dei temutissimi squali!!!! Accidenti sono enormi, Vincenzo esclama "Se si rompe il vetro tu vedrai che bel "casino"!!!!", scoppiamo in una risata generale, ma come dargli torto... soprattutto quando uno squalo adulto avvicinandosi al vetro ci mostra la splendida dentatura. Siamo incantati perché vederli così da vicino non



credo ci ricapiti più... o almeno lo speriamo!!!! Insieme ad Emanuele ci mettiamo a leggere le tantissime informazioni che sono affisse nella parete opposta alla vasca su questa temutissima specie. Più leggiamo e più ci appassioniamo. Passiamo oltre ed entriamo in una piccola saletta dove ci proiettano un filmato in 3D sulla grande ed indispensabile risorsa del mare "Il plancton". Attraverso i nostri occhialini riusciamo ad avere una visione del tutto realistica di questi piccoli ed indispensabili organismi. Tutti sono coinvolti e interessati dal filmato e non si sente volare una mosca all'interno della piccola sala. Alla fine del filmato continuiamo il nostro percorso e improvvisamente è come se fossimo in pieno oceano, milioni di pesciolini grandi e piccoli che sembrano dipinti, ci passano sopra la testa... siamo all'interno del tunnel delle specie di pesci che popolano la barriera corallina del Mar Rosso... non ci sono parole per descrivere cosa stanno vedendo i nostri occhi, ci mettiamo seduti nelle sedie e guardiamo in silenzio.... Lo stupore che si legge negli occhi dei ragazzi è davvero tanto. Il percorso blu è terminato, all'uscita una grande piscina ospita diverse razze che si fermano lungo il bordo e si fanno accarezzare dai nostri ragazzi, che dall'emozione riescono ad infilare l'intero braccio all'interno dell'acqua bagnandosi tutti.

Il percorso denominato "giallo" è il rettilario, ammiriamo serpenti di varie forme, colori e grandezze, iguane, gechi, piccole rane...ecc, tutti dentro teche di varie dimensioni allestite, a seconda della specie contenuta, con tronchi di alberi o consistente vegetazione.

L'ultimo percorso che ci attende è quello "viola", interamente dedicato ai suoni del mare. Molti monitor con pulsantiere si trovano all'interno di varie salette, qui possiamo ascoltare i rumori di delfini, capodogli, balene..... è davvero affascinante!!! Leggendo le varie didascalie con i ragazzi prendiamo atto che, purtroppo, notevole è l'inquinamento acustico dei nostri mari, che mette a rischio l'intero ecosistema.

Antonio preme nella tastiera che emette i suoni del mare, diverse volte quello emesso dalle balene e risulta difficile allontanarlo dal monitor.

All'uscita la soddisfazione da parte dei ragazzi è del tutto evidente... un'esperienza davvero indimenticabile!!!!

Alessandra Luchetti





MOSTRA DEI PRESEPI "CHIESA DI SAN FRANCESCO A CORTONA"

L'aria delle feste natalizie era ben presente in noi quando siamo arrivati a Cortona vedere ancora una volta le vie illuminate di mille colori ed i negozi carichi di addobbi natalizi ha rinnovato in noi la gioia del natale che stava arrivando. Una gioia che si è fatta ancora più viva quando siamo entrati nella chiesa di San Francesco dove erano tutti i presepi esposti:

-Tanti piccoli presepi!!! Tanti!!! In legno, in ceramica, in carta, di materiali svariati.

Non pensavamo che si potessero costruire in così tanti modi e tutti così diversi tra loro:

-Che forme!!! Che colori!!!Che pazienza e fantasia che hanno avuto nel realizzarli!!!

Ci hanno spiegato che provenivano un pò da tutto il mondo donati da chissà chi per far capire quanto il messaggio della natività è universalmente conosciuto:

- Belli!!!Belli!!!Belli!!!

C'era il boscaiolo che tagliava la legna, la lavandaia lungo il fiume, l'arrotino che lavorava, pur ripetendo gli stessi movimenti animavano un presepio dopo l'altro rendendoli speciali e particolari. Raccontando una storia che è sempre la stessa, ma che è sicuramente attesa con la stessa gioia ogni volta.



Solo vederli aumentava la voglia di tornare a casa ad ammirare il nostro, confrontare le statuine, vedere se avevamo rappresentato anche noi quei mestieri con la stessa enfasi ed espressività.

I presepi sono una delle cose che rendono il Natale uno degli eventi più sentiti da noi.

Patrizio Faloci





Ciao a tutti mi chiamo Cristiana ho 20 anni vengo da Ribolla provincia di Grosseto.

Mi garba molto la palestra e la piscina e tennis, nel Cam mi ci devo ancora ambientare però non mi ci trovo così male.

Mi garbano molto i vestiti le scarpe con i tacchi, i miei cantanti preferiti sono i Modà, Biagio Antonacci, Negramaro, Emma Marrone, Valerio Scanu, Francesco Renga, Gigi d'Alessio, Eros Ramazzotti, Anna Tatangelo e Alessandra Amoroso, Lost, Jennifer Lopez, Sonora e infine Laura Pausini. Mi piace anche dipingere e soprattutto scrivere delle mie poesie d'amore e d'amicizia.

Mi piacciono i ragazzi biondi e mori.

Ho fatto delle amicizie ma soprattutto con una in particolare che sono legata in particolare che è Stefania.

Oltretutto la cosa che mi piace di più è leggere, cioè pettegolezzi dei miei Fan preferiti e degli attori.

I miei segni particolari?

Sono abbastanza discreta, mi arrabbio facilmente, mi chiudo come un guscio come quando ho un problema e non vorrei mai parlare con nessuno ma soprattutto stare a letto 24 ore su 24 e sono simpatica ma anche piuttosto agitata, del mio carattere in particolare infine ho un'altra cosa è che sono molto triste e alcune volte piango spesso



quando non riesco a farmi capire o esprimermi.

Nella mia vita vorrei fare l'Infermiera in Pediatria perché mi piacciono parecchio i bambini.

Cristiane C.



Venerdì 24 Giugno sono venuti a prendermi i miei amici di Monteverchi alle otto di sera, ed erano in quattro, Manolo, Lisa, Cosimo, Federica. Mi hanno portato un regalo gli occhiali da sole e una lettera scritta dalla mia mamma. Siamo andati al S. Lazzaro ha mangiare. Io mi sono mangiato gli anelli di cipolla frita, la pizza alla diavola e dopo un bel profiterrol al cioccolato. Dopo aver mangiato siamo andati a S. Margherita e ci siamo fatti le foto con il cellulare e poi siamo scesi in Cortona e abbiamo incontrato l'Alessandra che mi ha fatto un sacco di feste. Alle 23,40 siamo tornati al Cam ed ho salutato i miei amici dandogli la buonanotte. Ero molto stanco e sono andato subito a letto, questa bella serata non la dimenticherò mai.

Vincenzo C.





Firenze

Firenze sogna sotto il manto della luna,
sull'Arno si specchia un firmamento,
sul barcone c'è una donna,
è bruna, con occhi neri e pelle delicata
o mia amata non lasciarmi
o mio firmamento
dormi, dormi Firenze sotto il manto
della luna.

Luca G.



Ciao a tutti, mi chiamo Francesco qui al
Cam passo molto bene le mie giornate.
Vado tutti i giorni a scuola dove faccio
tanti bei disegni e scrivo molto. Scrivo
delle letterine alle educatrici, agli
assistenti e alle infermiere. Mi piace fare
delle passeggiate al bosco, uscire con
il pulmino, mi piace giocare a bocce,
andare a cavallo e andare in piscina.

Francesco S.

Mi chiamo Ivano G. ho 60 anni e sono
Mantovano, vivo al Cam da tanti anni,
non mi ricordo nemmeno da quanto
tempo, sento molto la mancanza di mia
sorella Clementina. E' tanto che non
viene a trovarmi, io le voglio molto bene
e voglio bene anche a suo marito Marco.

Ivano G.



Ciao, mi chiamo Stefania sono al Cam da due anni e cinque mesi vi devo raccontare una cosa stupenda che sono tornata a casa a Roma dopo un anno e cinque mesi. E' stata un' esperienza emozionante perché ho rivisto il mio papà che non può venirmi a trovarmi perché è molto molto malato ha il morbo di parkinson. Sono andata con Fiorella e Gianluca che aveva smontato dalla notte ma voleva vedere PONTE MILVIO e i lucchetti che e' molto famoso per questo. Siamo arrivati alle ore 9,30 e siamo passati da Roberta e Dario dove io andavo a comprare i sigari al mio papà e mi hanno riempito di regali; dopo verso la mia parrocchia dove ho incontrato Don Fabrizio il mio parroco mi ha detto ti trovo molto bene, la Toscana è bella e ho acceso le candele a Padre Pio e dopo siamo andati sotto le finestre di casa mia e ho chiamato la mia mamma. Entrati nel cortile ho rivisto le vicine di casa e ho fatto con loro la foto nel cortile; salita al terzo piano dove io abitavo ho suonato al campanello e mi aperto la mia sorella Claudia, ho rivisto il mio letto e il letto della povera Paola e dopo ho rivisto il mio Babbo Anselmo. Non l'ho visto per niente bene poverino. Dopo siamo usciti per incontrare le mie assistenti sociali a S. Maria della pietà e loro mi hanno trovato benissimo e sono contenti di me e dei progressi che ho fatto. Dopo siamo tornati a casa per pranzo e dopo siamo uscite con mia sorella Laura per andare al cimitero da Paolina e gli ho messo un girasole e una rosa viola e gli ho pulito la tomba. Alla fine siamo andati sul ponte dei lucchetti a fare le foto.... alla prossima, ciao Roma

Stefania F.

Mi chiamo Giampietro ho 58 anni, sto al Cam da tre anni e quattro mesi. Mi trovo molto bene, si fanno gite e uscite con il pulmino che a me piace tanto. Ci sono tre belle e simpatiche Educatrici Chiara, Alessandra e Anna, che danno il cuore a noi giovani nelle attività educative, e io gli voglio davvero tanto bene. Con loro sto bene, si dipinge su ceramica, su vetro, si va al maneggio, al bocciodromo a giocare a bocce che a me piace tanto. Qui al Cam ho molti amici, quelli del cuore si chiamano Claudio e Stefania. Ci sono molti assistenti in gamba e infermiere molto brave e tutti loro danno la loro assistenza a noi giovani del Cam con il loro cuore.

Un saluto a tutti con affetto Giampietro M.



Ciao a tutti sono Carlo ho 60 anni vengo da Camucia. Voglio raccontarvi un po' della mia gioventù. Da ragazzo andavo a fare la battitura del grano, il mio compito era quello di salire sopra la "mieta" e buttare i "balzi" sulla macchina da battere, e, ogni tanto le donne ci portavano il dolce e il Vin Santo. Dopo aver lavorato andavamo a mangiare, mangiavamo "l'ocio", l'anatra, la porchetta, i maccheroncini con il sugo di "ocio" e del buon vino. A settembre andavo a cogliere l'uva e a dicembre le olive a San Martino e vicino alla chiesa di Santa Maria Nuova. Quando coglievo le olive ci davano le "ciacce" fritte, il "ponche" e la Giovannina ci cuoceva il "costareccio" e le bistecchine di maiale. Come avrete capito a me mi piace tanto mangiare perciò vorrei darvi una mia ricetta.

FETTINE ALLA PIZZAIOLA

Ingredienti: Fettine di vitello, pomodori ciliegini, trito di prezzemolo e aglio, sale e olio.

Procedimento: Mettere in un padellino i pomodorini tagliati a metà, il trito di prezzemolo e aglio e un po' di olio e farli cuocere per circa 10 minuti poi aggiungere la carne che dovrà essere cotta per tre, quattro minuti. Buon appetito a tutti.

Il vostro Carlo R.



Ciao sono Roberto, sono un grande tifoso della fiorentina. Lo sapete che Mutu, il nostro attaccante più forte è stato venduto al Cesena? Che peccato..... E che il mio babbo, ai tempi di Giancarlo Antognoni, è stato per sette anni il vice presidente della fiorentina?? Che bei tempi... Secondo me i giocatori più forti sono: "Gilardino, Montolivo e Santana. Quest'anno la fiorentina non è andata molto bene, è arrivata all'ottavo posto, speriamo però, che il prossimo anno si vinca lo scudetto.

Ciao a tutti e forza fiorentina!!

Roberto L.

Ciao sono Massimiliano ho 42 anni e vengo da Roma. Sono arrivato qui al Cam nel 2009, sono un grande appassionato di cartoni animati giapponesi, in particolare Goldreik e L'uomo tigre, e di telefilm specialmente Lorenzo Lamas, Renegade, TG Hookr, Il mondo di Patty e il mio preferito i grandi Chips. Mi piacciono anche i lottatori della Gig e He Man. A Roma vive mio fratello Carlo, io gli voglio tanto bene, lui non mi fa mancare niente, ogni volta che viene a trovarmi mi porta sempre dei vestiti importanti. Ciao bbelli!

Massimiliano S.

Ciao sono Claudio, voglio parlarvi di una bella giornata che ho passato qualche giorno fa insieme ai miei amici del Cam. Tutti insieme siamo partiti per una bella gita, siamo andati a Pisa, abbiamo girato tanto e visto cose bellissime: la torre che è un po' piegata, il Battistero e il Duomo. Abbiamo passeggiato tutti insieme per le vie della città, abbiamo mangiato e girato per le bellissime bancarelle. Nella piazza abbiamo fatto moltissime fotografie e all'ora di pranzo ci siamo fermati in un posto caratteristico della città e abbiamo mangiato panini ripieni e pizza. Ho passato una bellissima giornata.

Claudio L.

Mi chiamo Patrizio ho 50 anni a me mi piace molto andare ai cavalli e poi mi piace tanto fare lo sport; pallavolo, bocce, calcetto. Io mi trovo bene al Cam perché c'è tanto spazio e perché le educatrici ci portano a fare delle gite. Il Cam mi piace tanto anche perché davanti alla villa c'è un giardino stupendo, le aiuole sono piene di fiori e anche nelle scale della villa ci sono i fiori. Ogni tanto facciamo una grande festa dove viene invitata tanta gente. Qui sto bene anche perché ho trovato una famiglia che mi vuole bene.

Patrizio M.



IL DECOUPAGE

Il Dècoupage, termine che deriva dal verbo francese dècouper che significa ritagliare, è una tecnica di decorazione molto antica. Il ritagliare illustrazioni o strisce di carta e usarle come decorazione lo troviamo, infatti, in Europa già nel Medioevo, quando i monaci arricchivano in questo modo i loro manoscritti. Il culmine della notorietà di questa tecnica giunse nel XVIII secolo quando nelle case degli aristocratici venivano incollate, direttamente sui muri, stampe raffiguranti le città europee. A quasi due secoli di distanza il dècoupage ritorna ad avere successo; permette, infatti, di decorare molti oggetti con grande facilità. Anche noi qui al Cam l'abbiamo imparata e attraverso di essa realizziamo oggetti molto gradevoli, da vendere per le feste e nei vari mercatini a cui partecipiamo. Come ho già accennato il dècoupage prevede il ritaglio paziente di immagini di carta, che incollate sulla superficie da decorare, vengono poi protette da vari strati di vernice. Con i nostri ragazzi abbiamo scelto di decorare oggetti di ceramica con immagini ritagliate da tovagliolini. Con questa tecnica abbiamo decorato pannelle invecchiate da attaccare al muro, vasetti, porta penne, porta tovaglioli, piatti e piccoli oggetti.

Prodotti, Strumenti e procedimento:

I prodotti: colori acrilici, colla per dècoupage, vernice lucida all'acqua, fondo opaco all'acqua e tovagliolini di carta decorati.

Strumenti di base: forbici grandi e piccole, pennelli piatti per la colla, pennelli grandi per



il colore, ciotole di varie dimensioni per la colla o per mescolare i colori.

Procedimento:

- 1) Stendere su tutta la superficie una mano di fondo acrilico con tonalità di colore desiderata (si consiglia di scegliere colori pastello chiari), aspettare che la superficie si asciughi, poi passare un'altra mano.
- 2) Ritagliare con cura la figura desiderata usando forbici piccole (il tovagliolino è composto da tre strati: utilizzate solamente lo strato decorato superiore, eliminando gli altri due).
- 3) Appoggiare il ritaglio sulla superficie, e partendo dal centro, dipingete tutto con la specifica colla per tovagliolini. Appena la superficie sarà asciutta ripetere l'operazione.
- 4) Stendere una mano di vernice trasparente all'acqua e lasciarla asciugare, dovrete ripetere l'operazione almeno tre volte, fino a che la superficie risulti perfettamente liscia.

L'attività proposta ha riscosso molto successo, anche fra quei ragazzi che hanno una manualità meno fine, in quanto, come avrete potuto notare, ci sono dei passaggi molto semplici, che possono essere eseguiti proprio da tutti. Creazione e creatività sono parole molto familiari per i nostri ragazzi, che amano molto dedicarsi ad attività pratiche non solo per il piacere che traggono dai complimenti ricevuti quando esponiamo i nostri prodotti, ma soprattutto dalla consapevolezza di aver "fatto" degli oggetti con le proprie mani.

Buon lavoro e soprattutto GRAZIE CARI RAGAZZI DEL CAM!!!





LA SCLEROSI LATERALE AMIOTROFICA (SLA)

La SLA è una malattia di cui che negli ultimi anni se ne sente sempre più parlare da parte dei media, soprattutto per il coinvolgimento di alcuni calciatori italiani. In particolare dal 2004 al 2008 il procuratore torinese Raffaele Guariniello ha accertato che nel mondo del calcio ci sono stati ben 43 casi di SLA su 30.000 calciatori presi in esame. Questo equivale ad un'incidenza di quasi 24 volte superiore al dato riscontrabile nella popolazione.

In Francia la SLA è detta anche Malattia di Charcot, da Jean-Martin Charcot (1825-1893) il neurologo francese dal 1882 cattedratico di Clinica delle Malattie Nervose alla Salpêtrière che per primo la identificò e la descrisse nel 1869. Nei paesi a lingua inglese la SLA è invece chiamata ALS (Amyotrophic Lateral Sclerosis) o, più genericamente, MND (Motor Neuron Disease). Negli USA la SLA è nota come Morbo di Lou Gehrig (Lou Gehrig's Disease), famoso giocatore di baseball americano (militava nei New York Yankees, e per un periodo fu compagno di squadra del mitico George Herman Ruth detto "Babe") che fu colpito nel 1939, all'età di 36 anni, all'apice della carriera agonistica.

Alcuni personaggi storici affetti dalla SLA: Charles Mingus - contrabbassista jazz. David Niven - attore inglese. Mao Tse-tung - portavoce del Partito Comunista Cinese dal 1943 fino alla sua morte nel settembre 1976.

EPIDEMIOLOGIA

L'incidenza della SLA è di circa 1,4 - 2,6 nuovi pazienti per 100.000 abitanti per anno, con una prevalenza nel sesso maschile senza sostanziali variazioni nei diversi continenti. La prevalenza è di 2,7 - 3,1 volte superiore all'incidenza nei paesi dell'Europa del Nord, ma diviene di 3,1 - 4,3 nei paesi mediterranei. Esistono zone geografiche con incidenza, prevalenza e mortalità significativamente aumentate, in particolare nell'isola di Guam, in Nuova Guinea ed in Giappone.

IPOTESI EZIOPATOGENETICHE

Nonostante sia ormai trascorso più di un secolo dalla sua descrizione, la causa che innesca il processo di morte motoneuronale non è ancora stata individuata. Una serie di possibili ipotesi patogenetiche sono state prese in considerazione negli ultimi anni: Ipotesi virale: Anche con le tecniche più sofisticate non è mai stato possibile isolare un virus o trasmettere la malattia a primati con tecniche di inoculazione. Anche i trattamenti con farmaci antivirali sono risultati inefficaci.



Ipotesi tossico-esogena: In alcune forme endemiche di SLA sono stati identificati i fattori tossici determinanti la malattia. Nelle popolazioni Chamorro dell'isola di Guam la dieta povera di calcio in associazione all'intossicazione da alluminio sembrano essere alla base della malattia, ma purtroppo queste informazioni non sembrano rilevanti nella forma sporadica della malattia così come non lo sono le informazioni che derivano dal latirismo, una forma di paraparesi spastica legata all'ingestione di latkyrus satrtts, il quale però determina solo la sofferenza del I motoneurone. Ipotesi tossico-endogena: Da alcuni anni numerose evidenze sperimentali indicano un ruolo dei recettori per gli aminoacidi eccitatori nella selettiva morte neuronale nelle malattie neurodegenerative, comprese le malattie del motoneurone. Ipotesi immunitaria: In generale non vi è associazione tra SLA e malattie autoimmuni, benché alcune sindromi SLA possano essere associate a manifestazioni autoimmunitarie. Ipotesi metabolica: Ipotizza che nella SLA vi siano alterazioni biochimiche a livello dei motoneuroni in particolare alterazioni della sintesi proteica, dell'RNA e del DNA.

LA DIAGNOSI

Nonostante la SLA sia una entità nosologica conosciuta da oltre un secolo, la diagnosi di questa malattia rimane ancora una diagnosi di esclusione, in quanto non vi sono segni clinici patognomonic né test diagnostici specifici (tranne che per alcuni casi familiari per i quali è possibile effettuare un esame genetico). Attualmente, come criteri per la diagnosi di SLA clinica e differenziale, viene fatto riferimento ai criteri che sono stati dettati dalla World Federation of Neurology, riunitasi nel maggio del 1990 ad El Escorial, in Spagna, secondo i quali debbono essere presenti i seguenti elementi clinici "maggiori": 1. segni di disfunzione del II motoneurone; 2. segni di disfunzione del I motoneurone; 3. progressione di malattia; 4. fascicolazioni. I suddetti criteri clinici vanno ricercati nei quattro distretti anatomici classici (arti inferiori, arti superiori, tronco e faccia-faringe).

In base a questi criteri clinici è possibile definire alcuni gradi di certezza diagnostica: SLA sospetta: disfunzione del II motoneurone in 2 o 3 distretti; SLA possibile: disfunzione del I e del II motoneurone in 1 distretto oppure disfunzione del I motoneurone in 2 o 3 distretti; SLA probabile: disfunzione del I e del II motoneurone in 2 distretti; SLA definita: disfunzione del I e del II motoneurone in 3 distretti.



CLINICA

Le manifestazioni cliniche della SLA sono una diretta conseguenza del coinvolgimento degenerativo variabile e combinato del motoneurone superiore e di quello inferiore.

Le caratteristiche cliniche che derivano da una lesione a carico del neurone motore superiore possono essere le seguenti: I movimenti volontari dei muscoli colpiti sono indeboliti (paresi) o assenti (plegia). Nei muscoli maggiormente coinvolti si manifesta non una vera e propria atrofia ma un lento assottigliamento e a distanza di molti mesi possono manifestarsi contratture. Il tono dei muscoli è aumentato (spasticità). I riflessi tendinei sono esagerati, talora policinetici. Il riflesso plantare è anormale. Normalmente è presente flessione plantare del primo dito del piede quando il margine laterale della pianta del piede è strisciata con una punta smussa. Nel riflesso anormale, conosciuto come segno e riflesso di Babinski, il dito si flette dorsalmente.

In contrapposizione, i sintomi ed i segni clinici che possono essere presenti nelle lesioni del neurone motore inferiore comprendono: I muscoli innervati dai neuroni lesi progressivamente si atrofizzano. L'atrofia è dovuta in parte alla perdita dei fattori trofici specifici normalmente forniti dai nervi motori e in parte dal mancato uso. Il tono muscolare è ridotto o assente. I riflessi tendinei sono ridotti o assenti. Sono presenti potenziali di fibrillazione, provocati da contrazioni irregolari di isolate fibre denervate, che possono essere rilevati con l'elettromiografia (Robert H. e coll., 2002).

Sulla base del distretto corporeo maggiormente colpito all'esordio della malattia, nella SLA si distinguono la forma comune, la bulbare e la pseudopolinevritica. La forma comune rappresenta circa il 45 - 50% dei casi e si manifesta in maniera insidiosa con una progressiva riduzione di forza alle mani. Durante la progressione della malattia, che si realizza nell'arco temporale di settimane/mesi, l'atrofia diffonde anche ai muscoli degli avambracci e talora della spalla. Contemporaneamente al coinvolgimento degli arti superiori, ma anche come estrinsecazione iniziale o successiva, c'è l'interessamento dei muscoli degli arti inferiori, anche qui con una progressione prevalentemente in senso disto-prossimale. Il deficit motorio può essere limitato, per un tempo anche relativamente lungo, ad un arto o ad un emilato ed associato all'ipotrofia muscolare ed alle fascicolazioni. Negli stadi iniziali sono frequenti crampi muscolari in tutti i distretti corporei, anche se più frequentemente sono riferiti a carico dei muscoli delle mani e dei polpacci. I segni di compromissione della



via corticospinale sono rappresentati in fase iniziale da iperreflessia ai quattro arti; successivamente si può rilevare clono della rotula e del piede e, in fasi più avanzate di malattia, ipertonìa piramidale con andatura paretico-spastica. Il segno di Babinski può essere presente nel 20% dei casi. La forma bulbare si manifesta come sindrome isolata per un lungo periodo nel 25% dei casi. Più frequentemente, i primi sintomi a comparire sono la difficoltà a pronunciare fonemi consonantici, labiali e linguali, con ipotrofia e fascicolazioni evidenti soprattutto ai margini linguali che conferiscono un aspetto caratteristico della lingua descritto come "mammellonato". In fase più avanzata la protrusione della lingua diviene impossibile, la disartria sempre più rilevante, la motilità del velo palatino si riduce e la voce diventa nasale. Si instaurano difficoltà della deglutizione, inizialmente per i liquidi e successivamente anche per i cibi di consistenza solida, fino alla totale incapacità a deglutire. La compromissione delle corde vocali determina l'insorgenza di disfonia fino all'afonia. Può essere presente anche una esagerata risposta motoria a stimoli emotivi con riso e pianto spastico, identificata come sindrome pseudobulbare. La forma pseudopolinevritica rappresenta circa il 25 - 30% dei casi ed è caratterizzata da un deficit motorio ai muscoli della loggia antero-esterna della gamba, talora unilaterale, ma in breve tempo bilaterale. Il soggetto inciampa per caduta del piede oppure, se il disturbo ha inizio prossimale, ha difficoltà a sollevarsi dalla posizione seduta. Il disturbo motorio appare in genere prima dell'atrofia. I riflessi profondi sono in un primo tempo ridotti o aboliti e i segni piramidali sono tardivi e spesso mascherati.

DECORSO DELLA MALATTIA

Con l'evolvere del danno neuronale la malattia finisce per coinvolgere, indipendentemente da come ha avuto inizio, sia i nuclei motori bulbari che i motoneuroni spinali e corticali, cosicché i sintomi degli uni e degli altri finiscono per essere presenti entrambi nello stesso paziente. Il decesso si verifica, di solito, per polmoniti ab ingestis, infezioni polmonari, insufficienza respiratoria e grave cachessia conseguente allo stato denutrizionale (Ringel S.P., 1993). La prognosi di questa malattia, nonostante la molta ricerca e sperimentazione intrapresi a livello mondiale, è infausta con una sopravvivenza media di 32 mesi dall'esordio e di 19 mesi dal momento della diagnosi (del Aguila M.A. e coll., 2003). La sopravvivenza media in alcuni studi è stata riportata superiore a 5 anni (Christensen P.B. e coll., 1990)



ed in uno studio condotto dai medici del King's College di Londra, Regno Unito, il 4 % dei pazienti ha superato i 10 anni (Turner M.R. e coll., 2003) mentre tale traguardo è stato raggiunto dall'8 % dei pazienti di uno studio condotto in Olanda (Louwerse E.S. e coll., 1997). In relazione alla diversa rapidità di progressione diversi studi condotti in merito hanno identificato dei fattori con un potere predittivo statisticamente significativo. In particolare è stato descritto come l'età di esordio della malattia abbia un'influenza sulla progressione della malattia stessa, con un rapporto di tipo inversamente proporzionale, quindi maggiormente aggressiva nei soggetti più anziani rispetto ai giovani (Chancellor A.M. e coll., 1993; Tysnes O.B. et coll., 1994; Lee J.R.J. e coll., 1995; Chiò A. e coll., 2002; del Aguila M.A. e coll., 2003; Czaplinski A. e coll., 2006). La progressione più rapida nell'anziano è stata messa in relazione ad una perdita dei motoneuroni che accompagna l'età. I neuroni sono elementi che non hanno la possibilità di divisione cellulare e questo comporta che la loro perdita non viene rimpiazzata con dei nuovi elementi a discapito della funzione esercitata. Inoltre nell'anziano la possibile coesistenza di altre patologie, il minor numero di cure intensive ricevute rispetto al giovane (Louwerse E.S. e coll., 1997) e il maggior stress psicologico (McDonald E. e coll., 1994) insieme giocherebbero un ruolo primario nel determinare una prognosi peggiore. Oltre all'età di esordio della malattia, altri fattori hanno mostrato un'influenza sul suo decorso; tra questi uno dei più riportati è la sede delle prime manifestazioni, dove un esordio nel distretto bulbare presenta una progressione più aggressiva rispetto a quello dagli arti inferiori (Louwerse E.S. e coll., 1997; Magnus T. e coll., 2002; del Aguila M.A. e coll., 2003). Anche l'intervallo di tempo intercorso tra l'esordio e la diagnosi della malattia si è rivelato incidere sul suo decorso; intervalli brevi, indicativi di rapido decorso della malattia, si associano ad aspettative di vita inferiori alla media (del Aguila M.A. e coll., 2003; Czaplinski A. e coll., 2006). Il sesso in alcuni studi si è dimostrato un fattore prognostico negativo per le femmine (del Aguila M.A. e coll., 2003), mentre in altri non ha evidenziato differenze sostanziali nei confronti di quello maschile (Eisen A. e coll., 1993; Turner M.R. e coll., 2003; Czaplinski A. e coll., 2006). Da uno studio condotto dai ricercatori dell'Università Washington di Seattle è emerso che anche il compagno di vita, marito o moglie, sembra giocare un ruolo protettivo, quando presente, sull'aggressività della malattia (del Aguila M. A. e coll., 2003). Infine, è stato descritto anche un decorso diverso in base all'aspetto psicologico con cui viene affrontata la malattia da parte del paziente, con sopravvivenza maggiore



nei soggetti più determinati nel contrastarla rispetto a chi ha sviluppato una sindrome depressiva reattiva (Mc Donald E.R. e coll., 1994).

TERAPIA

Al momento non sono disponibili terapie specifiche in grado di guarire o arrestare l'evoluzione della SLA. Dalla metà degli anni novanta con l'introduzione del riluzolo, farmaco ad azione anti-glutammatergica approvato dalla Food Drug Administration nel 1996, si è realizzata la possibilità di rallentare, anche se per un periodo di tempo di pochi mesi, la naturale evoluzione della malattia. Un importante contributo sulla qualità di vita e la sopravvivenza dei malati di SLA è svolto dalle terapie sintomatiche e le cure palliative, oltre che da un vasto parco di ausili. Se i farmaci sintomatici e gli ausili svolgono un ruolo importante nel migliorare la qualità di vita dei soggetti affetti da SLA, le cure palliative, quali la gastrostomia percutanea endoscopica (percutaneous endoscopic gastrostomy, PEG) e la ventilazione non invasiva (non invasive ventilation, NIV), si sono dimostrate efficaci anche nel prolungare significativamente il decorso della malattia (Chiò A. e coll., 1999; Aboussouan L.S. e coll., 1997). Il primo intervento, che prevede la realizzazione di una apertura artificiale, stomia, durante l'esecuzione di una gastroscopia, consente di infondere una miscela nutrizionale direttamente all'interno della cavità viscerale, gastrica o digiunale, rendendo così possibile una alimentazione artificiale in quei soggetti non più in grado di alimentarsi adeguatamente a causa della disfagia. Essa rappresenta una via alternativa alla alimentazione, non precludendo la via orale, in grado di mantenere un adeguato apporto di nutrienti e calorie e soprattutto di prevenire complicanze quali la polmonite ab ingestis, che in soggetti affetti da SLA potrebbe rivelarsi un evento determinante sull'evoluzione della malattia. Il secondo intervento, la NIV, può essere instaurata direttamente a domicilio e prevede l'uso di ventilatori a pressione positiva, configurati a seconda dei parametri di funzionalità respiratoria del soggetto, e l'ausilio di interfacce precostituite, di solito in silicone, come maschere e boccagli. Essa trova indicazione nei soggetti con insufficienza ventilatoria cronica in grado di determinare un'insufficienza respiratoria stabile o lentamente progressiva associata a lieve ipercapnia diurna e/o notturna ($\text{Pa CO}_2 > 45 \text{ mmHg}$) oppure desaturazione ossiemoglobinica sonno correlata in presenza di sintomi attribuibili a ipoventilazione, quali astenia, dispnea e cefalea mattutina, o una capacità vitale forzata minore del 50 % del valore predetto. **Dott.A. Del Corona**



Il melone (*Cucumis melo*), è una pianta annuale della famiglia delle Cucurbitacee, è originario dell'Africa e venne importato in Italia all'inizio dell'età cristiana. Presenta tre varietà. Cantalupo o zatta, dalla polpa arancione e dalla buccia liscia, il melone d'inverno dalla polpa bianca-verde e dalla buccia rugosa, ed il retato o americano, dalla polpa verde rosa.

Questo tipo di pianta predilige un clima caldo temperato, soleggiato, poco ventoso, che non scenda al di sotto dei 18 gradi di sera e si mantenga sui 30 gradi di giorno.

Prima di piantare il melone, è necessario preparare un terreno e medio impasto, ricco di sostanze nutritive, ben drenato per evitare ristagni di acqua, possibilmente esposto a sud. Inoltre il terreno deve essere molto fertile, ricco di azoto, fosforo, calcio, magnesio, potassio. Periodicamente, è necessario fare delle sarchiature con rastrello o un sarchiatore per eliminare le erbacce e smuovere il terreno superficialmente intorno alla pianta. E' consigliabile inoltre coprire il terreno intorno alle piante con materiali organici come paglia o carta per evitare la proliferazione delle erbe infestanti e per conservare l'umidità del terreno: questa operazione si definisce pacciamatura. La concimazione si effettua prima di piantare il melone, spargendo sulla superficie del terreno, con l'aiuto di una



zappa, del letame o del composto organico.

La semina di questa piantagione avviene nel mese di Marzo; i semi vanno posti nel terreno ad una profondità di 3 cm con la punta verso il basso e vanno annaffiati abbondantemente, facendo attenzione ai ristagni di acqua. Quando sulla piantina spunta la terza foglia vera e la temperatura esterna non scende sotto i 13 gradi, è possibile trapiantare la pianta in giardino o in campo, avendo cura di non interrare anche il colletto e di sistemare le piante ad una distanza di 70 cm l'una dall'altra. Quando le piante avranno attecchito, sarà necessario effettuare un diradamento, eliminando le piante che sembrano più deboli per lasciare lo spazio a quelle più sane.

Per coltivare il melone sono necessarie abbondanti annaffiature, avendo cura di non bagnare direttamente la pianta, ma solo il terreno in prossimità di essa. Quando si avvicina il periodo di maturazione del melone è possibile ridurre l'apporto d'acqua per ottenere dei frutti più saporiti e dolci. Il periodo di raccolta del melone inizia nel mese di Giugno e dura fino ad Agosto, anche se in zone particolarmente calde può durare fino ad ottobre. Quando la buccia ha raggiunto il colore tipico della sua varietà e la polpa comincia a cedere sotto la pressione delle dita, allora il frutto è maturo e può essere colto, avendo cura di tagliare anche il peduncolo. Tra le malattie che colpiscono il melone ci sono gli afidi, il grillotalpa, il raghetto rosso e la coccinella del melone che si possono combattere con insetticidi. Ricordiamo che il melone non è consigliata la coltivazione in vaso.





VENDEMMIA 2011

Che giornata stupenda, il sole è forte, il cielo è azzurro e i nostri ragazzi con tuta da lavoro e forbici in mano sono pronti per partire ... ma dove andranno?? ... (vi domanderete) ... Ma a vendemmiare naturalmente!!!!

È già settembre ed i grappoli sono ormai maturi pronti per essere spremuti. I ragazzi del Cam come ogni anno si sono offerti con molto piacere per dare un aiuto agli operai.

La vendemmia, nei tre giorni intensi di lavoro, inizia alle otto con un'abbondante colazione a base di tradizionali panini con il salame e mortadella tanto graditi da Gino e Patrizio, prosegue con il lavoro nella vigna: "Ragazzi non mangiate troppa uva vi può far male!" "Gino portami il secchio!"... "Franco aiutami a finire questo filare!".. "Carlo stai attento! non far cadere i grappoli" ... Ilio, il nostro esperto agricoltore si preoccupa che tutto fili per il verso giusto dando le direttive ai suoi numerosi aiutanti, controllando che non venga perso nemmeno un chicco della sua uva che ha curato con tanto amore per tutta la stagione.

La giornata di lavoro scorre piacevolmente fra chiacchiere, risate, stornelli e qualche "suonatina" di Carlo che con la melodia della sua armonica a bocca allietta l'atmosfera e in men che



non si dica arriva la sera portando un giusto e meritato riposo ai nostri ragazzi. Grazie per il vostro prezioso aiuto ci rivediamo a novembre per la raccolta delle olive.

Chiara Frescucci





”TUTTI A RACCOGLIERE LE OLIVE”

Effettuare una gita all'esterno dell'istituto è spesso occasione per conoscere luoghi nuovi, stare insieme agli ospiti in modo diverso.....

Il giorno lunedì 7 novembre io ed un gruppo di ragazzi del centro CAM del Ferretto nonché con la gradita ed immancabile compagnia della sig.ra Caprai Maria siamo andati in gita a Cortona loc. SODO.

Non si trattava di una delle solite gite in montagna ma della “raccolta delle olive” che ogni anno nel periodo ottobre-novembre ci impegna piacevolmente nello scoprire la natura ma cosa ancor più importante ci avvicina ancora di più ai nostri ragazzi.

Prima della partenza eravamo un po' eccitati perché, come tutte le gite, eravamo carichi di entusiasmo. Alle 09,00 siamo usciti da scuola per prendere il pulmino che ci avrebbe portato verso Cortona dove c'è l'uliveto della famiglia Caprai. Anche se il tragitto per giungere il predetto terreno è stato breve mi è piaciuto molto perché eravamo tra amici ed ho notato che si chiacchierare con uno spirito diverso.

orgoglio raccontavano a tutte le persone che incontravano il lavoro svolto a dimostrazione di quanto è importante per loro sentirsi utili. Arrivati all'uliveto ci siamo subito organizzati al meglio per dare luogo alla così attesa raccolta.



Chi con cesti ,chi con reti e chi con rastrelli ci siamo diretti nel campo. Molto preziosa è stata anche l'assistenza del sig. Emilio Lunghini, fratello della sig.ra Maria, che ci dava una preziosa collaborazione ed indicazioni su come disporre le reti ed utilizzare il rastrellino.

Seppur stanchi abbiamo esclamato: che meraviglia! immersi nella natura e vedere i ragazzi così uniti ed allegri operare in un'attività così semplice ma in quel momento Seppur stanchi abbiamo esclamato: che meraviglia! immersi nella natura e vedere i ragazzi così uniti ed allegri operare in un'attività così semplice ma in quel momento così importante per socializzare , aiutarsi a vicenda e scambiarsi battute ironiche sulle reciproche operazioni di raccolta.

Sempre all'aperto abbiamo fatto merenda con panini, mortadella e prosciutto che dopo il lavoro svolto sembravano avere un sapore diverso molto più gustoso del solito. Alla fine abbiamo festeggiato l'uscita con dei dolcetti offerti dalla sig.ra Maria che ha reso il tutto una vera e propria festa.

Finito il lavoro siamo ritornati al CAM qui i ragazzi seppur stanchi, con grande orgoglio raccontavano a tutte le persone che incontravano il lavoro svolto a dimostrazione di quanto è importante per loro sentirsi utili.

Anna Pandolfi



TUTTI A TAVOLA



Pasta alle Zucchine

Ingredienti

Zucchine lunghe
Pomodori ciliegini
Prezzemolo
Aglio
Sale
Pepe

Preparazione

Far soffriggere in una padella l'aglio insieme al prezzemolo, aggiungete poi le zucchine tagliate a fettine sottili. Lasciate cuocere il tutto qualche minuto, aggiungendo un po' di sale e pepe. Mettete poi i pomodorini tagliati a metà e lasciateli cuocere solo pochi minuti. Scolate la pasta e aggiungete il condimento. Servite il tutto, con un po' di prezzemolo fresco sopra.
Buon Appetito!!!!!!

Sonia Magionami



CONDITE LA VOSTRA



“CRESCERE INSIEME”

Salve, mi chiamo Valeria Belfico e da quasi 5 mesi svolgo un tirocinio formativo post-laurea presso l'istituto CAM.

Durante il mio percorso universitario ho studiato e letto molti libri di psicologia, psichiatria, sociologia, filosofia e tanti altri argomenti che, per quanto possano essere interessanti, non riusciranno mai ad insegnare quanto un'esperienza come quella che sto svolgendo presso il CAM.

Affascinata da questo mondo ho fatto il mio ingresso nella struttura piena di curiosità e voglia di apprendere cose nuove e devo dire che conoscere la realtà del CAM è stata una delle esperienze più interessanti della mia vita.

Ogni ospite ha la propria storia, i propri bisogni e le proprie caratteristiche che vengono riversate all'interno di una struttura dove, con rispetto, attenzione e professionalità tutti gli operatori si prendono cura di loro.

Le attività che si svolgono quotidianamente ed alle quali partecipo insieme con le educatrici, come l'ippoterapia, le gare di bocce, il cinema, i lavori artigianali e tante altre mi permettono non solo di conoscere gli ospiti, le loro personalità e le loro problematiche ma anche di constatare come queste attività abbiano





un grande effetto educativo e con il tempo, possano portare miglioramenti in ogni singolo soggetto.

Questi miglioramenti rappresentano un'enorme conquista ed un piccolo passo in avanti, difficili da raggiungere ma fragili e semplici da perdere per questo, la loro continuità, un lavoro pianificato ed un'assistenza personalizzata possono renderli stabili e duraturi nel tempo.

Ringrazio la mia tutor, la direttrice Monica per avermi dato la possibilità di fare questa meravigliosa esperienza, la vicedirettrice Manola, le educatrici Chiara, Alessandra ed Anna e tutti gli operatori del CAM per il loro sostegno ma soprattutto ringrazio gli ospiti per il loro affetto.

Valeria Belfico

In memoria di Mario:

Caro Mario,
ora che sei volato in cielo sei in compagnia della mia mamma, nella Gerusalemme celeste, giocherete insieme come quando eri piccolo giocavi insieme a me qui al Cam! Mario te ne sei andato, in modo quasi silenzioso, mi hai lasciato qui in questa terra, mi hai lasciato con l'amarezza in bocca...in attesa di ritrovarci insieme in paradiso! Arrivederci amico Mario.

Luca G.

Caro Stefano,
te ne sei andato, hai lasciato un grande vuoto dentro di me. Io ti volevo tanto bene, si passavano delle belle giornate insieme; si scherzava, si giocava a carte con gli altri ragazzi. Qualche volta volevi fare i duro ma in fondo avevi un cuore grande. Io non dimenticherò mai tutto quello che hai fatto i primi tempi quando sono arrivata. Mi sei stato vicino durate i momenti difficili, mi hai dato forza e coraggio e sono sicura che da lassù tu ci stai guardando, ora le giornate mi sembrano più lunghe senza di te.

Ciao Stefano ti terrò sempre nel mio cuore.

Roberta C.



Ciao Massimo

Mi chiamo Giorgio ,caro Massimo non ti conoscevo bene perché non è tanto che sono al CAM ,però mi è dispiaciuto tantissimo per la tua prematura scomparsa. Tutti i miei amici mi hanno parlato di te e ho imparato a conoscerti e volerti bene . Eri una persona eccezionale, ciao caro Massimo .

Giorgio.

Ciao Massimo

Mi chiamo Giampietro sono al CAM da tre anni, dove ho conosciuto Massimo un carissimo amico .Mi è molto dispiaciuto della sua scomparsa , Massimo nonostante la sua riservatezza era una persona molto dolce e affettuosa. Preparava sempre il caffè a noi ragazzi e qualche volta quando non era impegnato nelle pulizie, usciva con noi con il pulmino. Adesso che è con Gesù lui ci guarda sempre e ci protegge da lassù. Sei sempre con noi nei nostri ricordi.

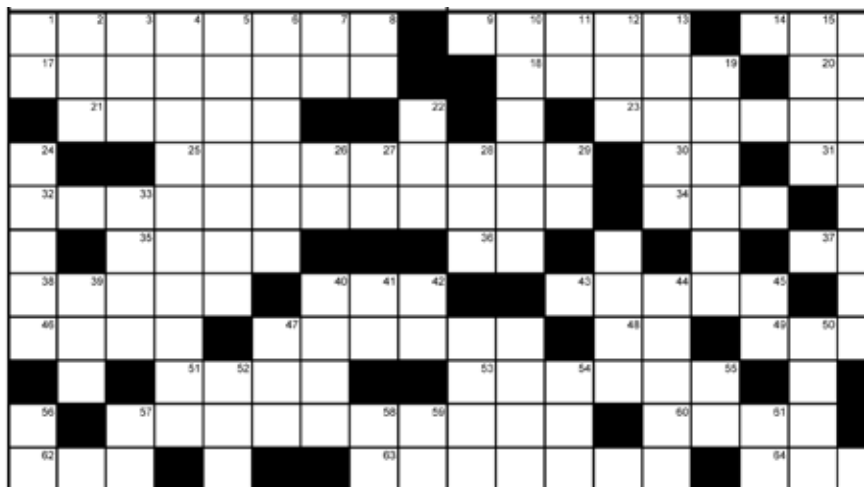
Giampietro

Ciao Massimo

Sembra ieri quando uscivi la mattina presto per andare al bar e dare una mano nelle pulizie. Quando orgoglioso mostravi le tue tasche piene di monetine . Ora non ci sei più e hai lasciato un gran vuoto in noi. Non ti dimenticherò mai,ciao amico mio .

Carlo





ORIZZONTALI

1. Fu amata da Orlando
9. Una nostra operatrice
14. Lo raggiunge chi arriva al massimo
17. Eccessivamente "lungo" nel parlare
18. Tara più netto
20. Doppie in guerra
21. Simbolo di pace
23. Riferito al vento
25. Quella milanese è frita
30. Simbolo del Nichel
31. Prime in ostico
32. Varietà
34. Prefisso per sangue
35. Vulcano siculo
36. Torino
37. Una nota musicale
38. Rabbioso
40. Macchina edile
43. Li descrisse per la prima volta Asimov
46. Non bisogna fare i conti senza lui...
47. Uccello acquatico
48. Nota musicale
49. Bioparco
51. Capitale d'Italia
53. Solca la terra
57. Esempio di altruismo
60. Circolo per soci
62. Società per azioni
63. L'eroe delle Termopili
64. Con i...

VERTICALI

2. Numero in breve
3. Palla in rete
4. Si alza verticalmente in volo
5. Provincia toscana
6. L'amore di Tristano
7. Cosenza
8. Due vocali
10. Una delle furie mitologiche
11. Metà Roma
12. Il numero perfetto
13. Simbolo di bellezza
15. Lo è Shrek
16. Successivo
19. Il monte degli Dei
22. Famoso Generale sudista
24. Vinse lo scudetto nel 2000
25. Vocali in cori
27. Olmo al centro
28. Miscela esplosiva
29. Inizio di Aosta
33. Marca automobilistica
39. Rappresentanza Sindacale Unitaria
41. Doppie in terra
42. Unità Operativa
44. Vi si porta il cibo
45. Due consonanti divise da U e V
47. Vi abboccano i pesci
50. Non vedente
52. Si urla nelle arene spagnole
54. In seguito
55. Articolo spagnolo
56. Post Scriptum
58. Tele senza vocali
59. Le prime due vocali
61. Unità Coronarica

Barzellette

Un tale si avvicina a un carabiniere e chiede : „Scusi,mi sa indicare la via più breve per il cimitero? Il carabiniere:certo,vada dritto alla prima curva!

Due giovani sposi stanno passeggiando, tenendosi teneramente abbracciati, sotto il chiaro di luna. Ad un certo punto lei, contemplando il cielo stellato, chiede dolcemente: “Tesoro mio, tu sai dov’è l’Orsa Maggiore?” E lui risponde, leggermente seccato: “Ti prego tesoro! E’ una serata troppo bella, non vorrai mica ricominciare a parlare di tua madre!”

Ciao... mi devi aiutare... sono nei casini! Sono in questura... ti prego, puoi testimoniare che il cervello non te l’ho rubato... ma che non ce l’hai mai avuto? ? ?

Un amico dice all’altro:mi hanno invitato a un matrimonio e non so cosa regalare. Cosa mi consigli? L’altro: sai quando invitano me mi butto sempre vicino all’oro così non faccio brutta figura. L’amico: loro chi?

Vedo il sole e vedo te.... vedo il mare e vedo te.... vedo il prato e vedo te.... Cavolo ma spostati!!!!

Halloween: due donne stanno pensando al vestito per la figlia di una delle due: <<qual è un vestito che un uomo appena lo vede si spaventa?>> e l’altra <<l’abito da sposa...>>

Un uccellino sta girando per il bosco e a un certo punto trova un cane e gli dice “E tu chi sei?” e il cane “Un cane-lupo” e l’uccellino “Perché cane-lupo?” il cane “Perché mia mamma era un cane

e mio papà un lupo”... L’uccellino va avanti e trova un pesce “E tu chi sei?” il pesce “Una trota-salmonata” l’uccellino “Perché una trota-salmonata?” il pesce “Perché mia mamma era una trota e mio papà un salmone”... L’uccellino va avanti e trova una zanzara e gli dice “E tu chi sei?” la zanzara “Una zanzara-tigre” l’uccellino “Eeh no... non mi prendete mica in giro!!!”

C olmi

Qual è un colmo per un professore di matematica? Abitare in una frazione di Potenza,nutrirsi di radici e morire di calcoli.

Qual è il colmo per una torcia? Sentirsi un po’ fiaccola

Quale è il colmo per un medico? Essere... Paziente!

Quale è il colmo per un ispettore di Polizia in un negozio d’abbigliamento? Trovare un vestito che fa a caso suo!

Sapete quale è il colmo per un pesce palla? finire in rete.

Qual è il colmo per uno scheletro?... avere un amico per la pelle

Indovinelli

Cosa fa un montatore cinematografico in mezzo al traffico? I titoli di coda
Sai perché gli uomini scuotono la testa quando pensano? Perché I due neuroni che hanno nel cervello facciano contatto!
Come si fa a mettere un elefante in un frigorifero in 3 mosse? apri il frigorifero.... metti l’elefante....chiudi il frigorifero.



“ Festa paesana”

Come ogni anno nel mese di Luglio, a Pietraia, un paesino vicino al nostro istituto, organizzano la “Festa dello sport”.

I nostri ragazzi, l’attendono con gioia. Così, alla fine di un turno di lavoro, parlando fra colleghe dell’imminente festa, pensiamo :

- Una sera di queste che siamo libere, ce ne andiamo a mangiare una pizza?
- Sentiamo se qualcuno dei “ragazzi” vuol venire, li passiamo a prendere e ceniamo tutti insieme!
- D’accordo?
- Va bene!

La sera stabilita, Alfredo, uno degli ospiti, ci attende impazientemente nel vialetto, tutto vestito a puntino:

-Veramente molto elegante!
Franco e Chiara ci raggiungono visibilmente contenti e per ultimo arriva Ivano che si informa se alla festa vendano orologi.

Giunti a destinazione, veniamo accolti al tavolo da Dorindo, Claudio e Massimo, tre ospiti della nostra struttura che tutti gli anni, durante la festa, dimostrano grande capacità e volontà nel dare il loro aiuto allo staff organizzativo.

Dopo un’ ottima pizza, facciamo due passi.

La festa per noi tutti è un’occasione per ritrovarci fra amici, conoscenti, colleghi e mentre si fanno due chiacchiere e si scambiano saluti, l’orchestra comincia



a suonare.

Chiara si volta e, con grande entusiasmo, ci fa capire di avvicinarsi alla pista da ballo; Franco la segue a ruota, Ivano ci chiede un ballo, mentre Alfredo, con un sorriso sornione, declina il nostro invito.

Dopo un po’ arrivano anche altri ospiti della struttura accompagnati dai colleghi in turno; alcuni di loro si uniscono alle danze, invitando a ballare anche altre persone.

Quando la stanchezza inizia a farsi sentire, decidiamo di fare rientro e, poco prima di partire Ivano riceve in regalo da un amico l’ennesimo agognato orologio.

Così si è trascorsa la serata: proprio una gran bella serata!

Fatta di piccole cose, che a volte, riescono a farci stare veramente bene.

Angelica e Giulia

