

EL BARBAPEDANA



Buona Pasqua a tutti!

In questo numero:

Sbellichiamoci dalle risate

A cura di *Salvatore, Annamaria, Ettore*
Pagina 2

Curiosità

A cura di *Salvatore, Ettore, Valeria*
Pagina 6

Sport: Forza Milan!

A cura di *Salvatore, Valeria, Ettore*
Pagina 2

Motori

A cura di *Salvatore, Valeria, Ettore*
Pagina 7

MO MI VA di raccontare

A cura della *Redazione*
Pagina 3, 4, 5

Corso di cucina ed EXPO

A cura del *Corso di Cucina*
Pagina 7



Sbellichiamoci dalle risate...

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



Un carabiniere entra il giorno di Pasqua in un bar tenendo in mano un piccolo uovo.

Il barista: "Buongiorno"

Il carabiniere: "Buongiorno, vorrei un bicchierino di Marsala."

Il barista: "All'uovo?"

Il carabiniere: "No, no a me!!"

Ogni mattina mi alzo e dico per 50 volte ciao.

Dicono che è salutare!

"Ma lo sai che se sali sull'autobus con il mal di testa devi pagare due biglietti?"

L'amica: "Perché?"

"Perché è ...passeggero...!!!"

Il ragazzo al padre della sua ragazza: "Sono venuto a chiedere la mano di sua figlia"

Il padre: "La maggiore o la minore?"

Il ragazzo: "Ops...non avevo mai fatto caso che sua figlia avesse una mano più piccola dell'altra!"

Un carabiniere al suo primo giorno di servizio al centralino della caserma.

Ore 7. Squilla il telefono. Il carabiniere alza la cornetta e dice: "Ma chi sarà l'imbecille che rompe le scatole a quest'ora?"

Dall'altra parte della cornetta si sente una voce che urla: "Lei non sa chi sono io..."

E il carabiniere: "E chi se ne frega di chi è lei..."

"Sono il Generale di Corpo d'Armata!!!"

E il carabiniere: "E lei sa chi sono io?"

Il Generale sbalordito risponde: "No che non lo so"

A quel punto il carabiniere esclama: "Che fortuna" e butta giù la cornetta.

Nella foresta di Sherwood Robin Hood e i suoi compagni stanno combattendo contro lo sceriffo di Nottingham. Nel corso della battaglia Robin viene colpito a un braccio da una freccia e cade a terra gemendo.

Little John accorre e gli chiede: "Robin ti hanno colpito? Dove ti fa male?"

E Robin: "Proprio qui, nel punto indicato dalla freccia".

Una pattuglia della Stradale incrocia una donna che spinge una Ferrari sulla corsia di emergenza.

Si ferma e il poliziotto chiede: "Signora non funziona l'auto?"

"No, no l'auto è nuova, l'ho ritirata ieri dal concessionario."

"E allora perché la spinge?" chiede il poliziotto

Il concessionario mi ha detto: "Signora massimo 50 in città e poi in autostrada la spinga un po'..."

Due padri si vantano degli exploits dei figli

Il primo: "Il mio bimbo ha due anni e riesce a tenere alzato un martello da 10 chili"

L'altro: "Il mio ha solo tre mesi e riesce a tenere alzata ogni notte tutta la famiglia".

A cura di Anna Maria, Salvatore e Ettore

Sport



FORZA MILAN



MILAN VERONA 2-2

E' partito in salita il Milan che ha dovuto recuperare lo svantaggio iniziale. Poi è passato in vantaggio e la partita sembrava finita. Se non che nei tempi di recupero il Verona ha trovato il gol del pareggio. Sto con i piedi in terra, ho visto un Milan che, come capita da un po' di tempo a questa parte, non ha saputo vincere. Ma non sono critico perché il calcio è un gioco.

Michele C.





CURA E RIABILITAZIONE
Società Cooperativa Sociale

MO(zzate) MI(lano) VA(nzago) DI RACCONTARE!

Teatro

I tempi sono quasi maturi



A Marzo siamo stati alle prove del teatro dei nostri compagni del Centro. Il viaggio è molto lungo e così ne approfittiamo per fare delle domande ai nostri amici su come sta andando questa esperienza. Ci sembrano tutti molto emozionati e chiediamo ai ragazzi con cui affrontato al viaggio Milano - Varese se si sentono pronti per lo spettacolo (di cui non si sa una data certa ma che dicono potrebbe essere messo in atto a breve termine!). Federico ci risponde in tono sicuro: "Si mi sento pronto!"; mentre Roberto ci dice "eeeeh si ... mi sento pronto e poi ci sono anche i miei amici Michele, Francesca e Federico"; mentre Anita ci racconta di essere molto agitata perché

è la sua prima volta sul palcoscenico, come per Luca, ma sanno che possono contare sul supporto e sull'esperienza di Fabio. Valentina invece, una tirocinante che sta scrivendo una tesi sul teatro e l'educazione, ci dice che "...è stupefacente vedere il "miracolo" di trasformarsi da semplice gruppo a compagnia teatrale e come questo si radichi in ciascun ragazzo in senso di identità e appartenenza condiviso e reso ancora più significativo e vero dal sapere che si cammina tutti insieme verso la stessa meta". Arrivati alla sede della Cooperativa Anaconda, dove si svolgono le prove, rimaniamo affascinati nel guardare come ad un minimo gesto della regista tutti siano pronti e già calati nella loro parte. Vediamo un grande impegno e una grande voglia da parte di tutti di mettersi in discussione e di provare e riprovare per cercare di migliorare ogni singola scena. "Vi ringrazio per quello che farete" sono le parole che la regista rivolge a tutti prima delle prove e sono le parole con cui vogliamo chiudere il nostro articolo...Grazie per quello che farete!

Francesco

"Io sono andato a teatro con il master del Centro. Il viaggio è stato lunghissimo. Ero seduto davanti e abbiamo pregato per tutti gli amici. Abbiamo visto gli attori in scena a fare le prove. A me è piaciuto il duello con le spade di Jonathan, mi ha fatto battere forte il cuore. Ho visto Sebastiano con la spada, Roberto con un secchio e tanti soldi. Francesca cantava molto bene. Annalisa con il velo pregava Gesù. Tutti cantavano. Sono tutti bravi perché vanno due giorni alla settimana alle prove da Luisa la regista."

Diego D. G



La mia deliziosa e sfiziosa colazione perfetta

Solitamente al Centro Cardinale Colombo festeggiamo i compleanni di ospiti ed educatori, tutti insieme dopo pranzo, con torte, dolci, spumante, bibite e con molti canti.

Invece, il 13 e il 19 febbraio, alcuni di noi hanno deciso di festeggiare i loro compleanni tutti insieme al mattino, appena arrivati al Centro, proponendo a tutti noi di fare colazione insieme.

Il 13 abbiamo festeggiato Alberta e Giulia che ci hanno offerto una buona cioccolata calda preparata in casa, succhi di frutta a volontà, meringhe, biscotti, muffins. Ci siamo divertiti molto e per ringraziarle

abbiamo deciso di rimanere sul tema colazione, regalando loro due tazzone colorate per invitarle a condividere il banchetto. Personalmente a tutte e due ho regalato dei campioncini di crema per il viso e la crema per le mani. Ma la festa non è finita lì! Dopo pranzo sono stata invitata dalla due festeggiare a bere un buon caffè al bar, che è decisamente migliore del surrogato nero che esce dalla nostra macchinetta. Inoltre c'è un buon rapporto con i gestori di questo bar, piccolo ma accogliente. Ho trascorso una bella giornata.

Dato che fare colazione tutti insieme è stata una bella esperienza, anche il 19 di febbraio, Diego ha deciso di festeggiare il suo compleanno sempre in mattinata, per colazione, offrendoci brioches calde calde, di ogni tipo (al cioccolato, alla crema, con marmellata, vuote, ...) appena sfornate.

A me questi momenti di colazione insieme piacciono molto perché a casa devo sempre fare colazione di fretta, invece durante quelle mattine ho fatto un'ottima colazione con calma e in buona compagnia.

Mi sono finalmente goduta una colazione coi fiocchi!!!!

Carla M.



Un ricordo della mia infanzia

Mi rammento che fin da bambino la mia mamma a Pasqua nascondeva le uova in giardino a Ello. Ce ne erano di vario tipo, dipinte a mano e di cartone realizzate da lei che riempiva accuratamente con tante tante sorprese. Ce n'erano poi di cioccolata, di gallina, di marzapane. Le uova erano nascoste sotto le piante, fra l'erba e i fiori, primule e crocus, che ci annunciavano la nascita della primavera. Ci diceva che erano stati i coniglietti. E noi bambini la Domenica di Pasqua, la mattina, felici correvamo per tutto il giardino a cercare le uova. E dopo si andava a Messa, al termine della quale si mangiava tutti insieme il buon capretto e si concludeva con un dolce, c'era infatti, oltre alle uova di cioccolato, la Colomba, tipico dolce con le mandorle che noi rubavamo di nascosto senza farci vedere. Le uova vere dipinte erano sempre in mezzo alla tavola e con i fiori componevano sempre un bel



centro tavola. Al pomeriggio ci divertivamo anche noi a dipingere le uova colorando anche dei sassi tondi e tutti insieme coi cugini ci divertivamo molto.

E sempre stato un momento molto bello che ci piaceva e che desideravamo con entusiasmo di bambini innocenti. Era un gioco divertente, ci occupava tutta la mattina e le sorprese dentro le uova erano regali sempre utili (erano piccole cose che però ci facevano sempre piacere). Ho perpetrato questa tradizione con i miei figli e i miei nipoti quando erano piccoli. Spero che un giorno sarò un

nonno felice di poter continuare questa tradizione coi i figli dei miei figli. Vi ho voluto raccontare questo perché penso che le tradizioni vadano ricordate e vadano perpetrate.

Mario

“Natale con i tuoi, Pasqua con chi vuoi!”

La festa della Pasqua è in primavera. La Pasqua è la rinascita del Signore che risorge e la tradizione vuole che si mangino la colomba e le uova di cioccolata di vari tipi. Si va in chiesa a sentire la messa nella giornata di Pasqua e si sta insieme alle proprie famiglie a festeggiare la giornata. C'è anche chi mangia l'agnello. I bambini hanno la curiosità di sapere cosa c'è nell'uovo. A Pasqua, speriamo che non piova, perché c'è un proverbio che dice: “A Natale con i tuoi e Pasqua con chi vuoi”. Il giorno dopo, il lunedì dell'Angelo, cioè Pasquetta, si è poi soliti fare una gita fuori porta con i propri amici e parenti.

Donatella

Catechismo con i piccoli

“Quid animo satis?” - Cosa soddisfa il cuore, la mente, il tutto? - Questa la domanda che continuamente accompagnava San Francesco. Questa stessa domanda accompagna il cuore nel ricordo di un evento che è accaduto sabato 28 febbraio.

Una quindicina di ragazzi di seconda media di San Paolo a Rho sono venuti in Comunità a Vanzago per incontrarci. Stanno facendo un lavoro sulla figura di San Francesco. Vogliono vedere ed incontrare la Povertà francescana e così eccoli a varcare la soglia del Centro Socio Educativo di via Monasterolo.

In un primo momento guardiamo il video dell'Open Day di Milano perché sappiano dove sono capitati e qual è lo spirito che anima i nostri Servizi. Terminata la visione, incontrano gli Ospiti della Comunità. Da subito si instaura un clima "familiare", merito senz'altro dei nostri ospiti che raccontano di sé con una tale semplicità che disarmava ogni

possibile difesa e ci si trova a parlare della vita, di ciò che piace e di ciò che non piace, di sogni e desideri, a condividere quello che siamo senza nessuna pretesa di apparire quello che non si è. Anche i ragazzi del catechismo fanno lo stesso e ci raccontano dei loro hobby, sport e dei loro studi. La merenda preparata con cura dagli educatori della Comunità va a riempire lo stomaco di una bontà che fino a quel momento era stata pregustata attraverso le parole. Già così sarebbe potuto bastare ed invece...arriva la terza fase, quella del “lavoro insieme” per vincere una gara; una gara avvincente ed ap-

passionante com'è la vita. “Quid animo satis?”, eccola ancora la domanda. Ed eccoci ancora a rispondere questa volta condividendo le azioni per un unico progetto: la gara di aerei di carta! Sono previsti tre vincitori: uno per chi costruisce e colora l'aereo più bello, uno per chi lo fa volare più distante ed uno per l'aereo che disegna più acrobazie in cielo. Eccoli allora indaffarati in squadre miste a costruire l'aereo migliore. Dove non arrivano i nostri ospiti, arrivano i ragazzi e viceversa, i nostri ospiti danno quell'impronta unica al lavoro comune.



Risultato della gara? I vincitori sono stati più dei tre previsti: a guardare le facce dei presenti appare chiaramente che hanno ricevuto quello che risponde alla domanda di San Francesco: “Quid animo satis?” e che rappresenta la gara più avvincente della vita. A questo punto avremmo potuto veramente terminare...ed invece

eccoci ancora a cantare insieme: l'ultimo canto è un inedito di Giuseppe, un nostro ospite della Comunità. È una canzone composta per il “Suo Amore” ma che ogni donna vorrebbe ricevere dal proprio uomo. “Quid animo satis?” Ecco l'sms arrivato dopo l'incontro “Grazie di cuore a tutti voi per il grande DONO che ci avete fatto! I ragazzi di S. Paolo”. Non si può donare se non Quello che si possiede: l'essenza di sé stessi, quella povertà del proprio Io che è la ricchezza più grande per chi ci incontra.

Dai nostri inviati da Vanzago

Poesia

LE POESIE DI ANNA



Pasqua

La Pasqua è importante e bella, perché risorge Gesù nostro fratello.

Anche noi del Cardinal Colombo rinasciamo.

Insieme a Gesù camminiamo.

Lui ci tende la sua mano, ci porta e ci guida verso la Luce.

Curiosità

Lo sai perché ...?

Modi di dire legati alla Pasqua

Nel nostro linguaggio ricorrono spesso delle frasi la cui origine pare sia radicata nelle letture del periodo quaresimale o che comunque sono in relazione con la tradizione cristiana della Pasqua. Volete sapere cosa si nasconde dietro queste frasi che diciamo spesso in modo automatico??

Lo sai perché si dice

"ESSERE CONTENTO COME UNA PASQUA": I motivi sono principalmente due. Uno legato al significato religioso della Festa, l'altro alla sua collocazione temporale. In buona sostanza, cadendo la Pasqua dopo i 3 giorni di lutto della Settimana Santa, che prevede anche digiuno, pentimento, confessione, essa rappresenta la Resurrezione, il ritorno della vita, e la sconfitta della morte. Quindi, felicità ritrovata, interiore ed esteriore. Inoltre, la Pasqua generalmente (al di là degli spostamenti temporali annuali) segna l'arrivo della bella stagione, della Primavera conclamata. Quindi significa il ritorno del Sole, della Luce (dopo il lungo inverno), e dei primi tepori. Non per nulla, le brave casalinghe situano proprio intorno a Pasqua le mitiche e radicali pulizie di Primavera, tese a restaurare la casa, al cambio del guardaroba, al rinnovamento di tutto l'ambiente. Essere felice come una Pasqua, in definitiva, vuol dire risorgere a nuova e piena vita, dopo un oscuro periodo di impasse,

crisi e difficoltà.

"PASQUA ALTA PASQUA BASSA"

La Pasqua cristiana viene celebrata la domenica seguente il primo plenilunio dopo l'equinozio di primavera, giorno che coincide con l'inizio dei festeggiamenti della Pasqua ebraica che dura per 8 giorni. Quindi, se il 21 marzo è luna piena e cade di sabato, la Pasqua sarà celebrata il giorno seguente, ovvero il 22 di marzo. Se invece il primo plenilunio è di domenica la Pasqua sarà festeggiata la domenica successiva. La ricorrenza della Pasqua deve ricadere all'interno di un periodo che va dal 22 marzo al 25 aprile. Da ciò derivano le definizioni di Pasqua bassa (dal 22 marzo al 2 aprile) Pasqua media (dal 3 aprile al 13 aprile) Pasqua alta (dal 14 aprile al 25 aprile).

"PORTARE LA PROPRIA CROCE": questo modo di dire deriva dalla salita al calvario di Gesù Cristo ed è da intendersi come la capacità di sopportare e accettare i momenti dolorosi della vita, così come ha fatto il Figlio di Dio.

"ESSERE COME SAN TOMMASO": questa locuzione viene usata per indicare una persona ostinata a credere ad un certo fatto accaduto (proprio come l'apostolo Tommaso che si rifiutò di credere ai compagni che gli riferivano dell'apparizione di Gesù risorto).

A cura di Salvatore, Valeria ed Ettore

Motori *Campionato Mondiale di Formula Uno 2015*

E' da poco iniziato il 66esimo Campionato di Formula Uno. Le gare che si disputeranno sono 20. Le scuderie che partecipano sono 9. Essendo ogni squadra composta da due vetture ecco i nomi dei 18 protagonisti del Mondiale:

| | |
|-------------|---------------------|
| Mercedes | Hamilton, Rosberg |
| Red Bull | Ricciardo, Kvjat |
| Williams | Massa, Bottas |
| Ferrari | Vettel, Raikkonen |
| Mc Laren | Alonso, Button |
| Force India | Hukkenberg, Perez |
| Toro Rosso | Verstappen, Sainz |
| Lotus | Grosjean, Maldonado |
| Sauber | Ericsson, Nasr |



Il Gran Premio d'Italia a Monza si correrà il 6 settembre 2015, mentre rientra in programma il Gran Premio del Messico che mancava dal 1992. Quest'anno deve essere l'anno della Ferrari! Almeno speriamo!!! Io sono tifoso della Ferrari perché la vedo in televisione alla domenica pomeriggio e mi è simpatico Vettel.

A cura di *Salvatore Valeria ed Ettore*

Cucina **Corso di cucina ed EXPO 2015**

I sapori, i profumi e i colori della cucina stagionale

Prosegue il percorso intrapreso dal nostro corso di cucina di prendere spunto da questo evento mondiale per conoscere ed approfondire i sapori, i profumi, i colori, della cucina internazionale, tenendo conto in particolare della stagionalità dei prodotti agricoli.



Pasta asparagi e gamberetti

Ingredienti: (dosi per 4 persone) 320 gr di pasta grossa a scelta, 20/25 asparagi verdi, 200 gr di code di gambero sgusciate, 1 scalogno, prezzemolo, olio, sale e pepe q. b.

Preparazione: Tritare lo scalogno e farlo appassire con un filo d'olio. Lavare gli asparagi ed eliminare le parti inferiori più dure. Tagliare le punte e tenerle da parte. Ridurre a rondelle la parte del gambo rimanente e farle stufare nel soffritto a fuoco dolce, unendo acqua se la preparazione dovesse asciugarsi troppo. Proseguite la cottura finché gli asparagi non sono ben cotti, regolate di sapore con sale e pepe e togliete dal fuoco. Dividere nel senso della lunghezza le punte e saltarle a fuoco medio con pochissimo olio in una padella antiaderente. Unire le code di gambero, cuocere per 1 minuto e togliere il tutto dal fuoco. Al termine della cottura unite il prezzemolo. Lessare la pasta in acqua salata e scolarla bene al dente. Calare la pasta nella padella e saltarla a fuoco vivo per amalgamare i sapori. Servire la pasta agli asparagi e gamberi ben calda



A cura del *Corso di Cucina*



ABBONARSI AL GIORNALINO È FACILE:

Vieni a trovarci e ordina le tue copie cartacee

Fai una donazione inserendo il seguente IBAN **IT18U033590160010000001961** specificando la causale. Mandaci la tua e-mail e riceverai online **El Barbapedana**

PER 5 X 1000

- Firma nel quadro dedicato alle “sostegno del volontariato, delle organizzazioni non lucrative” nel modulo di quest'anno
- Riporta, sotto la tua firma, il codice fiscale di **Codice Fiscale: 01833150129**



Vai sul sito
www.curaeriabilitazione.org

e diventa anche tu un
inviato speciale
inviando i tuoi articoli a

barbapedana09@gmail.com

Per informazioni: Francesco, M. Cristina

Redazione Centro Cardinale Colombo:
Carla M., Donatella, Valeria, Anna Maria, Luana, Fabio T., Ettore, Salvatore, Diego D., Diego T.

Inviati speciali:
Roberto, Claudia, Mario, Michele C.

Copertina a cura della redazione

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