

Noi... Insieme

Notiziario dei Centri Sociali Anziani del Comune di Latina



CENTRO ANZIANI V. VENETO

EDITORIALE

Carissime amiche ed amici dei nostri Centri Sociali questo è il secondo numero del giornalino "Noi insieme" che ha ripreso, grazie all'impegno di noi tutti, la sua "vita".

Questo "foglio" che raccoglie articoli sui più svariati argomenti e le notizie che ci fornite sulla vita e le iniziative del vostro Centro Sociale è come un nostro diario. Ci fa sentire uniti da un unico desiderio che è quello di condividere il nostro tempo libero in maniera impegnata in nome dell'amicizia e della solidarietà.

Sono prossime le Feste di Natale ed il Capodanno, i nostri Centri Sociali si preparano a viverle con iniziative di grande spessore aggregativo legate alle proprie tradizioni ed alla realtà del luogo ove il Centro vive ed opera.

Queste feste arrivano in un momento critico per il futuro del nostro Paese dove, purtroppo lo spettro della crisi sia economica sia dei valori, si fa sempre più concreto.

Questo colpisce in particolare noi pensionati costretti a vivere non solo con pensioni sempre più ridotte all'osso ma spesso quel poco che rimane va utilizzato per sostenere i nostri figli e nipoti o in cerca di lavoro o che, purtroppo, lo hanno perso.

Siamo però ottimisti nella convinzione che anche questo triste momento passerà; la nostra generazione è riuscita con immensi sacrifici a ricostruire ed far ripartire il nostro Paese dopo la distruzione della guerra e, anche ora, avremo senza alcun dubbio la forza e la capacità di contribuire al superamento di questo infelice momento.

E' per questo motivo che oggi, come non mai, dobbiamo credere nella ricorrenza natalizia perché la nascita di nostro Signore porti nei nostri cuori la fiducia e la forza di combattere anche queste avversità. Stretti quindi in un abbraccio ideale dobbiamo augurare a noi tutti ed ai nostri cari un sereno Natale e un prospero 2015.

Il coordinatore civico - Aldo Pastore



CENTRI ANZIANI: IL SENSO DELLO STARE INSIEME

E' insito nell'animo umano la ricerca dell'altro con cui creare una relazione che sia condivisione di gioia e anche di sofferenza e sia reciproca consolazione. Le relazioni umane servono a rivelare noi stessi in quanto gli altri sono il nostro specchio: l'incontro, infatti, tra gli individui è qualcosa di unico e speciale. Si tratta di un momento in cui dobbiamo confrontarci con gli altri, diversi da noi, ed aprirci alle altrui esperienze. Questo è il senso su cui si concepiscono i Centri che accolgono gli anziani: cercare gli altri senza pregiudizi, con rispetto, per gioire e vivere in solidarietà.

Insieme, stare in compagnia, di comune accordo, sapere che c'è sempre qualcuno che ci sa comprendere in amicizia, in un rapporto che interviene fra due persone "virtuose" perché inclini ad un comportamento semplice e schietto, costruire un'amicizia e mantenerla è una prova della nostra capacità sociale e questo ci permette di uscire dal nostro egoismo ed imparare a metterci nei panni dell'altro e rispettarlo. Concludendo con Kahil Gibran "Amico mio", ***tu ed io rimaremo estranei alla vita, e l'uno all'altro, estraneo a se stesso, fino al giorno in cui tu parlerai ed io ti ascolterò, ritenendo che la tua voce sia la mia voce, e, quando starò ritto davanti a te, pensando di stare ritto, dinanzi ad uno specchio.***

Marisa Sarno





MERRY CHRISTMAS

I comitati di Gestione dei Centri Anziani del
Comune di Latina augurano a tutti
BUON NATALE ED UN FELICE ANNO NUOVO

La stella *di Aldo Pastore*

*Lontana, luce tremola e splendente.
Nel buio del cielo sei
Un luminoso mistero.*

*Ti guardo, ti fisso, ti ammiro,
mi affascini e penso:
chi sono io nella grandezza del Creato?*

*Piccola creatura che guarda
l'immenso Universo.
Da lontano mi attrai e mi annienti.*

*La tua luce spegne in me
tutta l'arroganza umana.*



Ritorno alle radici del giorno che illumina la speranza

Nasce un figlio d'Uomo, stirpe di Eva e Adamo, curerà e darà vita all'uomo, solleva il mondo dall'abisso (gen. 1-11). Promessa che illumina la speranza non solo del popolo della Bibbia ma di tutte le genti della terra, allora ed ancora oggi.

Portavano i doni i Magi dopo un lungo viaggio, il riconoscimento del Figlio di Dio: la Festa è grande ed il ringraziamento per il Salvatore di una nuova Era.

La festa del Natale si è consolidata tra il XII ed il XIV secolo, conferendo devota solennità al mistero dell'Incarnazione. In questo periodo s'impongono laudi e sacre rappresentazioni incentrate sui misteri della Fede, ossia episodi della vita di Gesù e della Vergine. Famosi sono "I laudari" redatti nel centro Italia tra questi è celeberrimo il "laudatario di Cortona" seconda metà del XII secolo da cui viene parzialmente estrapolata questa laude:

Gloria 'n cielo e 'n terra
Nat'è 'l nostro Salvatore!
nat'è Cristo glorioso
l'alto Dio marvellioso:
fact'è hom desideroso
lo benigno Creatore!
Pace 'n terra, sia laudata
gloria 'n cielo desiderata
la donçella consecrata
parturit'à 'l Salvatore

Ogni anno che ritorna il Natale ci riporta la Natività di quella nascita e della speranza: è un miracolo pieno di meraviglie da duemila anni è sempre oggi, nella sua incredibile ed immutata attualità.

Benina Mira



I have a dream: Tutti abbiamo un sogno

Sono passati cinquantuno anni dal celebre discorso, passato alla storia, con il titolo "I

have a dream"

("Ho un sogno")

tenuto da Martin Luther King il 28 agosto del 1963 davanti al Lincoln Memorial di Washington al termine di una marcia per i diritti civili e per il lavoro.

"Io ho un sogno, che i miei quattro figli piccoli vivranno un giorno in una nazione nella

quale non saranno giudicati per il colore della loro pelle, ma per le qualità del loro carattere. Ho un sogno, oggi!"

"I have a dream" : questa frase fu ripetuta tante volte nel suo discorso.

In America negli anni '60 non c'era l'integrazione tra i "bianchi" ed i "negri". Chi viveva male erano gli uomini di colore nero che venivano considerati sempre come schiavi. Tra le notizie che ho raccolto: un uomo di colore bianco non ha voluto fare la comunione perché a fianco a lui c'era un uomo di colore nero. Un uomo nero non ha potuto comprarsi una casa perché la zona che aveva scelto era abitata dalla maggior parte di bianchi. I neri non potevano frequentare gli stessi locali dove c'erano i bianchi. Tante altre bruttissime notizie che mi fanno pensare che: il nero, in genere rappresenta il male, il bianco la bontà e la purezza, ma in quei tempi si erano capovolte le concezioni del bene e del male per la maggior parte degli uomini. Quello che ci consola è che esistono sempre delle brave persone anche nei tempi passati che consideravano le donne e gli uomini sia di colore bianco, nero e giallo tutti uguali.

Chi ha partecipato alla marcia per il diritto al lavoro e per i diritti civili



Seguito

I have a dream: Tutti abbiamo un sogno

Non sapeva che avrebbe preso parte ad un importante evento che sarebbe passato alla storia.

Martin Luther King finì il suo discorso in questo modo:

E quando lasciamo risuonare la libertà, quando le permettiamo di risuonare da ogni villaggio e da ogni borgo, da ogni stato e da ogni città, acceleriamo anche quel giorno in cui tutti i figli di Dio, neri e bianchi, ebrei e gentili, cattolici e protestanti, sapranno unire le mani e cantare con le parole del vecchio spiritual: "Liberi finalmente, liberi finalmente; grazie Dio Onnipotente, siamo liberi finalmente".

Un grande uomo, Martin Luther King, saggio, carismatico. La sera del 4 aprile 1968, Martin Luther King, Nobel per la pace e leader del movimento per i diritti civili in America, si affacciò al balcone di un Motel di Mulberry street, dove fu raggiunto dal proiettile di un esaltato assassino. Lui chiedeva l'uguaglianza dei diritti civili ma non con la violenza ma con il dialogo. E' di uomini così che ha bisogno il mondo per risolvere i suoi atavici problemi. Onore a questo grande profeta della libertà, dei diritti civili e dell'uguaglianza degli uomini.

Franca C. Porzia

A F O R I S M I

Viviamo in un mondo in cui ci nascondiamo per fare l'amore, mentre la violenza e l'odio si diffondono alla luce del sole.

"John Lennon

Nessuno vi può dare la libertà. Nessuno vi può dare l'uguaglianza o la giustizia. Se siete uomini, prendetela.

Malcom X"

La pace e la tolleranza sono le nostre politiche migliori, vorrei tanto che ci fosse permesso perseguirle.

Thomas Jefferson



CENTRO SOCIO-CULTURALE DI BORGO GRAPPA

E' con un pizzico di dolce nostalgia, che ricordiamo la stagione estiva, ormai trascorsa, vissuta intensamente dal Centro Sociale di Borgo Grappa, con serate fatte all'aperto, gite culturali e cure termali.

Con l'inizio dell'autunno il Centro Sociale si è attivato con molte altre iniziative. Presso il nostro Centro si può fare ginnastica dolce, seguire la scuola di balli di gruppo, corso di computer, corso di cucito, ricamo ed altro.

In questi primi sei mesi, con la fattiva partecipazione del Comitato di Gestione, sempre pronto a seguire le esigenze degli iscritti, si è avuta una notevole crescita di essi, conoscendo quello che riusciamo a fare e, soprattutto, informati anche delle iniziative per il 2015.

Un grazie di cuore al Comitato di Gestione ed ai numerosi soci che ci sostengono. Cercheremo di fare sempre di più e con l'esperienza che abbiamo acquisito in questi anni, cercheremo di fare di tutto di più anche con l'aiuto del nostro coordinatore che ci segue con annoverata esperienza e pazienza.

**La presidente del Centro Sociale Anziani di Borgo Grappa.
Amalia Alfieri.**



CENTRO SOCIO-CULTURALE DI BORGO GRAPPA



26 OTTOBRE 2014: FESTA DEI NONNI

**Con la nostra Presidente Amalia, il vice-
Presidente Giancarlo,
e tutto il Direttivo, con tanta simpatia,
trascorriamo insieme bei momenti in allegria.
Di nonni al mondo ce ne sono tanti, e speciali ce
ne sono oggi qui,
li abbracciamo tutti, con un cuore grande così.
Arzilli e belli, con poca o tanta neve sui capelli,
con grandi storie da raccontare,
di una vita che può ancora meravigliare.
Stiamo invecchiando, gli anni vissuti possono
essere tanti,
ma degni di essere ricordati tutti quanti:
per le gioie e le difficoltà,
per la tristezza e la felicità.**

**Anche se con qualche acciaccio che ci rallenta sulla via,
con i sorrisi dei nipoti la stanchezza spazziamo via.**

**Ci affascina ancora il sole al tramonto,
la magia del mare c'incanta ogni momento.**

**Dentro di noi, anche se ci fa qualche scherzetto, batte un cuore,
ancora capace di vibrare per un po' d'amore.**

**Dopo gli ottant'anni la vita si fa un po' più dura,
ma per noi nonni, fin che va, nulla ci fa paura.**

**Con il benessere, se arriviamo ai novanta,
il mondo intorno a noi ancora c'incanta.**

**Se poi avremo la fortuna di arrivare anche ai cento,
una candelina accesa e per la vita un bel monumento.**

**E se a volte sarà corto il passo,
basterà un bastone che ci porti a spasso.**

**E al brindisi con un buon vino
ci sarà festa per tutti, dal nonno al nipotino.**

**Godiamo allora di questa bella compagnia,
pene e tristezza gettiamole via !!!**

IMELDA TREVISAN

CENTRO SOCIO-CULTURALE DI VIA EZIO

Sento la necessità di far conoscere ai lettori la storia passata e presente del Centro Sociale Anziani di Via Ezio,73. Questo Centro è ubicato in una zona privilegiata perchè non circondato da fabbricati abitati e pertanto non disturba nessuno nell'espletare le sue attività. E' immerso nel verde, ricco di pini e mimose, si respira aria pulita e ossigenata. Non è grandissimo al suo interno, ma dispone di ampi spazi esterni ed è dotato di un grande gazebo che viene sfruttato nel periodo estivo per il ballo ed altre attività.

Questo Centro conta poco meno di 15 anni di attività. Ha avuto un inizio turbolento e difficile come pochi altri. Inizialmente non decollava perché non offriva servizi; la scarsa preparazione dei suoi dirigenti era palese, succubi di alcuni politici e non riusciva a produrre niente di positivo. Frequenti dispute e risse avvelenavano l'ambiente, dovevano intervenire spesso le forze dell'ordine. Si sono verificate denunce tra iscritti. Questo fino al commissariamento, dopo 6 mesi la situazione è cambiata. E' subentrato un direttivo più adeguato e ha iniziato a migliorare. C'è stato l'ampliamento dello stabile e a poco a poco si è arrivati ad una moderata crescita.

Siamo arrivati al 2008: è subentrato un direttivo nuovo. Questo.....
segfue a pag. 11



CENTRO SOCIO-CULTURALE DI VIA EZIO

direttivo si è subito distinto per intraprendenza, tanta buona volontà, ha iniziato ad eseguire tante migliorie sia interne che esterne che hanno trasformato letteralmente l'ambiente. La costante applicazione



del Comitato, quasi invariato da 7 anni ad oggi, ha fatto la differenza. Sono cessate le diatribe e i rapporti fra gli iscritti sono sempre più sereni.

L'accoglienza, la cortesia, l'impegno costante del direttivo nel valorizzare la personalità di ogni singolo iscritto, lo spirito genuino con cui ha saputo coniugare il verbo "socializzare" ha innescato una crescita inimmaginabile. Questo Centro è diventato in breve tempo il secondo Centro di Latina e

Borghi. Conta oggi circa 600 iscritti.

Si svolgono molte attività: corso di computer, di chitarra, di pianola, di yoga, ginnastica, canto, dama, teatro che ha tanto ben figurato sia a Latina che in provincia, vari tornei di carte. Si balla 3 volte alla settimana: giovedì, sabato e domenica dalle 17 alle 22/22,30 con interruzione alle 20,00 per consumare una pizza o altro che fornisce il centro. Si accede al nostro Centro con una modica cifra d'iscrizione annuale di €.12,00. Per tutte le attività sopra descritte si pagano €.6,00 al mese, sia che l'iscritto le faccia tutte, sia che scelga parte di esse. Ci sono delle attività a pagamento come la parrucchiera, la pedicure, la ginnastica posturale, i massaggi, il barbiere, la scuola di ballo di gruppo e di coppia.

Tutte queste attività ed il grande afflusso al Centro dà l'esatta misura del percorso evolutivo raggiunto. Oggi è tra i Centri più ambiti. Il direttivo intrattiene ottimi rapporti con i direttivi di tutti i centri di Latina e Borghi e ci rapportiamo volentieri con essi.

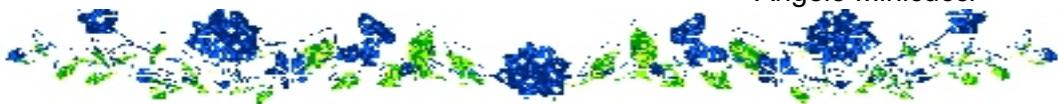
Facciamo parte della grande associazione A.N.C.e S.C.A.O., ben diretta da Aldo Pastore e Raimondo Giuliani con i quali, anche se in minima parte, collaboro perché facente parte anch'io del direttivo. Questo Centro si distingue anche per l'organizzazione delle

numerose gite a prezzi contenuti e per questo dobbiamo ringraziare la signora Bagiardi Francesca. Organizziamo inoltre le cure termali giornaliere a Ferentino in cui i nostri iscritti possono usufruire delle diverse cure proposte. Facciamo ricche tombolate sotto le feste natalizie con contributi in denaro da parte del Centro.

Siamo attivi anche verso altre associazioni come "Il Telefono Azzurro" e quelle che si battono contro la violenza sulle donne. Abbiamo anche un bambino adottato a distanza da tanti anni. Cerchiamo sempre di inventarci qualcosa di nuovo e piacevole per gratificare e fare felici i nostri iscritti.

Termino inviando sentiti auguri di Buon Natale e felice Anno Nuovo a tutti i presidenti, ai direttivi, alle loro famiglie. Vi auguro che la salute e la serenità non vi manchi mai. Invito tutti i presidenti a venirci a trovare, sarà un piacere rivedervi. Troverete una buona accoglienza ed un bel centro che vi attende, perché il Centro Sociale di Vi Ezio,73 è diventato davvero una bella realtà.

Il Presidente
Angelo Minicucci



Un Libro letto per voi: Il Tribunale del bene di G. Nissim

Il libro racconta la storia di Moshe Bejski, l'uomo che creò il "Giardino dei Giusti". che è sito a Gerusalemme, nel Museo di Yad Vashem; in questo giardino ogni albero piantato ricorda una persona, sia esso uomo o donna, non ebreo, che si è molto adoperato durante la seconda guerra mondiale per salvare gli ebrei dalla Shoah. Moshe Beiski, perseguitato dai nazisti durante l'invasione della Polonia, è scampato alla deportazione grazie all'intervento di Oskar Schindler. Il sig. Schindler riuscì a salvare circa 1100 ebrei dalla "pazzia" nazista con la scusa di impiegarli come operai presso la sua azienda. Dopo la guerra mondiale Bejski ha voluto gratificare il suo salvatore, facendola includere tra le 20.000 persone di cui 295 italiani, al pari di molti altri "gentili" che aiutarono gli ebrei. ***Nella sua battaglia in favore di tutti i giusti, Bejski ha dovuto affrontare una dura opposizione ideologica. Ma alla fine è riuscito a far riconoscere il valore straordinario della " memoria del bene", a mostrare le possibilità di rigenerazione morale anche nei momenti estremi, a restituire alle vittime la speranza e la forza di ricominciare.***

Centro Anziani “Don Giovanni Le Rose” di B.go Podgora - Carso

Il Centro Sociale Anziani “Don Giovanni Le Rose” grazie all'impegno ed alla capacità dei volontari che gestiscono il Centro ha dato vita in questi ultimi tempi ad iniziative di grande impatto aggregativo, siano esse ricreative che culturali.

Grazie ai nuovi locali ed alla rinnovata gestione, gli anziani dei due Borghi possono, ora, passare il loro tempo in maniera impegnata e confacente alle loro specifiche attitudini.

Vanno alla grande i corsi di ginnastica, i corsi di artigianato, le gite sociali come quella fatta a Napoli, in Romagna, a Rimini al convegno medico organizzato dalla Federanziani in collaborazione con l'ANCeSCAO, le cene sociali, l'incontro con l'autore Antonio Pennacchi concluso con salsicce e ballo per più di 120 associati, feste estive, tornei di carte, pranzo di Ferragosto, festa dei Nonni; tutti i giovedì dalle 17 alle 24, grazie alle signore del Centro c'è animazione con giochi, ballo e pizza per tutti. In tante altre importanti iniziative hanno visto la presenza del Sindaco, Giovanni Di Giorgi, dell'Assessore, Agostino Mastrogiacomo e del Parroco, Don Enrico Scaccia.

Per rendere più accogliente il Centro è stato acquistato un televisore, grazie ad un donatore; è stata arredata la cucina con forno, stufa, lavello, affettatrice; il tutto installato da volontari: Inoltre sono stati acquistati tavoli e sedie per completare l'arredamento.

Ovviamente tutto questo ha portato ad un aumento del numero degli iscritti ed un importante salto di qualità del Centro Sociale per Anziani di Borgo Podgora - Borgo Carso.

Il Presidente Nardin Vittorio



FIABA CINESE

Dopo una lunga e coraggiosa vita, un valoroso samurai giunse nell'aldilà e fu destinato al paradiso.

Era un tipo pieno di curiosità e chiese di poter dare prima un'occhiata anche all'inferno.

Un angelo lo accontentò.

Si trovò in un vastissimo salone che aveva al centro una tavola



imbandita con piatti colmi di pietanze succulente e di golosità inimmaginabili. Ma i commensali, che sedevano tutt'intorno, erano smunti, pallidi, lividi e scheletrici da far pietà. «Com'è possibile?» chiese il samurai alla sua guida.

«Con tutto quel ben di Dio davanti!». «Ci sono posate per mangiare, solo che sono lunghe più di un metro e

devono essere rigorosamente impugnate all'estremità. Solo così possono portarsi il cibo alla bocca».

Il coraggioso samurai rabbrivì.

Era terribile la punizione di quei poveretti che, per quanti sforzi facessero, non riuscivano a mettersi neppure una briciola sotto i denti.

Non volle vedere altro e chiese di andare subito in paradiso.

Qui lo attendeva una sorpresa.

Il paradiso era un salone assolutamente identico all'inferno!

Dentro l'immenso salone c'era un'infinita tavolata di gente seduta davanti ad un'identica sfilata di piatti deliziosi.

Non solo: tutti i commensali erano muniti degli stessi bastoncini lunghi più di un metro, da impugnare all'estremità per portarsi il cibo alla bocca.

C'era una sola differenza: qui la gente intorno al tavolo era allegra, ben pasciuta, sprizzante di gioia.

«Ma com'è possibile?», chiese stupito il coraggioso samurai.



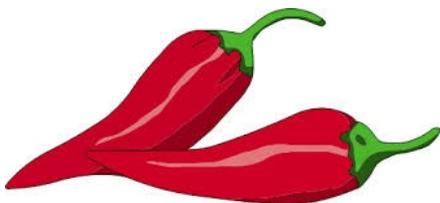
L'angelo sorrise: «All'inferno ognuno si affanna ad afferrare il cibo e portarlo alla propria bocca, perché così si sono sempre comportati nella loro vita. Qui al contrario, ciascuno prende il cibo con i bastoncini e poi si preoccupa di imboccare il proprio vicino».

Paradiso e inferno sono nelle tue mani. Oggi.



SALUTE: L'estate ti stressa? L'autunno ti difende!

Coltivare e consumare il peperoncino può aiutare a perdere peso, alleviare dolori e perfino lenire lo stress da ferie....



La passione per il peperoncino dilaga e per la pasta all'arrabbiata o la puttanesca, molti italiani scelgono l'idea di coltivare il

peperoncino in proprio. Del resto queste bacche brucianti oltre che buone, sono decorative e fanno bene alla salute, La coltivazione stessa è coinvolgente, perché piace alla mente, fa bene al corpo e soddisfa il gusto; hanno colori affascinanti, come il rosso simile al copricapo del vescovo o quelli rosso rubino, detto cayenna. Insomma la coltivazione stessa è molto facile può essere effettuata anche in un vaso con un pò di terriccio, acqua e pazienza. Nel giro di qualche mese o più si possono staccare i primi piccantissimi frutti e goderne i benefici in termini di gusto e benessere.

Quanta storia dietro un vecchio...

Non conquisto nuove terre per recitarle. Le conquisto per conoscerle.
A me non importa se l'Amore impazzisce ancora per il mio odore, se ho
gettato la spugna o se ho depresso le armi.



Quello che conta è averlo conosciuto.

Attraverserò la Privamera, poi quella dopo, e un'altra
ancora ... avrò gli occhi zuppi d'acqua, saprò tante cose
più di oggi, altrettante le avrò dimenticate e allora mi
chiameranno "vecchio". Non il saggio. Il Vecchio.

Quanta storia dietro un vecchio...

**Spazio dedicato a chi vuole far conoscere
la sua attività, basta fare una donazione per
la stampa di questo notiziario. Potete
rivolgervi agli indirizzi riportati di seguito**

Noi... Insieme

Foglio dei Centri Sociali Anziani del Comune di Latina

Hanno collaborato a questo numero:

Centro Anziani V. Veneto, Via Ezio, Borgo Grappa, Borgo Podgora - Carso

Redattori: Franca C. Porzia - Marisa Sarno, Benina Mira,

Grafica: Franca Ciotti

Tel. e fax 0773 665126

E-mail infonoiinsieme@libero.it

Noi... Insieme, notiziario di informazione dei Centri Sociali Anziani del Comune di Latina. E' diffuso, senza scopo di lucro, solo tra gli iscritti ai Centri sociali Anziani di Latina ed è stampato in proprio.

Centro Anziani di V. Veneto

Sito in viale V. Veneto n. 22 -Tel. 0773 663206 - 0773 665126

Orario di apertura mattina 8,45 – 12.00 - pomeriggio: 14,30 – 19,00

.E-mail: info@centroanziani.it - E.mail: ancescao.latina@libero.it