

Leggo, penso, scrivo



EL BARBAPEDANA

In questo numero:

Una fedele amica dal Kenya

A cura di *Carla M*

Pagina 2

Una finestra sul Centro e ...

A cura della *Redazione*

Pagina 3 - 5

La Montagna è per tutti

A cura di *Mario*

Pagina 6

Frikadeller dalla Danimarca

A cura del *Corso di Cucina*

Pagina 7

Sbellichiamoci dalle risate

A cura di *Davide, Michele U, Ettore*

Pagina 8

La tribuna del tifoso

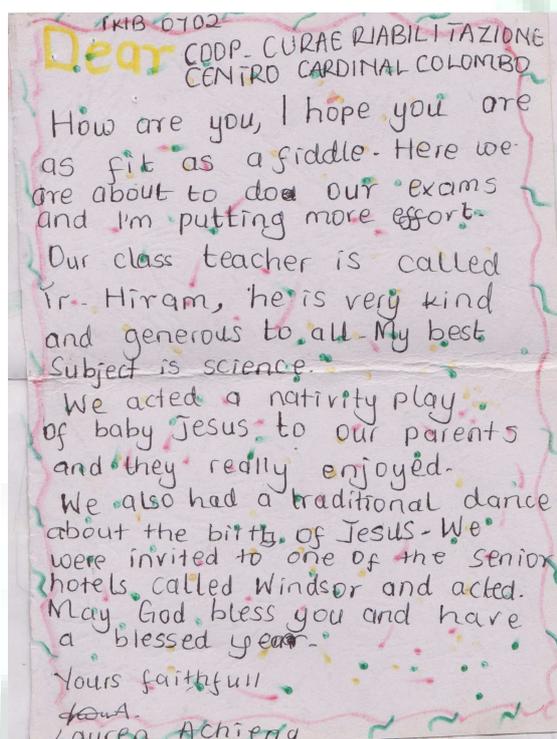
A cura di *Michele C.*

Pagina 8

Una fedele amica dal Kenya

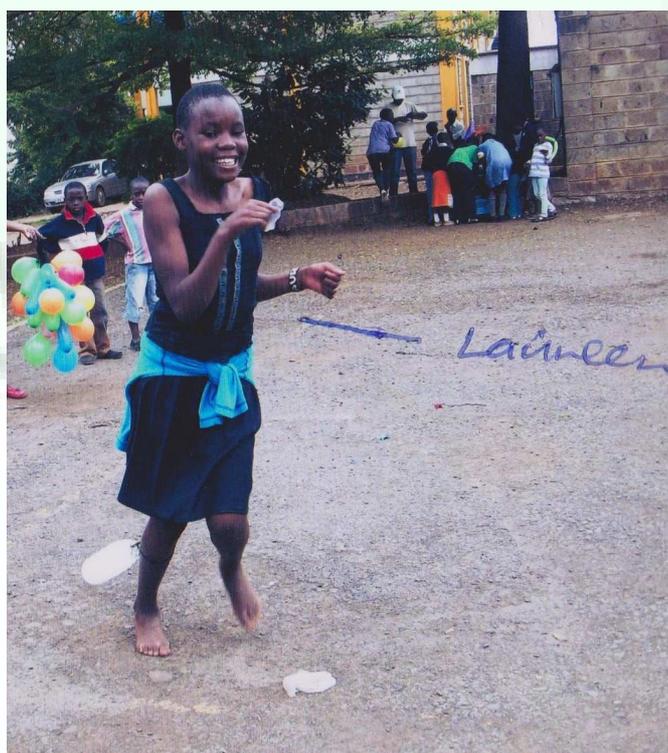
Verso la fine di Gennaio, è venuto a trovarci al Centro un ragazzo che lavora per AVSI, Lorenzo. Ci ha raccontato che l'Associazione si occupa di numerosi progetti educativi nel mondo e di "Adozioni a distanza", o meglio "Sostegni a distanza", attraverso i quali si possono aiutare i bambini poveri, donando loro i soldi ad esempio per studiare. Anche noi al Centro sosteniamo economicamente una bambina che si chiama Lauren, e che ha 12 anni. Con i soldi che le abbiamo mandato, l'abbiamo aiutata ad andare a scuola e abbiamo aiutato anche la sua famiglia e lei ogni tanto ci scrive. Ecco di seguito l'ultima lettera che ci ha mandato.

Carla M.



Caro Centro Cardinale Colombo,
 come state? Io spero che siate in ottima forma. Sto per fare gli esami e ci sto mettendo tutto il mio impegno. Il nostro insegnante di classe si chiama Mr. Hiram. Lui è molto gentile e generoso. La mia materia preferita è la scienza. Abbiamo fatto una rappresentazione sulla Natività di Gesù Bambino e i nostri genitori hanno apprezzato molto. Abbiamo fatto anche una danza tradizionale sulla vita di Gesù.
 Siamo stati anche invitati in un albergo di alto livello chiamato Windsor.
 Che Dio vi benedica e benedica anche il vostro anno.

La vostra fedele *Lauren*



Leggi **El Barbapedana** 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:
 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





Una Finestra sul Centro ... e Oltre

Cosa si fa al Centro?

Abbiamo fatto una breve intervista ad alcuni ospiti per capire cosa, nella loro quotidianità, li affascina così tanto della vita al Centro Cardinale Colombo.

Cosa fa stare i bene gli ospiti che frequentano questo luogo?

Abbiamo così posto due semplici domande:

Ti piace venire al Centro? C'è qualcosa che ti piace fare in particolare?

Attraverso gli occhi e i racconti dei nostri intervistati, vi racconteremo quello che succede al Centro Cardinale Colombo ogni giorno.

“Le attività del Centro sono varie e diverse, fra tutte a me piace fare il giornalino e scrivere gli articoli sulla Juventus. Passo proprio delle giornate a fare qualcosa di bello. Inoltre mi piace fare l'attività di perline, perché ognuno con le sue capacità cerca di fare dei bei gioielli. Fra le attività nuove di quest'anno mi piace Educazione Civica perché possiamo sapere delle cose che ci sono nel mondo e nella nostra società, della politica e dei diritti dei cittadini. Mi piace molto anche Arte e la vita dei pittori famosi.”

Donatella

“L'attività che preferisco fare al Centro è Mobilità il martedì mattina; mi mettono per terra sul tappetino e devo lavorare bene, rilassare le gambe e le braccia e tutto il corpo ma io chiedo sempre “come si fa?”. Io un po' sono capace e se non ci riesco mi aiutano gli educatori. Questa attività mi piace perché mi fa stare bene.”

Luana



“Il venerdì pomeriggio vengono i ragazzi dell'Università Cattolica per fare Caritativa. Per me sono degli amici e mi piace molto stare con loro perché giochiamo a calcetto, parliamo, facciamo dei giochi da tavolo, come monopoli o passaparola. Stare coi ragazzi della Cattolica è la mia attività preferita.”

Diego D.

“A me piace molto andare a Casa Lupita, una casa dove alcuni di noi hanno la possibilità di andare a trascorrere una serata tra amici.



Alcuni ragazzi dell'Università Bicocca a volte vengono a trovarci a Casa Lupita. Insieme giochiamo a tombola e a me piace molto. Altre sere facciamo il karaoke con gli educatori. A me piace molto e sono contento di poter cantare insieme dopo cena.

Una sera siamo anche andati a mangiar fuori. Mi piace stare lì a Mozzate dove c'è Casa Lupita. Io vengo da Milano con i ragazzi in compagnia degli educatori. Quando arriviamo mi piace fare il letto e disfarlo con i ragazzi e poi uscire la sera o guardare un film”.

Salvatore G.



“Una delle attività che mi è piaciuta molto fare al Centro è stata quella dell’anno scorso del martedì mattina: “Passeggiare per conoscere”.

Tutti i martedì si usciva con Ettore e Maria Cristina alla scoperta delle meraviglie di Milano.

Sono state tante le uscite: dalla visita alla casa di Alessandro Manzoni alla Chiesa di San Satiro in via Torino, dal bellissimo San Maurizio al Monastero detto anche la Cappella Sistina di Milano alla Mostra sulla Storia del Duomo AD USUM FABRICAЕ. E poi ancora la Scavolini di piazzale Corvetto, la Chiesa di San Marco e la nuova piazza Aulenti sotto gli alti grattacieli di Porta Nuova.

E’ stato bello perché in ogni luogo dove siamo andati Ettore e Maria Cristina ci hanno fatto da guide spiegandoci sempre tutte le cose.

Ma la visita che mi è piaciuta di più è stata quella che abbiamo fatto per un giorno intero. Siamo partiti la mattina dal Centro e dopo metrò e pullman siamo arrivati alle porte di Milano alla bellissima Abbazia di Chiaravalle. In questo piccolo borgo ci sono anche dei negozi: la Bottega dei Monaci e il bar dove abbiamo pranzato fuori seduti sui tavolini.

Questa gita mi è piaciuta più di tutte le altre mete perché, oltre ad aver scoperto un luogo nuovo, ho saputo la storia del Campanile dell’Abbazia che si chiama Ciribiciaccola.

Mi piacerebbe tanto tornarci ancora.

Insieme ad Ettore abbiamo trovato una filastrocca milanese che parla appunto della Ciribiciaccola”.

« Sora del campanin de Ciaravall
gh’è una ciribiciaccola
con cinquentcinquantacinq ciribiciacolitt
Var pusse’e la ciribiciaccola
che i soo cinquentcinquantacinq

ciribiciacolitt?

Quant i cinquentcinquantacinq ciribiciacolitt
voeren ciciarà con la ciribiciaccola
la ciribiciaccola

l’è pronta a ciciarà con i cinquentcinquantacinq
ciribiciacolitt.

La ciribiciaccola la ciciara i ciribiciacolitt ci-
ciaren

ma la ciciarada de la ciribiciaccola l’è pusse’e
lunga de quela

de i cinquentcinquantacinq ciribiciacolitt »

Roberto

“Ogni venerdì mattina andiamo con un gruppo di ragazzi ed educatori a Varese.

Quando siamo sul posto incontriamo altri ragazzi di tanti altri Centri. Siamo lì tutti insieme per fare le prove dello spettacolo “I Miserabili” . C’è la regista Luisa e la responsabile del Centro di Varese. Mentre facciamo le prove cantiamo, recitiamo e ci divertiamo.

Venerdì scorso, ad esempio ho incontrato Gabriella, la costumista, che ha usato il metro per prendere le misure per il vestito che indosserò nello spettacolo. Questa attività mi piace molto e aspetto il venerdì per tornare ancora a Varese. E poi non vedo l’ora di andare in scena entro l’anno prossimo.”

Roberto



Due ospiti del Centro Cardinale Colombo hanno di recente sperimentato la bellezza di trascorrere qualche ora insieme durante il week-end, all'insegna dell'amicizia. Ecco il racconto di una delle due straordinarie protagoniste di un viaggio alla scoperta di un'amicizia appena germogliata tra le porte e le finestre del Centro.

“Sabato 15 febbraio è venuta a trovarmi a casa Anna Maria, un'amica del Centro. Abbiamo pranzato insieme e al termine abbiamo giocato a Scala Quaranta. Abbiamo trascorso un gran bel pomeriggio insieme e ci siamo divertite molto.

Nel tardo pomeriggio, mia mamma ed io abbiamo accompagnato Anna alla fermata dell'autobus e siamo tornate a casa.

Ci è piaciuto così tanto poterci frequentare fuori dal Centro, che anche sabato 22 ci siamo incontrate e siamo andate al McDonald's per pranzo. Poi nel pomeriggio siamo andate a giocare a carte nell'oratorio che frequenta Anna. Qui abbiamo fatto merenda.

Con Anna Maria sto facendo davvero delle belle uscite.”

Claudia



“Settimana scorsa sono venuto al Centro con in mano un tablet di ultima generazione. Mia madre mi ha regalato questo tablet però l'idea è stata mia. Volevo utilizzarlo per scrivere articoli per il nostro giornalino e per l'attività del venerdì pomeriggio. Inoltre volevo imparare a scrivere meglio con l'aiuto di un programma.”

Davide

“A dire il vero vorrei parlare dell'attività che si chiama LIBRO-GAME.

Si tratta di una delle attività da me preferite. Infatti quando vengo al Centro mi diverte mol-

tissimo partecipare. Questa attività consiste nell'usare il più possibile la nostra immaginazione seguendo una storia che è anche una avventura raccontata da un libro che si trasforma in gioco.

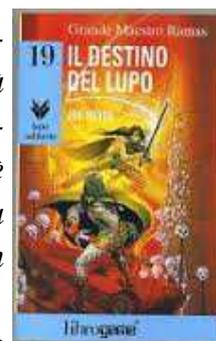
Ogni partecipante ha un ruolo diverso e chi riesce ad arrivare al termine dell'avventura è il campione. E' molto divertente perché ogni pagina è un'avventura nuova e non si sa mai come potrebbe finire.”

Michele U.

Al Centro si impara anche a raccontare quello che capita a casa con la propria famiglia.

“Qualche settimana fa insieme a tutta la mia famiglia sono andato al Teatro della Luna a Cusano M. ad assistere ad un musical che da tanto tempo volevo vedere. Il titolo?? Frankenstein Junior, si proprio quello del famoso film in versione teatrale. Questo spettacolo mi è piaciuto molto per la bravura degli attori, per gli effetti speciali ma soprattutto perché ho riso tantissimo!!! E' stata veramente una bella serata e mi piacerebbe tanto ritornare a teatro perché è stata una cosa da sballo!!!”

Michele U.



Sostieni i nostri servizi !

PER INFO:

www.curaeribilitazione.org

PER DONAZIONI IBAN

T18U0335901600100000001961

(specificando la causale)

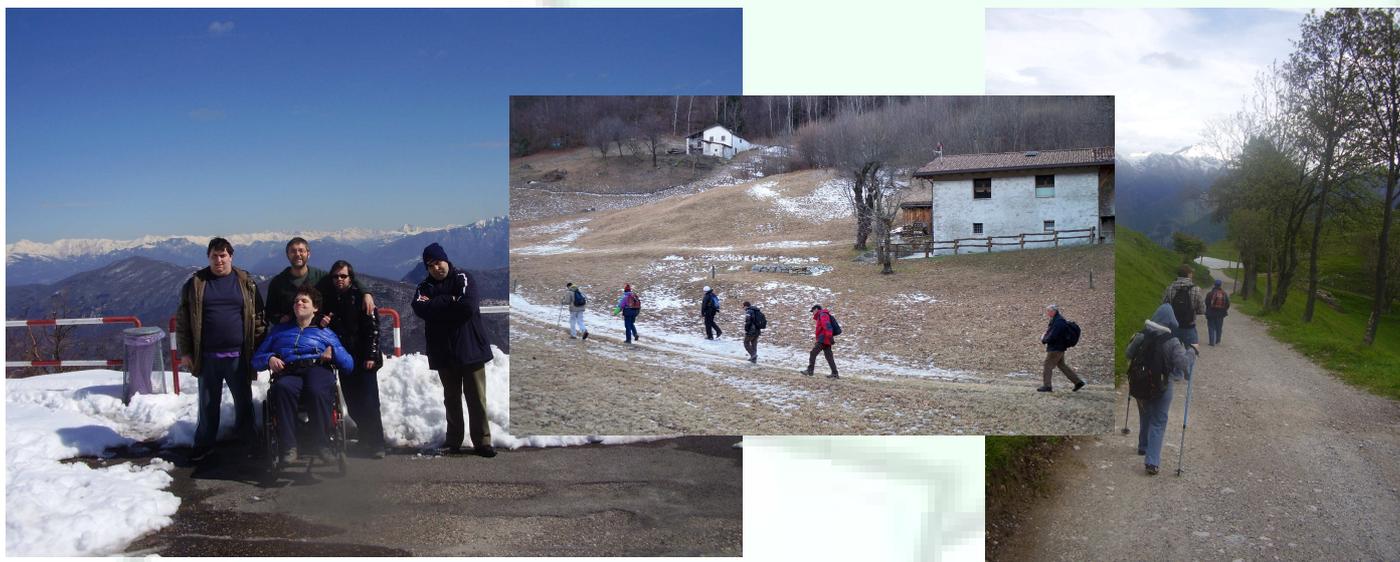
LA MONTAGNA è per TUTTI

“La montagna è fatta per tutti, non solo per gli alpinisti: per coloro che desiderano la bellezza, il riposo nella quiete come per coloro che cercano nella fatica un riposo ancora più forte”

Questa frase di un grande alpinista (Guido Rey) mi ha sempre colpito; per cui ho pensato che i ragazzi del Centro Cardinale Colombo avrebbero potuto godere delle bellezze della montagna. Non ho mai inteso fare un'attività di “montagnaterapia”; ma mostrare loro solo la bellezza della montagna. Ho intrapreso con alcuni di loro insieme ad alcuni educatori delle escursioni in Grigna, le montagne più vicine a Milano. Le escursioni si sono sempre svolte in giornata e sono state sempre facili e adeguate. Abbiamo potuto così comprendere la frase di Rey che ci ha accompagnato nelle nostre gite dove abbiamo potuto godere appunto della bellezza della montagna.

E indubbio che l'aver fatto queste escursioni è stato anche un momento di benessere fisico e mentale. Allego pertanto a titolo di documentazione alcune foto affinché sul nostro Barbapedana possiate, cari lettori, godere anche voi di queste splendide montagne.

Mario



Le chicche di Mario

Incredibile !!!!

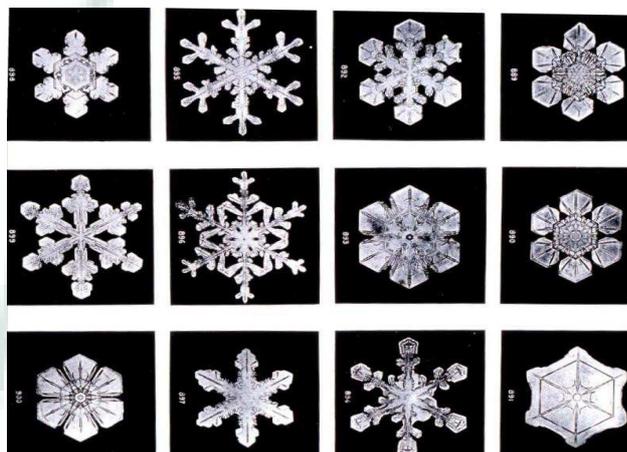
Incredibile!!!!

Tutti voi avete visto nevicare.

Ma attenzione quando nevicata vi sembra che i fiocchi di neve siano tutti uguali, ma non è vero, sono tutti diversi. Sono una incredibile opera d'arte; guardate in questa foto quale opera d'arte sa fare la natura.

Mi sembra una cosa veramente bella, proprio un quadro degno di un grande pittore.

Mario



Giro d'Europa ai fornelli



DANIMARCA



Minestra di pallottole danese

Ingredienti:

80 G Margarina,
125 G Farina Bianca,
3 Uova,
1/2 Cucchiaino Sale,
25 Cl Acqua,
Brodo

Preparazione:

Mettere a bollire l'acqua.

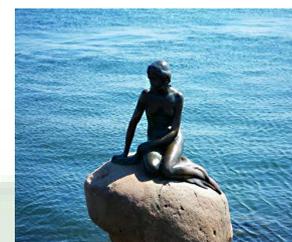
Far sciogliere a parte in un pentolino la margarina, aggiungere quindi la farina, l'acqua bollente e mescolare bene.

Lasciare per un po' l'impasto sul fuoco a cuocere.

Una volta che sia ben amalgamato, lasciarlo raffreddare. Aggiungere quindi le uova ed il sale e mescolare il tutto.

L'impasto sarà così pronto da inserire in una grossa siringa con apposito dischetto per formare delle pallottoline da tuffare nel brodo caldo.

Per la cottura è sufficiente che le pallottole vengano a galla.



Frikadeller: polpette!!!!

Preparazione:

Tritate la cipolla e mettetela ad appassire in una padella insieme al cucchiaio di olio di oliva: dovrà cuocere per circa 15 minuti a fuoco molto basso. Nel frattempo in una ciotola disponete la carne macinata, aggiungete le uova, il pepe, la noce moscata, la cannella e aggiustate di sale. Amalgamate bene tutti gli ingredienti lavorando il composto con le mani, poi aggiungete il pangrattato e ricominciate a impastare. Aggiungete la cipolla appassita tiepida amalgamate tutto e lasciate riposare il composto per 10 minuti. Quindi procedete a preparare le polpette, prelevate circa 20- 25 gr di impasto per ogni polpetta e passatele tra i palmi delle mani per dargli una forma tonda e procedete in questo modo fino ad ultimare l'impasto. Dopodiché passate le polpette nella farina e nel frattempo mettete a sciogliere il burro in una padella capiente e uniteci le polpette infarinate. Fatele rosolare e poi unite la birra a temperatura ambiente, e versate il succo di limone. Fate cuocere a fuoco dolce per qualche minuto fino a che la salsa non si sarà addensata. Potete servire le polpette danesi (Frikadeller) con un contorno di patate prezzemolate, basterà lessare le patate con la buccia in acqua bollente, una volta cotte sbucciatele, tagliatele a pezzi e conditele con una spolverizzata di prezzemolo. Servite le frikadeller insieme alle patate prezzemolate.

Ingredienti:

Carne di suino 500 gr
Pangrattato 80 gr
1 grossa cipolla bianca
2 Uova
Birra danese 33 cl
Burro 50 gr
Sale q.b.
Pepe q.b.
1 cucchiaio di
Olio di oliva
Il succo di un limone
1/2 cucchiaino di
noce moscata
Cannella q.b

A cura di

Carla e del Corso di cucina



Sbellichiamoci dalle risate...



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

Medioevo. Un drago si imbatte in un cavaliere interamente coperto da una pesante armatura. Il drago lo osserva ed esclama: "Uffa che barba...anche oggi carne in scatola!!!!!!!!!!"

Due amici si incontrano alla pompa di benzina. Uno dice all'altro: " Cavolo che macchina sportiva. Ma quanto va all'ora??"

L'altro: " Non posso andare oltre i 120 km/h perché subito inizia a ballare.."

L'amico: " Ma hai provato a spegnere la radio???"

Perché tanti operai della FIAT preferiscono andare a lavorare alla FORD? Perché alla FIAT c'è RITMO mentre alla FORD c'è FIESTA!!!

Perché sulle portiere delle auto dei Carabinieri c'è scritto DIX DIX??

Perché hanno visto che sulle auto inglesi c'è scritto POLICE.

Qual è l'amaro preferito dai pesci?? Il FERNET BRANCHIA

Al telefono: " Ti sto parlando dal cellulare"

E l'altro: "Era ora che ti arrestassero."

Un cavallo entra in un bar. Il barista lo guarda e gli domanda: " Come mai quel muso lungo???"

Sette cinesi entrano in un bar. " Sette te" E il barista " CUCU..."

"Papà ma dove diavolo è l'Africa??" " Ma che ne so. E' sempre la mamma che mette a posto!!"

Due amici si incontrano al bar: " Ciao Giuseppe, ti posso offrire una birra"

E Giuseppe: " No grazie sono astemio."

L'altro: " Cavolo, assomigli veramente a Giuseppe, scusa Astemio vuoi una birra???"

Pierino si rivolge allo zio Mario. " Zio Mario ma questo libro è tuo??"

E lo zio Mario: " Si, è proprio mio perché?"

E Pierino: " Allora c'è un errore sulla copertina perché qui c'è scritto DI ZIO NARIO!!!"



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

LA TRIBUNA DEL TIFOSO

MILAN – ATLETICO MADRID 0-1

Ero quasi sicuro che il Milan ce la facesse a vincere forte del fatto che nelle Coppe dà il meglio di se. La partita non mi stava dando torto: pali, traverse, parate mozzafiato!!!

Pensavo fosse solo questione di tempo. Grandissimo primo tempo e buon inizio della ripresa.

Ma proprio negli ultimi minuti è arrivata la doccia fredda: il goal dell' Atletico Madrid.

Non ci resta che sperare nel ritorno. Il calcio è imprevedibile ed è questo il suo lato più piacevole.

Michele C.

MILAN – JUVENTUS 0 2

Il risultato è giusto.

La Juventus si è dimostrata più concreta, più squadra, in parole semplici più forte.

La partita è stata diretta in modo esemplare dall'arbitro che non appena vedeva iniziare un po' di nervosismo fischia. Una direzione di gara di polso.

Il gioco è stato piacevole. Al momento del primo gol nel mio settore è scoppiata una rissa che però non ha avuto conseguenze. Mettete-

la come volete ma il calcio è il gioco più bello al mondo.

Michele C.

