

# EL BARBAPEDANA



*Morire non è nulla;  
non vivere è spaventoso  
(Victor Hugo)*

## I MISERABILI

“Amare una persona  
è vedere in volto Dio”

**GIOVEDÌ  
1 OTTOBRE 2015  
Teatro Carcano  
di Milano  
ORE 20.30**

Per informazioni  
rivolgersi a  
 **Davide Miotto**  
[davide.miotto@curaeriabilitazione.org](mailto:davide.miotto@curaeriabilitazione.org)

# I MISERABILI

“Amare una persona è vedere in volto Dio”

### In questo numero:

#### Sbellichiamoci dalle risate

A cura della *Redazione*  
Pagina 2

#### Le poesie di Anna

A cura di *Anna Maria*  
Pagina 6

#### Sport: Speciale Nazionale

A cura di *Michele C.*  
Pagina 2

#### Spettacoli

A cura di *Salvatore e Francesco*  
Pagina 7

#### MO MI VA di raccontare

A cura della *Redazione*  
Pagina 3, 4, 5, 6

#### 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...**



Due papà millepiedi parlano:  
 “Come va tuo figlio a scuola?” Chiede il primo.  
 Il secondo risponde : “La prende un po' sottogamba sottogamba sottogamba sottogamba...”

Ci sono due libri e uno dice all'altro: “Ho caldo” e l'altro libro risponde “Ci credo dormi sempre con la copertina”

Un caffè dice a un cappuccino: “Hai capito?? Mi sa che non mi sono espresso bene!”

In campagna, una signora a una contadina:  
 “Ha delle uova?”  
 “Naturalmente”  
 “Sono di giornata?”  
 “Certo che sono di giornata, che domande, le galline di notte dormono!”

Perchè un uomo lascia i suoi soldi sotto la propria auto?  
 Investe i suoi risparmi..

Sai perchè superman ha i vestiti sempre attillati??  
 Perchè porta sempre la S

Ci sono tre uomini bendati che devono indovinare in che paese si trovano sporgendo la mano fuori da un aereo. Il primo uomo sporge la mano e dice: “Sono a Parigi, ho toccato la Tour Eiffel.” Il secondo sporge la mano e dice: “Sono a New York, ho

toccato la statua della Libertà. “Il terzo uomo infine si sporge e dice: “Sono a Napoli!” “Perché?!?” Rispondono gli altri uomini. “Perché mi hanno rubato l'orologio!”

Una mattina Pierino stava per andare a scuola, mentre scendeva le scale, la mamma disse: “Pierino che il Signore ti accompagni” la mamma entrò e dopo 10 minuti si affacciò dal balcone e trovò Pierino ancora lì e disse: “Pierino cosa fai ancora lì?”  
 Pierino rispose: “Aspetto che il signore mi accompagni!!!!”

Lei e in contravvenzione! Ha il cane dietro senza rete di protezione!  
 Ma è un peluche!  
 Ha guardi la razza non mi interessa!!

Un carabiniere dice: "Fa caldo ci son 40° gradi all'ombra" L'altro gli risponde: "E chi ti ha detto di metterti all'ombra"

Totti e la fidanzata sono in un negozio di vestiti.  
 Lei prova dei jeans.  
 Lei: che dici amo' questi pantaloni mi ingrassano?  
 Lui: mica te li devi mangiare!...

Lui prova una maglietta. Gli piace. La porta alla commessa: “La taglia?” - Lui: “No la metto intera!”

A cura di *Anna Maria, Salvatore e Ettore*

**Sport**



## **LA TRIBUNA DEL TIFOSO**



### **Speciale Nazionale**

Le due partite con Bulgaria e Inghilterra hanno evidenziato l'evoluzione che Conte sta portando alla Nazionale. Ci sono forze nuove e sei senatori fanno la loro parte, i risultati sicuramente verranno. Non voglio essere troppo ottimista ma l'Italia è grande. Conte si è lamentato con la dirigenza asserendo che all'estero le nazionali hanno più audience, e che l'interesse x queste è pari, o persino superiore, a quello che i loro tifosi hanno x le loro squadre di club. Ma si sa, il nostro nemico dell'Italia è l'italiano stesso. Comunque siamo forti e sicuramente faremo cose grandi. Stiamo assalendo, dobbiamo impegnarci un po' di più.

*Michele C.*



CURA E RIABILITAZIONE  
Società Cooperativa Sociale

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

**Teatro**

## **I tempi sono maturi !!!**



## **I MISERABILI**

“Amare una persona  
è vedere in volto Dio”

**GIOVEDÌ  
1 OTTOBRE 2015  
Teatro Carcano  
di Milano  
Ore 20.30**

Vi ricordate “La Divina Commedia” che i nostri giovani con disabilità hanno messo in scena al Carcano e al Nazionale di Milano? Non ci siamo fermati: è arrivato il nuovo spettacolo teatrale tratto dall’opera di Victor Hugo, “I Miserabili”. E’ già in vendita lo splendido libro fotografico e con tante interviste ai protagonisti, abbinato all’evento. Vi anticipiamo il commento di uno dei promotori.

*“Accompagnare. Ogni volta che comincia l’avventura del laboratorio teatrale con un nuovo progetto mi chiedo sempre cosa potremmo vivere di diverso e più significativo rispetto ai lavori precedenti. Mi ritrovo sempre, strada facendo, di fronte a una ennesima grande occasione: per i nostri ragazzi, per i nostri operatori, ma soprattutto per me. Nella fatica dei rapporti, delle scelte, delle discussioni, nella fatica della “produzione” c’è dentro tutta la verità dell’uomo, di ciascuno di noi. Il lavoro parte piano, i primi passi si muovono sempre con cautela e mai con abitudine. Poi si entra nel vivo e si arriva ad accorgersi di avere tra le mani, per l’ennesima volta, qualcosa di straordinario, qualcosa di imprevedibile. Mi accorgo con stupore, ogni volta, di questo gruppo di “compagni” di teatro è capace di stupire e di stupirsi. Si vedono i piccoli e i grandi passi di chi si è inserito per la prima volta e ugualmente i piccoli e grandi passi di chi ormai è alla terza, quarta, quinta esperienza. Perché tutti ci si muove rispetto alla novità che irrompe, che supera anche ciò che si pensava già di conoscere. Ogni limite (fisico, psichico, di poca o troppa capacità) non limita più e apre allo splendore del vero. Chiunque, casualmente, si imbatte nei vari passaggi di quasi due anni di prove, rimane colpito dalla serietà del lavoro, dall’impegno profuso, ma soprattutto dalla gioia crescente delle persone, protagoniste nel teatro e nella vita, capaci di crederci fino in fondo e desiderose di mostrarlo a tutti. Con le nostre mani cerchiamo di fare il meglio e, così facendo, mi accorgo che con noi è sempre presente la forza di un Altro. Altrimenti sarebbe impossibile desiderare così tanto il bello, quando è nascosto dalle nostre miserie! Accompagnare l’umano che si svela, quindi.*

Gianni

**5 x 1000 per “I Miserabili” – Teatro Carcano  
cod. fiscale: 01833150129**

Ecco il trailer <https://www.youtube.com/watch?v=DiCO1ns7kzQ&feature=youtu.be>

## Un Bella Domenica all'Hobby Show



Ho passato una bella giornata con mia madre e le mie nipotine, siamo andate insieme a una fiera, quella dell'Hobby Show. Ci sono vari stand dove si possono guardare e comprare tante cose, in particolare oggetti utilizzati per tanti hobby, ad esempio materiali per fare gioielli, gomitoli di lana per realizzare sciarpe, cordoncini e coperte. Siamo state insieme tutta la mattina e abbiamo riempito la borsa-carrello di tante cose. Mia nipote di 11 anni, mi ha aiutato a cercare dei gomitoli di lana perché uno dei miei tanti hobby, è fare sciarpe, coperte e molte altre cose con la lana. Abbiamo girato e guardato tutti gli stand. Verso l'ora di pranzo, io e le mie nipotine abbiamo cercato un tavolo ma erano tutti pieni, tranne uno, dove una signora davvero maleducata non lo lasciava libero, malgrado non stese mangiando ma solo leggendo. Alla fine abbiamo trovato un tavolo libero e ci siamo sedute. Abbiamo mangiato e chiacchierato. Terminato il pranzo, mia madre si è messa a dividere i sacchetti, quelli delle mie nipotine, quelli miei e quelli suoi. Usciti dalla fiera, siamo andati tutti da mio fratello a vedere la casa nuova e a conoscere la sua gatta. Mi è piaciuta molto la giornata che ho passato con le mie nipotine, spero di rifarlo di nuovo, sono molto contenta ed emozionata. A novembre, ci sarà ancora la Fiera dell'Hobby e ci porterò di nuovo le mie nipotine e sarò ancora molto più contenta ed emozionata.

*Anna Maria*



## 19 marzo: Festa della Donna



Cari lettori, avete letto bene, non è un errore di stampa, quest'anno il 19 marzo, al Centro Cardinale Colombo, non si è festeggiata la Festa del Papà, ma la Festa della Donna!

😊 Per quella del papà aspettiamo che arrivi la Festa della Repubblica!!!!

Ma torniamo alla nostra Festa della Donna e godiamoci questi due racconti.



“Giovedì 19 marzo all'ora di pranzo, con le donne del Centro, siamo andate a festeggiare la Festa della Donna ed abbiamo pranzato in una sala di un ristorante, abbiamo fatto molte foto. Abbiamo mangiato molto bene e concluso il pranzo con una fetta di torta preparata dal sig. Pietro, titolare del ristorante. Poi nel primo pomeriggio siamo rientrate al Centro e abbiamo ascoltato musica e abbiamo pure ballato. Al termine abbiamo mangiato la torta che ci ha regalato un educatore e, prima di andare via, abbiamo ricevuto in omaggio un vaso di fiori, le viole, come ricordo di questa giornata.”

*Donatella*



“Con mia grande sorpresa, il 19 Marzo, con tutte le donne del centro, abbiamo festeggiato l'8 marzo, Festa della Donna, con un po' di ritardo. C'è voluto un po' più di tempo del previsto per organizzare il tutto, perché siamo in tanti e poi perché le donne del centro ci fossero tutte! Siamo andate a pranzare in un ristorante che si trova a pochi metri dal Centro Cardinale Colombo. Questa bellissima giornata l'abbiamo festeggiata con un pranzo speciale, ci siamo divertite molto, con mia grande sorpresa è venuta anche Carla, educatrice che ora è in maternità. Il pranzo si è concluso nel primo pomeriggio. Poi siamo ritornati al Centro, abbiamo visto un video sulle donne e poi un altro video dedicato al volto delle donne nell'arte. Per concludere in bellezza, ci siamo scatenate tutte in vari balli, moderni e non. E' stata una bella festa. Sarei contenta, se l'anno prossimo si rifacesse.”

*Carla M.*

# Cioccolato a EXPO 2015



“Che buono questo cioccolato!”. A chi di noi non è mai capitato di dire queste parole? Eppure quanti aspetti dietro a questa semplice frase! Quali significati nasconde? Chi ci ha mai pensato? Eccoci a provare a guardare a questa espressione.

Il cibo è una cosa fondamentale, di primaria importanza. È grazie al cibo che stiamo in vita. Senza cibo e acqua non potremmo sopravvivere. Ma è tutta qui l'importanza del cibo? Non ci siamo appena detti che è BUONO il cioccolato?

Allora c'è un aspetto legato al piacere nell'appagamento del bisogno di nutrirsi. L'uomo di fronte al bisogno di alimentarsi inventa l'arte culinaria; del bisogno di vestirsi architetta uno stile di abbigliamento; della necessità di ripararsi ne fa un'arte architettonica. Sembra proprio che all'uomo non basti semplicemente ingerire alimenti ed avere la pancia piena.

Il bisogno di nutrirsi fra gli uomini ha un valore che eccede il fatto bio-chimico di fornire energia al corpo. Cucinare e prendere cibo insieme sono una dimensione simbolica che nutre in modo reale quanto le proteine e i carboidrati. La dimensione comunitaria è costitutiva della persona: ospitalità, bontà, solidarietà sono fattori innegabili connessi alla nutrizione. Non di solo pane, ma di parole buone vive l'uomo. [tratto dal libro “Cosa nutre la vita?” di A.Scola]

Come Heghel aveva ben compreso l'appagamento dei bisogni umani vitali non ha senso se non passa

attraverso il più fondamentale desiderio di essere riconosciuti: l'attesa fondamentale di un uomo è infatti quella di valere qualcosa per qualcuno. Senza questo riconoscimento del proprio valore umano l'uomo non diventa soggetto, ma rischia di accontentarsi di vivere come un animale. Il riconoscimento tra gli uomini è un bene primario tanto - se non di più - del cibarsi. Questo ci introduce ad una verità importante: ogni bisogno umano è sempre a due dimensioni, se da una parte il bisogno è tale in rapporto ad una certa mancanza abbastanza chiaramente definibile, dall'altra è sempre accompagnata dal desiderio che tale mancanza e, soprattutto, il suo appagamento rientrino nell'orizzonte della relazione tra soggetti. [tratto dal libro “Cosa nutre la vita?” di A.Scola]

Legati a questi aspetti innegabili ci sono conseguenze inevitabili: se non vogliamo comportarci come semplici animali che mangiano non guardando a chi ci sta attorno occorre una costante educazione al guardare a chi si ha di fronte e a chi non ha il cibo.

Non possiamo godere pienamente del pasto se sappiamo che il nostro vicino sta male o se siamo a conoscenza che un'altra persona ne è senza.

Abbiamo quindi capito che il cibo non è una merce come tutte le altre: è importante e fondamentale, non solo in quanto ci fornisce carboidrati e proteine, ma soprattutto come possibilità di guardare nuovamente a sé in relazione con gli altri. Forse questo potrà

dare un gusto completamente nuovo al BUON cioccolato.

Avevate mai pensato che dietro alla frase “che buono questo cioccolato” ci fosse tutto questo significato? Non premo più mangiarne senza ricordarci che: “In verità nutre l'anima solo ciò che rallegra” (S. Agostino)



## SUPER PARTITONE DI DI HOCKEY-IN



Nel mese di Aprile, noi della palestra abbiamo giocato una partita di Hockey con i ragazzi della scuola media Mandelli che hanno come insegnante Giuseppe.

Eravamo divisi in due squadre, i rossi e i gialli e per giocare tutti quanti abbiamo messo un campetto più piccolo con due porticine dove si sfidavano uno contro uno Daniela e Luca quando la palla veniva passata a loro all'interno di questo campetto. Inoltre c'era una terza porta nel lato lungo del campo che rendeva il gioco più complicato.

Per me il gioco dell'Hokey è bello e non è complicato, perché bisogna colpire con una mazza la pallina, ma io ho perso la partita.

*Salvatore*

Io ho vinto, sono forte, e ho fatto tanti gol, contento e tranquillo ho giocato con i compagni della scuola media e mi stavano molto simpatiche le ragazze.

*Diego*



## IL COMMUNITY DAY

Da qualche anno, verso maggio, al Centro vengono a trovarci dei volontari di una grande multinazionale, Sonae Sierra, in occasione del loro Community Day, cioè una giornata annuale durante la quale scelgono un'opera come la nostra in cui trascorre il loro tempo come volontari. Anche quest'anno hanno scelto noi!! Evviva!!! Per noi è l'occasione di conoscere di volta in volta persone nuove. Quest'anno è venuta in redazione Susanna alla quale abbiamo fatto una breve intervista.

*Anna Maria: Perché vieni al Centro?*

*S: Vengo al centro perché la mia azienda me lo permette, e sono molto contenta di stare in redazione perché ho già partecipato ad un giornalino di Sonae Sierra, che prima era solo della sede in Italia e poi ha coinvolto le altre sedi in Portogallo, Germania, Spagna ecc...*

Ci ha fatto molto piacere conoscere Susanna, oltre a questo ci ha raccontato tante altre cose della sua vita e ci ha dato anche un'idea per inserire i compleanni all'interno del giornalino. Grazie!

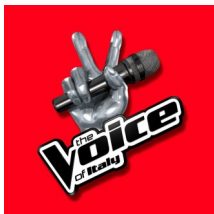
*La Redazione*

## Poesia

## LE POESIE DI ANNA



*A cura di Salvatore, Valeria ed Ettore*

**Spettacolo****Il mio programma preferito**

A me piace questo programma perché ci sono dei personaggi simpatici, Francesco Facchinetti, Noemi, Piero Pelù ma il mio preferito è J-Ax che quest'anno ha il team Loser, mi piace perché ci sono i concorrenti che cantano le mie canzoni preferite, mentre i quattro giudici sono girati e ascoltano solo la voce di chi si sta esibendo, se canta bene schiacciano un pulsante e si girano, ma è il concorrente a scegliere la squadra in cui gareggiare. Una volta formate le squadre inizia la competizione, io spero che vinca il mio cantante preferito di quest'anno che si chiama Marco. Mi piace tantissimo questo programma perché i giudici sono tutti molto simpatici mi piace che decidono loro quale cantante vincerà il programma.

*Salvatore e Francesco*

**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 nazionale e internazionale, tenendo conto in particolare della stagionalità dei prodotti agricoli.

**Pasta agli aromi e profumi dell'orto**

**Ingredienti:** (dosi per 4 persone) 320 g di spaghetti, mezzo bicchiere di olio extra vergine di oliva, 2 spicchi d'aglio, 2 ciuffi di prezzemolo e basilico, salvia, maggiorana, timo, rosmarino, erba cipollina, origano, sale, pepe, pane grattato.

**Preparazione:**

Pulire e mondare gli odori dell'orto, tritarli finemente con la mezza luna, metterli in un recipiente, aggiungere olio extra vergine di oliva, i due spicchi di aglio, sale e pepe q. b. e mescolare il tutto a freddo. Cuocere la pasta, scolarla e condirla con la salsina a crudo. Aggiungere, se si desidera, il pan grattato precedentemente tostato in padella.

**Sostieni il Corso di Cucina e aiutaci a riempire il Cesto della Spesa**

E facile, quando verrà esposto il cesto, presso il Centro Cardinale Colombo, puoi riempirlo con i seguenti prodotti e alimenti a lunga conservazione:

Olio extra-vergine di oliva  
Aceto balsamico  
Sale e pepe  
Farina  
Zucchero  
Lievito  
Cacao in polvere  
Tavolette di cioccolato

**Ciapa la  
SPESA!**



Liquirizia pura  
Caffe in polvere  
Tisane e te  
Alcol alimentare  
Piatti, bicchieri e tovaglioli di carta  
Carta forno, pellicola, alluminio



## ABBONARSI AL GIORNALINO È FACILE:

Vieni a trovarci e ordina le tue copie cartacee

Fai una donazione inserendo il seguente IBAN **IT18U0335901600100000001961** 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](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:  
Carla M., Donatella, Valeria, Anna Maria,  
Luana, Fabio T., Salvatore, Diego D.

Inviati speciali:

Ettore, 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