

# EL BARBAPEDANA

Ad Ottobre ci aspetta una meravigliosa avventura: andremo in udienza generale dal Santo Padre e ci piacerebbe raccontargli chi siamo e cosa facciamo attraverso le pagine del nostro giornalino.



A cura di Anita e della Redazione

“Caro Francesco STIAMO ARRIVANDO! E ci piacerebbe molto poterti incontrare di persona e parlare con te in udienza privata. Siamo un numeroso gruppo di persone che quotidianamente frequentano i servizi della Cooperativa Cura e Riabilitazione di Milano che si occupa di accompagnare e sostenere persone con disabilità psico-fisica. Quest’anno festeggiamo i vent’anni dalla nascita della nostra struttura e abbiamo pensato di festeggiare questa ricorrenza insieme a Te! E’ la prima volta che ci muoviamo tutti insieme e tutti insieme non vediamo l’ora di conoscerti!!! (Prosegue a pagina 2)

## In questo numero:

### “Lavanda dei piedi” di Giotto

A cura di Ettore

Pagina 2 - 3

### Un 8 marzo festeggiato ...

A cura di Carla e Donatella

Pagina 4

### Casa Lupita By Night

A cura di Anita

Pagina 5

### Lavori di pubblica utilità

A cura della Redazione

Pagina 6

### Islanda: la terra degli elfi

A cura del Corso di Cucina

Pagina 7

### Sbellichiamoci dalle risate

A cura di Davide, Michele U., Ettore

Pagina 8

... tutto cominciò così. Il 7 novembre 1994 ho iniziato a frequentare il Centro Cardinale Colombo. Non eravamo così tanti come ora; mi ricordo in particolare Diego che ha iniziato qualche giorno dopo di me. Anche allora lo sentivamo parlare in corridoio. Dopo di lui sono arrivati altri ragazzi. In quegli anni anche il direttore era qui al Centro con noi ed il suo ufficio si trovava dove ora c'è la redazione del giornalino. A me faceva piacere che il direttore fosse al Centro con noi ed io lo spiavo da dietro la porta perché non volevo che andasse via; con noi ragazzi era molto bravo e ci leggeva la Bibbia. Gli educatori di allora erano altri a parte Marco, Alberta e Mario che erano già qui quando sono arrivata. Durante il giorno ci facevano fare le cornici ricoperte di carta colorata per inserire le nostre foto, con un'educatrice facevamo le bomboniere, cucivamo le tovaglie ed uscivamo a fare le passeggiate. A me piaceva molto venire al Centro perché dopo aver finito la scuola sono rimasta per un po' a casa e mi annoiavo. Ho conosciuto tante persone e con alcune di esse sono diventata anche amica ed in 20 anni sono cambiate tante cose. Ora siamo in tanti qui al Centro e facciamo tante belle attività che mi piacciono. Quest'anno posso festeggiare insieme alla Cooperativa i nostri primi 20 anni facendo un viaggio a Roma dal Papa."

## La "Lavanda dei piedi" di Giotto

In occasione della Pasqua ci piacerebbe condividere un'immagine a noi cara.



“Gesù Cristo ti ama, ha dato la sua vita per salvarti, e adesso è vivo al tuo fianco ogni giorno, per illuminarti, per rafforzarti, per liberarti.”

(Papa Francesco)

Queste prime parole di Papa Francesco introducono, insieme a quelle di Don Giussani, il Volanto-

ne di Pasqua 2014. Quest'anno l'immagine scelta è quella della Lavanda dei Piedi di Giotto affrescata nella Cappella degli Scrovegni a Padova.

Ma qual è il senso di quel gesto? Proviamo in poche parole a capirlo.

2014  
PASQUA

«Gesù Cristo ti ama, ha dato la sua vita per salvarti, e adesso è vivo al tuo fianco ogni giorno, per illuminarti, per rafforzarti, per liberarti». Quando diciamo che questo annuncio è «il primo», ciò non significa che sta all'inizio e dopo si dimentica o si sostituisce con altri contenuti che lo superano. È il primo in senso qualitativo, perché è l'annuncio *principale*, quello che si deve sempre tornare ad ascoltare. È l'annuncio che risponde all'anelito d'infinito che c'è in ogni cuore umano. Tale convinzione, tuttavia, si sostiene con l'esperienza personale, costantemente rinnovata, di gustare la sua amicizia e il suo messaggio, convinti, in virtù della propria esperienza, che non è la stessa cosa aver conosciuto Gesù o non conoscerlo, non è la stessa cosa camminare con Lui o camminare a tentoni. Sappiamo bene che la vita con Gesù diventa molto più piena e che con Lui è più facile trovare il senso di ogni cosa.

Papa Francesco

Per la mia formazione in famiglia e in seminario prima, per la mia meditazione dopo, mi ero profondamente persuaso che una fede che non potesse essere reperta e trovata nell'esperienza presente, confermata da essa, utile a rispondere alle sue esigenze, non sarebbe stata una fede in grado di resistere in un mondo dove tutto, *tutto*, diceva e dice l'opposto. Mostrare la pertinenza della fede alle esigenze della vita e, quindi - questo «quindi» è importante per me -, dimostrare la razionalità della fede, implica un concetto preciso di razionalità. Dire che la fede esalta la razionalità, vuol dire che la fede corrisponde alle esigenze fondamentali e originali del cuore di ogni uomo. Per questo dare ragione della fede significa descrivere sempre di più, sempre più ampiamente, sempre più densamente, gli effetti della presenza di Cristo nella vita della Chiesa nella sua autenticità, quella la cui «sentinella» è il Papa di Roma.

Luigi Giussani

CL  
COMUNIONE E LIBERAZIONE

Stella, Scrovegni 40 prof. (arabeschi). Cappella degli Scrovegni (1303/39), Padova. © In questa immagine: Riformazione di Mond, Palazzo (Liberti) e Spaurico di Padova.

La lavanda dei piedi era un'abitudine orientale, in un tempo in cui si camminava con calzari aperti su strade polverose. La si compiva una volta entrati in casa, prima di prendere cibo.

Quest'umile mansione era svolta, generalmente, dal servo di livello più basso della casa. Questo spiega come mai, in assenza di servitori, nella camera in cui Gesù e gli apostoli erano riuniti per celebrare la Pasqua ebraica, nessuno si fece avanti per lavare i piedi ai commensali. Gesù, però, volle in quell'occasione impartire una lezione fondamentale di umiltà:

"Gesù, sapendo che il Padre gli aveva dato tutto nelle mani e che egli era proceduto da Dio e a Dio ritornava, si alzò dalla cena e depose le sue vesti: poi, preso un asciugatoio, se lo cinse. Dopo aver messo dell'acqua in una bacinella, cominciò a lavare i piedi dei discepoli e ad asciugarli con l'asciugatoio di cui era cinto." (Giovanni 13:3-5)

Con questo umile, gesto Egli vuole far capire ai Suoi discepoli, che avevano sempre litigato fra loro per stabilire chi fosse il più importante, quale dev'essere lo spirito di servizio di cui è animato ogni vero devoto del Salvatore:

"Chiunque fra voi vorrà esser primo, sarà vostro servitore; appunto come il Figliuol dell'uomo non è venuto per esser servito ma per servire, e per dare la vita Sua come prezzo di riscatto per molti." (Matteo 20:27-28)

Così, dopo aver lavato i piedi agli stupefatti apostoli, ne dà la spiegazione e un preciso ordine per il futuro:

"Quando dunque ebbe loro lavato i piedi ed ebbe ripreso le sue vesti, si mise di nuovo a tavola, e disse loro: «Capite quello che vi ho fatto? Voi mi chiamate Maestro e Signore; e dite bene, perché lo sono. Se dunque io, che sono il Signore e il Maestro, vi ho lavato i piedi, anche voi dovete lavare i piedi gli uni agli altri. Infatti vi ho dato un esempio, affinché anche voi facciate come vi ho fatto io. In verità, in verità vi dico che il servo non è maggiore del suo signore, né il messaggero è maggiore di colui che lo ha mandato. Se sapete queste cose, siete beati se le fate.» (Giovanni 13:12-17)

La lavanda dei piedi non è un rito facoltativo, perché "scomodo": esso deve precedere la Cena che

ricorda il sacrificio di Cristo, perché ha, come vedremo, una simbologia importante. Inoltre, non solo è oggetto di un comando specifico di Gesù, ma il rifiuto di parteciparvi recide il credente dalla comunione con Cristo:

"Venne dunque a Simon Pietro, il quale gli disse: - Tu, Signore, lavare i piedi a me? - Gesù gli rispose: " Tu non sai ora quello che io fo, ma lo capirai dopo. "

Pietro gli disse: -"Tu non mi laverai mai i piedi! " Gesù gli rispose: "Se non ti lavo, tu non sarai veramente unito a me." (Giovanni 13:6-8)

La lavanda dei piedi assurge a simbolo di una rinnovata purificazione.

"E Simon Pietro: "Signore, non soltanto i piedi, ma anche le mani e il capo!"

Gesù gli disse: " Chi è lavato tutto non ha bisogno che d'aver lavati i piedi; è netto tutto quanto; e voi siete netti, ma non tutti." (Giovanni 13:9-11)

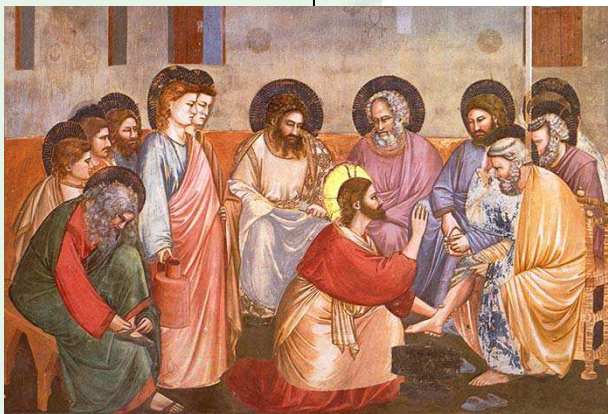
Perché sapeva chi era colui che lo avrebbe tradito e per questo disse: "Non tutti siete netti."

Con questa frase, Gesù insegna praticamente il profondo significato della lavanda dei piedi. È

interessante notare che il Vangelo di Giovanni usa, in greco, due termini ben distinti che, in italiano, vengono tradotti ambedue con il verbo "lavare":

"*Lavato tutto* " in greco il termine è "*luein*" che vuol dire "immergere totalmente, fare il bagno, lavare il corpo". È dunque una chiara allusione al battesimo per immersione, con il quale si è ottenuto il perdono di tutti i peccati precedenti.

"*Lavati i piedi* " in greco il vocabolo è "*nipstein*" che era usato per indicare un lavaggio parziale del corpo, generalmente appunto alludeva alle mani e ai piedi. Il credente ha bisogno di rinnovare, di tanto in tanto, la purificazione dei suoi peccati. Se vogliamo usare un'immagine, potremmo dire che, dopo il battesimo, il Figlio di Dio ha ripreso a camminare nel fango del mondo, che gli ha sporcato i piedi, lo ha contaminato. Con la lavanda dei piedi, egli rinnova il suo impegno ricordandoci il Suo sacrificio .





# Una Finestra sul Centro ... e Oltre

## Un 8 marzo festeggiato e gustato in compagnia

Il 7 Marzo, con tutte le donne del Centro Cardinale Colombo siamo andate a festeggiare con un giorno di anticipo la "Festa della donna". Siamo andate a pranzare in un locale a Bresso, famoso perché producono birra artigianale. Al pranzo sono state anche invitate alcune volontarie che in settimana vengono a trovarci e ad aiutarci a governare la cucina. Quel giorno abbiamo anche festeggiato il compleanno di una nostra amica. I suoi 30 anni!!!! Mi è piaciuta questa giornata perché l'ho trascorsa con una bella compagnia allegra! Poi verso metà pomeriggio, siamo tornati al Centro dove ci aspettavano i pulmini per portarci a casa dalle nostre rispettive famiglie.

*Carla*

Ogni anno il giorno 8 del mese di marzo si festeggia la Festa della Donna. Anche noi del Centro abbiamo festeggiato. Siamo andati in un ri-

storante in zona di Bresso. Dal menu abbiamo ordinato le lasagne e per secondo spiedini di carne. E infine abbiamo mangiato le torte. Tutto è andato bene. Poi abbiamo fatto varie foto con il mazzo di mimose che ci ha regalato "l'altra metà del Centro". Ovviamente, tutte le donne presenti avevano un vestito elegante per questa giornata di festa.



Comunque volevo ricordare la storia della Festa della Donna che risale agli inizi del '900, periodo in cui le donne hanno cominciato a lottare per i propri diritti. Da allora, l'Assemblea Generale delle Nazioni Unite propose ad ogni paese, di dichiarare un giorno all'anno "Giornata delle Nazioni Unite per i diritti delle Donne e per la pace internazio-

nale". L'Assemblea riconobbe l'urgenza di porre fine a ogni discriminazione e di aumentare gli appoggi a una piena e paritaria partecipazione delle donne alla vita civile e sociale del loro paese. L'8 marzo, divenne la data ufficiale di molte nazioni.

Così, nonostante la crisi di cui si parla, noi abbiamo deciso di festeggiarla. L'8 marzo è stata una giornata passata bene, insieme con le donne del nostro Centro.

*Donatella*

Leggi **El Barbapedana** sul sito  
[www.curaeriabilitazione.org](http://www.curaeriabilitazione.org)

e diventa anche tu un  
**inviato speciale**  
inviando i tuoi articoli a  
[barbapedana09@gmail.com](mailto:barbapedana09@gmail.com)



Per informazioni: Francesco, M. Cristina  
Redazione Centro Cardinale Colombo:  
Ettore, Carla C., Carla M., Donatella, Davide, Anita, Luana, Linda, Roberto, Salvatore, Diego D. e Michele U.  
Hanno collaborato:  
Michele C., Mario e Claudia.  
Copertina a cura della redazione

Publicazione a cura della Coop. Cura e Riabilitazione, via Terruggia, 22 - 20162 Milano, Tel. 02.66.100.415 - Fax 02.64.749.849

## Vivere fuori dal “nido”. Un’esperienza di crescita?!



Il 18 Marzo al Centro Cardinale Colombo, nelle prime ore del pomeriggio, è venuta a trovarci la mamma di una ragazza, Annamaria, che frequenta il Centro quotidianamente.

E' venuta a raccontarci, insieme alla figlia, la loro esperienza di residenzialità.

Annamaria, infatti, da un pò di tempo sta provando a vivere in un appartamento con altre tre ragazze, senza i suoi genitori. Ha imparato a farsi le cose da sola o con qualche aiuto da parte di educatori.

Questa esperienza è stata proposta ad Annamaria perché la sua famiglia desidera che possa essere indipendente come gli altri suoi fratelli e che non “invecchi con loro”, come ha osservato suo fratello.

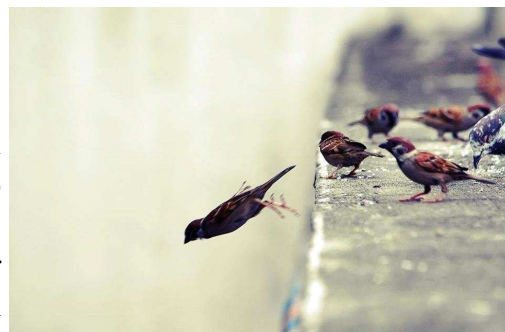
Durante la spiegazione abbiamo visto al computer alcune sue foto, ad esempio di cosa fa lei durante la giornata, lavare i piatti, apparecchiare la tavola e

fare le pulizie domestiche.

Successivamente è intervenuto Fabio, il responsabile di Casa Lupita, la nostra Residenza Temporanea. In questa casa abbiamo la possibilità di andare a trascorrere

qualche serata in compagnia, fuori casa. Fabio ci ha raccontato che, per chi avesse il piacere, po-

trebbe trascorrere una serata lì, in compagnia ogni 15 giorni o una volta al mese e poi ci ha raccontato cosa fanno, ad esempio alcune volte escono per andare a mangiare una pizza, o in estate un gelato; altre volte vanno al cinema o al bowling. C'è la possibilità di trascorrere del tempo insieme.



*Carla M.*

## Da Mozzate: Casa Lupita By Night

Mercoledì 12 Marzo sono andata a Mozzate a Casa Lupita con Daniela, Giancarla, Luca, Sebastiano e Giorgio. Sono venuti a prenderci gli educatori da Vanzago e ci hanno proposto di andare subito al cinema a vedere il film “La Bella e la Bestia”.

Noi eravamo tutti molto emozionati perché è bello poter andare un pomeriggio al cinema. Per quanto mi riguarda, era da parecchio tempo che non lo facevo. Il film mi è piaciuto molto! La bestia però mi ha fatto paura perché è un personaggio un po' brutto, anche se alla fine si trasforma in un bellissimo principe ed io mi sono emozionata. Quando è finito il film siamo andati a Casa



Lupita (la casa è dedicata alla Madonna di Guadalupe) per la cena che ci è stata preparata da una signora: pollo con contorno di carote. Dopo cena,

tutti noi con gli educatori abbiamo riordinato la cucina perché sarebbero arrivati alcuni ospiti, alcuni universitari che ogni tanto vengono a trovarci. Daniela era molto stanca e le sarebbe piaciuto andare a letto subito, ma ha aspettato perché ci sarebbe stato anche il dolce. Quando sono arrivati gli universitari, uno di loro avrebbe voluto fare un video a sorpresa per il compleanno di Fabio, ma non ha potuto, perché il festeggiato non era presente. Abbiamo trascorso la serata chiacchierando, con una tazza di camomilla ed una fetta di torta. Al mattino seguente un educatore ci ha fatto un video con il suo telefonino in cui facevamo tutti gli

auguri a Fabio. Dopodiché ci siamo preparati per andare al Centro.

*Anita*

## Lavori di Pubblica Utilità



Il CDD di Vanzago ospita una postazione per i Lavori di Pubblica Utilità, che vengono assegnati come sanzione alternativa per alcune infrazioni al codice della strada.

Per noi si tratta della seconda esperienza e questa volta ha collaborato con noi Stefano, tutti i lunedì da settembre a febbraio, ed è nata un'amicizia. Vorremmo condividere la lettera che ci ha scritto al termine del periodo di collaborazione.

*“Buongiorno a tutti i collaboratori del CDD e i ragazzi in difficoltà, volevo raccontarvi una storia.*

*In un periodo della mia vita, mi sono trovato in una situazione complicata, causa una mia esagerazione e stravaganza, contro il rispetto delle regole, però mi è stata data un'occasione di rimediare, offrendomi lavori di pubblica utilità (l'ho presa al volo). Ho trovato un ente pubblico, dopo un colloquio sono stato preso.*

*E mi sono trovato a Vanzago al CDD.*

*All'inizio ero un poco negativo, pensando a cosa pensavano le persone della mia situazione (chi è e perché è qui), mi sono ricreduto, invece sono stato accolto in maniera corretta e piacevole.*

*E così è iniziata la mia avventura, e pensate che per me era una soddisfazione alzarmi tutti i lunedì e recarmi ad aiutare persone in difficoltà, ero in pace con me stesso, perché sentivo che facevo una cosa utile e piacevole allo stesso momento; va bè, comunque un ringraziamento a tutti i collaboratori del CDD che, ripeto, mi hanno fatto sentire a mio agio. Siete delle persone speciale per quello che fate, è bello, duro e pesante lo so, ma riuscite ad affrontare i problemi con una sicurezza straordinaria e una passione super.*

*Grazie a questa esperienza ho colto un impatto della vita più semplice e più allegra vedendo certe situazioni.*

*Va bè, comunque mi scuso per questa lettera perché la scrive un semplice idraulico, se per caso c'è qualche errore, avvito tubi non scrivo lettere, ma è scritta da me.*

*Comunque è stato un piacere enorme frequentare il CDD.*

*Questa esperienza la porterò sempre con me. Grazie a tutti. Saluto. Stefano”*

PS: meno male che è un idraulico, una volta ci ha proprio tolto dai guai!!!

*Gli inviati speciali da Vanzago*



**Sostieni i nostri servizi !**

PER INFO:

[www.curaeribilitazione.org](http://www.curaeribilitazione.org)

PER DONAZIONI IBAN

T18U0335901600100000001961

(specificando la causale)

# Giro d'Europa ai fornelli

## ISLANDA: La terra degli elfi

Credere non solo negli elfi, ma nel potere di predizione dei sogni, nella forza delle anime e nei fenomeni soprannaturali è strettamente legato alla tradizione celtica dell'Islanda e al paesaggio duro e potente, specialmente a causa delle rocce che emergono dappertutto.

Un islandese, se avesse una roccia in giardino e fosse dimora di un elfo, non la rimuoverebbe, non tanto perché pensa che ci siano degli omuncoli che vivono al suo interno e che ogni tanto escono e danzano nel suo giardino, ma perché è una sensazione naturale che esistano altri poteri, altre forze intorno a noi, poiché ritengono che non sia necessario vedere le cose nelle quali credi e che molte delle nostre esperienze più importanti avvengano ad occhi chiusi.



## Platessa con salsa islandese

### Preparazione:

Tagliare la cipolla a striscioline sottilissime e soffriggerla nel burro a fuoco basso in una padella capiente: le cipolle devono rimanere chiare. Aggiungere la farina e, poco alla volta il latte, continuando a mescolare fino a quando non si forma una salsina densa e cremosa.

Togliere la padella dal fuoco ed aggiungere i cubetti di pesce e le patate precedentemente lessate. Mescolare delicatamente ed insaporire con sale e pepe.

Rimettere sul fuoco moderato, cuocere per circa 5 minuti ed aggiungere l'aglio tritato.

Servire caldo insieme a fette di pane di segale o integrale abbrustolito ed imburato.

### Ingredienti:

500 gr patate a cubettoni lessate  
1 cipolla  
600 gr filetti di Platessa tagliati a cubetti  
1 spicchio d'aglio tritato  
60 gr burro  
2 cucchiaini di farina  
50 cl latte  
Sale  
Pepe bianco



## Sbellichiamoci dalle risate...



Un po' di buon umore non fa mai male...

Cosa fanno in un pollaio un gallo e una gallina innamorati??? L'ova story!!!

Una signora di 65 anni ha tre figlie. Ognuna delle tre figlie è sposata quindi la signora ha tre generi. Un giorno decide di metterli alla prova, chiama il primo e gli dice di voler andare a fare una passeggiata e arrivati ad un laghetto ci si butta dentro chiedendo aiuto. Il genero prontamente si toglie la giacca e la camicia e si butta in acqua salvando la suocera. Tornati a casa davanti alla porta una bella BMW sportiva con sopra un bigliettino: "Per mio genero. Grazie per avermi salvata, tua suocera".

Il giorno dopo la suocera chiama il secondo genero...stessa scusa, stesso lago e stesso salvataggio.

Anche lui tornato a casa trova una BMW nuova fiammante davanti alla porta con il bigliettino: "Per mio genero. Grazie per avermi salvata, tua suocera".

Il terzo giorno con il terzo genero, si butta nel laghetto ma il genero se ne va e lascia annegare. Torna a casa e trova davanti alla porta di una bellissima Ferrari sopra di essa un bigliettino con su scritto: "Per mio genero. Grazie tuo suocero".

Un marito alla moglie: "Qui nella pasta c'è un pelo",  
La moglie: "Impossibile, l'ho fatta con i pelati!!!".

Qual è il colmo per un commesso delle pompe funebri? Dire ad un cliente: "prego, si accomodi alla cassa"

Sondaggio in Italia: che cos'è il '740'?

MILANO: modulo per la denuncia dei redditi;

ROMA: una BMW;

NAPOLI: le 8 meno 20;

PALERMO: e che cavolo di calibro è?..

Il Presidente del Consiglio camminando lungo la spiaggia, inciampa sulla lampada facendone uscire il Genio. Questi gli dice che per ricompensa è disposto ad esaudire un solo suo desiderio. Il Presidente senza esitare dice: "Voglio la pace nel Medio Oriente. Vedi questa mappa? Voglio che questi paesi finiscano di combattersi". Il Genio guarda la mappa ed esclama: "Impossibile! Questi paesi sono in guerra da migliaia di anni. Io sono bravo, ma non così bravo. Esprimi quindi un altro desiderio". Il Presidente pensa per un minuto e dice: "Vorrei diventare intelligente, molto intelligente. Questo è ciò che voglio". Il Genio fa un lungo sospiro e risponde: "Fammi un pò rivedere la mappa, vediamo cosa si può fare..."

A cura di *Davide, Michele U., Ettore*

## LA TRIBUNA DEL TIFOSO

Dopo il fulmineo gol di Balotelli per il Milan la partita è stata tutta in discesa. Ho avuto l'impressione che stiamo imparando a chiudere gli spazi in difesa e dalle ripartenze sono nati i due gol di Kakà. Quando si gioca bene si ha come l'impressione che sia tutto facile ma non è così, il Chievo ha subito la pressione è negli ultimi minuti ha mancato il gol della bandiera non riuscendo a trasformare un rigore. Non facciamo previsioni per il futuro.

*Michelle C.*

