AFASIA
Dammi tempo !

Dammi tempo !

Notizie, giochi e … per passare un po' il tempo

Anno 2012 – Padova – Volontari Veneti AITA onlus

Maggio/Giugno 2012- N.15

Al ritorno da Roma

Viaggio lungo e faticoso ma la meta è stata davvero speciale.

Roma mantiene sempre il suo fascino ma soprattutto l'A.IT.A. ha dimostrato ancora una volta la sua presenza forte! Tutto ciò grazie alle nostre storie e parole che, seppur escano difficilmente, sono cariche di valore per noi, le famiglie, i volontari e le persone che vogliono mettersi in ascolto di cosa significhi "essere afasico". Si torna sempre caricati da un'esperienza simile e ci auguriamo che questo ci dia più l'energia di sviluppare l'associazione attraverso nuove idee.

Notizie da AITA: il Nostro Congresso	pg. 2
TG Aita; Proverbi e modi di dire	pg. 3- 7
Per ridere un po'	pg. 8
Uno di noi: La mia giornata "tipo"	pg. 9
Angolo della poesia	pg. 10
Amici di Venezia: Un giorno qualunque	pg. 11-12
I sabati della Psicologia	pg. 13-14
Il nostro gruppo	pg.15
Animali: il coniglio	pg.16 - 18
Angolo degli esperti: cos'è la disartria?	pg.19 - 21
Giochi ed enigmistica	pg. 22 - 30
Le ricette	pg. 31- 32
Soluzioni	pg. 33

Notizie da A.IT.A.: il NOSTRO Congresso

VIAGGIO A TIVOLI

Siamo partiti Venerdì 11 maggio alle ore 8. Il gruppo era formato dalle associazioni di Padova, Vicenza e Venezia. Il viaggio è stato lungo e un pò scomodo.

Ci siamo fermati 2 volte per la colazione e per il pranzo. Siamo arrivati a Tivoli alle 15.30. L'albergo di Tivoli "Gran Duca D'Este" era bello e spazioso. Siamo saliti in camera per una doccia e un riposino.

Poi siamo scesi nella sala conferenze e abbiamo ascoltato le esperienze dei gruppi di tutte le regioni.

Le più interessanti sono state quelle del Piemonte e quelle dell'Emilia Romagna.

Verso le 19 e 30 tutti a cena nell'ristorante dell'Albergo. Siamo stati in compagnia e abbiamo mangiato bene ; Farfalle al pomodoro e calamari, Salmone ai carciofi e Torta mimosa. Verso le21 abbiamo assistito ad un bellissimo spettacolo.

Il giorno seguente, dopo la colazione, ci siamo ritrovati in sala riunione e abbiamo ascoltato le storie delle persone afasiche e mio marito si è commosso.

A mezzogiorno abbiamo pranzato leggero.

Alle 15 siamo partiti a visitare Villa D'Este a Tivoli.

Verso le 19 siamo andati a cenare in un Agriturismo in collina. Il posto era bellissimo, c'erano cavalli, oche, pavoni che starnazzavano. Abbiamo mangiato tanto e bene.

C'è stata la pesca, io non ho vinto niente. Il Sig. Adriano, invece, ha vinto la cesta del veneto.

Il giorno seguente, dopo colazione, siamo andati a Roma per una visita in pullman.

Abbiamo visto il Colosseo, Piazza S. Pietro, e molte altre bellezze.

Finita la visita, poi partenza per Padova e siamo arrivati alle 22.

Stanchi ma felici di questa esperienza.

ROSANNA BAU'

TG A.IT.A

ITALIA

La terra trema ancora

Sono state più di 1800 le scosse di terremoto registrate in Emilia dal 20 maggio e tutto ciò ha provocato tantissimi sfollati. Ma soprattutto ci sono stati morti e tanta tanta paura. La terra continua a tremare e non si sa quando potrà smettere. Centinaia di migliaia di persone che dormono in tende, macchine, alberghi o ospitati da altre famiglie senza sapere cosa e quando la situazione cambierà.

Napolitano: "L'impegno dello Stato e la solidarietà nazionale non mancheranno per assistere le popolazioni che soffrono e per far partire la ricostruzione. Ce la faremo, e lo dico con fiducia innanzitutto a voi - gente emiliana - conoscendo la vostra tempra". Così il presidente della Repubblica in un videomessaggio per il 2 giugno.

Imprese - La Commissione europea valuterà "le opportunità legali per offrire aiuti di Stato che potrebbero decisamente aiutare le piccole e medie imprese" colpite dal sisma in Emilia. Inoltre il procuratore di Modena, Zincani ha reso noto che "saranno molti gli indagati per i morti nei crolli dei capannoni" durante il terremoto, precisando che gli avvisi di garanzia serviranno per consentire a "tutte le persone eventualmente coinvolte negli accertamenti, di partecipare, come loro diritto, all'indagine".

Contributi e solidarietà - Gli interventi del governo per le zone terremotate dell'Emilia ammontano a 500 milioni di euro: "420 dalle accise sulla benzina e 80 dal dimezzamento del contributo ai partiti". Lo ha detto il ministro dell'Ambiente, Corrado Clini. Per i privati che volessero offrire il loro piccolo aiuto è stato istituito un numero per donare 2 euro con un sms al **45500**.

"Le scosse sono state terribili, ma è stato ancora più forte il senso di solidarietà e di civiltà di queste popolazioni. Il problema è ora quello di assicurare un futuro economico a quest'area".

Papa a Milano per il Family Day

'Insieme possiamo fare tanto'

Benedetto XVI è arrivato a bordo della "papamobile" in una gremitissima piazza Duomo per incontrare Milano per l'Incontro mondiale delle famiglie.

La fede "deve animare tutto il tessuto della vita, personale e comunitaria, privata e pubblica, così da consentire uno stabile e autentico 'ben essere', a partire dalla famiglia", da riscoprire "quale patrimonio principale dell'umanità" e "segno di una vera e stabile cultura in favore dell'uomo" ha detto il Papa a Milano. Benedetto XVI ha invocato ancora una volta "una generosa solidarietà" verso le popolazioni dell'Emilia Romagna colpite dal sisma, "che sono nel nostro cuore - ha detto - e nella nostra preghiera".

Durante l'incontro con i milanesi in Piazza Duomo, Benedetto XVI ha indirizzato "un pensiero affettuoso" a "quanti hanno bisogno di aiuto e di conforto, e sono afflitti da varie preoccupazioni: alle persone sole o in difficoltà, ai disoccupati, agli ammalati, ai carcerati, a quanti sono privi di una casa o dell'indispensabile per vivere una vita dignitosa". "Non manchi a nessuno di questi nostri fratelli e sorelle - ha affermato - l'interessamento solidale e costante della collettività".

"La singolare identità di Milano - ha poi detto il Papa - non la deve isolare né separare, chiudendola in se stessa. Al contrario, conservando la linfa delle sue radici e la sua storia, Milano è chiamata a guardare al futuro con speranza". E a coronare questa avventura milanese non poteva mancare l'intonazione di "O mia bella Madonnina".

Proverbi e Modi di dire

PROVERBI DI MAGGIO *– Rosanna Bau, Giuliano e Nicla*

- Se di Maggio rasserena, ogni spiega sarà piena.
- Sole bianco, scirocco in campo.
- Maggio venuto, l'inverno è perduto.
- Maggio soleggiato pere e mele a buon mercato.
- Per la festa della mamma ogni torta è con la panna
- Il potere sarà sempre appetibile finché ci sarà qualcosa da rubare.

MODI DI DIRE … anche in dialetto veneto

Scarpa larga e gotto pien
Ciapa le robe come le vien

Chi dal loro speta soccorso
Fa' il pelo longo come un orso

Una a settimana xe na cossa sana
Una al dì pensaghe ti

Meio esser usel de bosco che da gabbia

Un vincente trova sempre una strada
Un perdente trova sempre una scusa

Quando la vita ti dà mille ragioni per piangere,
dimostra che hai mille ed una ragione per sorridere.

VENETO

Sisma: Padova, chiusa Cappella con reliquie di sant'Antonio: Si contano i danni in Veneto

(ANSA) PADOVA, 31 MAG - Si fa la conta dei danni in Veneto, dove il sisma, con la coda di piccole scosse, ha creato problemi in particolare agli edifici religiosi. In polesine, l'area più colpita, prosegue l'opera di consolidamento delle strutture.

A Padova, il terremoto ha toccato anche la Basilica del Santo con il distacco di una parte dell'intonaco di una lunetta affrescata sulla volta del transetto che porta alla Cappella delle reliquie di Sant'Antonio. La Cappella è stata chiusa alla venerazione del pubblico per 4 giorni.

Tromba aria su isola Sant'Elena

VENEZIA - La tromba d'aria che si è abbattuta su alcune isole del litorale veneziano e su Sant'Elena ha causato danni rilevanti all'isola della Certosa, soprattutto sul patrimonio arboreo della stessa, con centinaia di alberi abbattuti. Lo rileva la Protezione civile comunale dopo aver fatto una prima rilevazione nella zona. Molto danneggiato invece il chiostro. Danni pesanti, ancora da quantificare, anche a Sant'Erasmo, con case e capannoni danneggiati e alberi abbattuti. Per quanto riguarda Sant'Elena, sono stati abbattuti numerosi pini marittimi e un platano è caduto sul muro di cinta dello stadio Penzo. Decine di barche sono state accatastate dalla violenza delle raffiche una sull'altra. Dei ragazzi, che stavano seguendo dei corsi, sono rimasti bloccati e sono stati 'liberati' dai vigili del fuoco.

SPORT

Italia a rischio quarti

Sono iniziati gli Europei di Calcio e l'Italia rischia di non arrivare ai quarti di finale. Dopo il pareggio con la Spagna, anche con la Croazia non c'è stata una particolare svolta. La partita dello scorso giovedì 14 giugno si è conclusa 1 a 1. - "Abbiamo avuto le occasioni per chiudere la partita, dovevamo farlo prima". E' il rammarico di Andrea Pirlo, autore del gol degli azzurri contro la Croazia e indicato dall'Uefa come migliore in campo. "Era una partita da vincere, era fondamentale. Nel secondo tempo abbiamo sbagliato ad arretrare troppo il baricentro. Ora c'é l'ultima partita, lunedì, e anche quella sarà assolutamente da vincere".

SCIENZA & MEDICINA

Stimolare ormoni per esercizio fisico

Studio, un aiuto per persone obese e malati alzheimer

(Ansa) ZURIGO, 14 GIU - Nella sempre più difficile battaglia contro i chili di troppo, arriva dalla Svizzera una novità che potrebbe aiutare a rimettersi in forma: stimolare l'ormone giusto può aiutare e motivare i soggetti in sovrappeso a fare esercizio fisico. La scoperta e' dei ricercatori dell'università di Zurigo, che hanno studiato le funzioni dell'eritropoietina (o Epo), un ormone prodotto dai reni e, in misura minore, da fegato e cervello e che serve a regolare la produzione dei globuli rossi.

PER RIDERE UN PO'

Lui – qual è la cosa che faccio che ti eccita di più?
Lei – il caffè

A quale velocità va il cammello dei Re Magi?
A tutta MIRRA!

Sai perché i pesci hanno le spine?
Perché in mare c'è la corrente.

Una persona viene assunta come centralinista nel comune del suo paese in qualità di invalido. Al poverino mancavano i testicoli. Il primo giorno di lavoro si presenta dal direttore dell'ufficio e gli chiede " Scusi a che ora si inizia a lavorare"?
Risponde il direttore. "Per lei alle 8 per tutti gli altri alle 10, sa noi fino alle 10 ci grattiamo i co….. (testicoli).

Bianchi come mai arriva a quest'ora?
Perché ieri lei mi ha detto che il giornale me lo devo leggere a casa.

Un tizio ha un problema allo stomaco, va dal dottore e questi gli dice che deve prendere due supposte. Lo fa mettere a 90°, gli infila la prima e gli dice di prendere l'altra dopo 6 ore. Siccome il tizio non ce la fa da solo si fa aiutare dalla moglie che lo fa chinare e gli mette una mano sulla spalla e gli infila la supposta.
"uhhh….oh mio Dioooo! Dice lui.
Cosa c'è ti ho fatto male? Chiede lei.
No. E' che ho realizzato adesso che quando me l'ha messa il dottore aveva entrambe le mani sulle mie spalle.

Uno di noi

LA MIA GIORNATA "TIPO"

Buongiorno, … nel seguito riporto i momenti salienti di un giorno qualsiasi della settimana, premesso che il sottoscritto è impegnato durante l'intera settimana, dal lunedì al venerdì con terapie di riabilitazione, quali fisioterapia e logopedia presso Villa Valmarana (Noventa Padovana), CMF – Centro Medico di Fisioterapia (via Degli Scrovegni - Padova), PadovaMed (Villafranca Padovana).
Alla mattina o al pomeriggio sono sempre occupato con le terapie per la riabilitazione.
A questo proposito, colgo l'occasione per ringraziare pubblicamente la signora ***VISILEAC GALINA "GAIA"*** in quanto mi accompagna alle sedute di riabilitazione, si prende cura dell'abitazione, segue le mie richieste e non ultimo è sempre propositiva verso nuovi terapeuti e nuove modalità di cura.
Dunque dicevo ….. abitualmente mi alzo dal letto verso le ore 08.00 – 08.30 circa … tranne i giorni in cui mi alzo prima per gli impegni previsti nel mattino; faccio la prima colazione abbondante (yogurt, frutta, dolci, marmellata, caffelatte, etc., etc.) … sono molto goloso, ma la signora Gaia mi aiuta a limitare questa propensione verso il cibo "dolce";
successivamente, eseguo giornalmente l'operazione della rasatura della barba … retaggio di quando svolgevo la mia attività lavorativa/professionale in cui dovevo essere perfettamente in ordine;
il tempo libero lo occupo utilizzando il personal computer (Internet, applicazioni/programmi locali, posta elettronica, etc.), ….. a volte guardo la televisione, leggo, ascolto musica oppure faccio conversazione con la signora Gaia;
il pranzo (un primo o un secondo piatto) viene consumato verso le ore 13.00; ….. la cena (solitamente "leggera") dopo le ore 19.30;
è da considerare che lo scrivente, amante dell'ordine, della pulizia e dell'acqua, trascorre molto tempo in vasca …da bagno… quotidianamente prima di cena, di solito dalle ore 18.00 alle 19.00 circa;
dopo cena uso il mio computer e/o guardo i programmi trasmessi alla televisione fino all'ora di coricarmi …… all'incirca verso le ore 23.00.
E' importante evidenziare che rispetto al periodo di vita ante ictus, ora sono più attento alle mie esigenze ed a quelle delle persone che mi circondano … prima andavo talmente "veloce" che non mi accorgevo neppure di chi avevo attorno, … tale era la frenesia di conseguire gli obiettivi prefissati.

Giancarlo Conte

Angolo della poesia

NELLA VITA ...

Nella vita ci sono cose che tu cerchi e altre che ti vengono a cercare. Non le hai scelte e nemmeno le vorresti…ma arrivano e dopo non sei più uguale.
A quel punto le soluzioni sono due: o scappi cercando di lasciartele alle spalle o ti metti a cercare una soluzione.
Qualsiasi soluzione tu scelga ti cambia, e tu hai solo la possibilità di scegliere se in bene o in male.

G. Faletti

Quando le forze ti abbandonano RESISTI.
Quando la tua mente vuole cedere RIBELLATI.
Quando hai deciso di abbassare la spada COMBATTI.
Quando pensi che l'amore non esista AMA.
Quando pensi che sia inutile andare avanti ABBI FIDE E NON ARRENDERTI.

Penso di avere paura di essere felice… Perché quando diventi felice, c'è sempre qualcosa che va storto.

Charlie Brown

Amici di Vicenza

Uno di Noi

UN GIORNO QUALUNQUE.

Era un giorno qualunque. Non ricordo neanche quale fosse il giorno della settimana, forse mercoledì o giovedì. Dovevo lavorare come il solito e stavo apprestandomi come tutti i giorni ad andare in stazione, a prendere il treno per Carmignano alle sei e mezzo circa. Ero ormai pronto alla mia vita di sempre, ad andare in fabbrica. Però non era un giorno qualsiasi, non sapevo che era destinato ad essere speciale, a cambiare tutta la mia vita. Stranamente non in peggio, come ognuno sarebbe pronto comunemente a pensare. Ma per rendere comprensibile il tutto a questo punto è meglio fare un inciso, un volo di qualche anno. Devo raccontare che ...

Siamo nel 2010 e stavo leggendo il libro INDACO di Paola Giovetti al punto in cui una mamma descriveva l'incredibile storia che le era accaduta (lascio spazio al libro il quale racconta più adeguatamente quanto è successo) e diceva che suo figlio era nato il 22.5, giorno di S.Rita da Cascia (la santa degli impossibili). Questo ha fatto risuonare nella mia testa un campanellino. Avevo fatto l'ictus in quel giorno o al 25?

Sono andato a controllare perché ho tutta la documentazione presentata all'ULSS e quindi anche il giorno incriminato. Era proprio quello. L'ictus che mi riguardava era stato fatto il 22.5.2003 e si era concluso con una lettera scritta da Villa Margherita il 9.9.2003.

Ma dove sta il bello?direte voi. Intanto in quello che avete letto, ma anche in quel giorno, che voglio tuttavia ripercorrere nella sua interezza. Possiamo farlo con ordine, un passo per volta.

Quel giorno stavo preparandomi ad andare come ogni dì a lavorare. Non ricordo appunto nemmeno quale fosse il giorno della settimana forse, come ho detto prima, era mercoledì o giovedì. La ditta della mia fabbrica era una società costituita da un'unica azienda in quel di Carmignano di Brenta in provincia di Padova. Ero addetto a una macchina che faceva i lavelli d'acciaio in un modo più avanzato, però era rimasta anche la lavorazione tradizionale che veniva costruita con dell'altro macchinario. Anche alcuni miei colleghi facevano quello che preparavo io.

Erano circa le sei del mattino di una bella giornata piena di sole. In quel momento ho fatto l'ictus. Non ho sentito quasi niente, qualcosa era avvenuto. Io ho avvertito solo un po' di calore alla guancia. Mi sono appoggiato al mobile che mi stava di fronte e nient'altro. Pensavo di aver avuto solo un malessere, così mi è sembrato meglio rimettermi a letto. "Al diavolo! Che lavorassero un po' i miei colleghi di lavoro" ho rimuginato tra me e me. Io ero indisposto, toccava a loro a fare la loro parte e anche la mia.

Stavo in quel momento in un appartamento insieme ad un polacco. Faceva il cuoco in un ristorante e volevo avvertirlo che non mi sentivo bene. L'ho udito passare due, tre volte in fretta davanti alla mia porta e non sono riuscito ad attrarre la sua attenzione. Andava di corsa al lavoro e non immaginava altro. Non mi restava così che guardare la tv in camera. Non rammento più che cosa facessero come programma, forse uno sugli animali, un documentario.

Alle otto, otto e mezza si sono disassati gli occhi, vedevo doppio, però la cosa non mi preoccupava assolutamente. Guardavo con un occhio solo, ma non era una cosa grave. Solo un malessere. Continuai a guardare la tv, forse mi sono appisolato un po' davanti al televisore. Non era importante quello che facevo, dovevo solo passare la giornata. Così, davanti alla tele o a fare quel che mi sembrava più appropriato.

Ho pensato di telefonare in ditta, saranno state le dieci, dieci e mezzo, per avvertire che stavo poco bene e non ci sarei perciò andato. Ho trovato un mio collega che era in quel momento nella stanza del centralino e ha sentito come se avessi la bocca impastata o ecceduto nel bere, il mio problema evidentemente si faceva già capire. Ha detto che alla sera quando smetteva sarebbe passato da casa mia.

Tra letto e tv, ho passato tutto il giorno. Non ho neanche tentato di alzarmi a mezzodì e farmi qualcosa da mangiare, sono rimasto in camera a poltrire. Ho guardato la televisione, ho dormito per chissà quante ore. Non mi rendevo conto di quello che stavo facendo perché non era importante per me.

Il pomeriggio, saranno state le sei circa, è venuto questo mio amico con due colleghe, Vera e Veronica, una serba e una romena, che stavano non lontano dalla mia strada. Hanno suonato il campanello ... e così mi sono scoperto emiplegico. Ma era stato solo un malessere. ... in qualche modo ho raggiunto la porta e così sono riuscito ad aprire loro. Hanno telefonato al 118 per farmi condurre al pronto soccorso dell'ospedale e vedere cosa mi era successo.

Sono rimasto qualche ora in pronto soccorso per fare tutti gli esami del caso, immagino, e alle nove, le dieci mi hanno inviato alla Strong Unit al sesto piano. Strano, ma vero, è che, complice l'inglese che non conosco a fondo, sono rimasto nell'ignoranza. Ho saputo che avevo fatto un ictus una settimana dopo proprio dal mio collega che era venuto a casa e mi aveva trovato in quello stato che ho descritto prima.

Una giornata qualunque. Un semplice malessere. Una cosa che non era stata importante per me.

VICENZA, 13.10.2010 PEROTTI GIULIANO

I sabati della Psicologia

LAVORO DI GRUPPO --- A.IT.A. --- 1° SEMESTRE 2012

Nel corso del 1° semestre 2012 si sono tenuti, presso la sede padovana dell'A.IT.A. sita in via Magenta, degli incontri con la psicologa Dott.ssa Renata Cazzolaro.

Su suggerimento della terapeuta i partecipanti alle varie riunioni del sabato mattina (ore 09.30-12.00) si sono suddivisi in gruppi di lavoro composti da quattro/cinque persone ciascuno.

E' stata avanzata la richiesta che ogni componente contribuisse allo sviluppo del lavoro fornendo il proprio contributo personale mediante immagini (ritagli di giornale, foto, disegni, forme varie), in grado di far identificare alcuni aspetti **positivi** e **negativi** presenti nella personalità di ciascun individuo … in pratica, sono stati identificati il significato che ognuno di noi attribuisce ad ogni singolo fatto/avvenimento/accadimento dell'esistenza.

In seguito, durante gli incontri dei sabato mattina successivi, **ogni gruppo** ha creato due poster, ….. uno contenente le immagini a cui ha attribuito un significato positivo, l'altro con gli aspetti considerati negativi.

Dopo la realizzazione dei poster, la loro composizione è stata oggetto di una variopinta ed amichevole "discussione" da parte dei presenti.

Il risultato del lavoro svolto nonché l'attribuzione della positività o della negatività di un singolo elemento, è stata ampiamente oggetto di un piacevole confronto con la psicologa intervenuta per fornire alcune brevi spiegazioni su quanto realizzato dai gruppi di lavoro.

Successivamente, per poter lasciare un ulteriore "spazio" ad ogni singolo componente di ogni gruppo è stato chiesto di ESEGUIRE UN POSTER CON IL TEMA " CAMBIAMENTO COME POTENZIALITA' PERDUTE ?"

Si è deciso di fare riferimento alle seguenti parole chiave: **corpo, tempo, spazio, esperienza, sesso, libertà** … . Queste parole possono aiutare ad esprimere: la percezione di sé, del gruppo, delle relazioni (l'affettività e le emozioni).

Ogni singolo gruppo decide quale sarà la sua parola chiave (diversa dagli altri) dando un titolo al proprio poster.

Con l'ausilio di tutti i componenti del gruppo, i quali hanno la concreta possibilità di intervenire a prescindere dalla loro formazione culturale, vengono realizzati i nuovi poster (uno per gruppo) con ampia soddisfazione da parte di tutti.

In definitiva il lavoro svolto ha dimostrato che, seppure con l'ausilio di altre persone (volontari), la capacità e l'interesse delle persone afasiche di sviluppare ed ampliare i temi della vita sono inalterate, anzi se stimolate, dispongono di argomentazioni sempre attuali.

Giancarlo Conte

Il nostro gruppo

Uscita al Parco Sigurtà: parole ed impressioni di fronte a tale spettacolo!!! Scrivi qui una breve descrizione della giornata e cosa ti ha colpito.

Animali

IL CONIGLIO

Con il termine **coniglio** si definisce un gruppo di animali appartenente alla famiglia dei **leporidi**.
Si distinguono dalle lepri per varie caratteristiche: ad esempio, appena nati i piccoli conigli sono privi di pelo, hanno gli occhi chiusi e sostanzialmente dipendono in modo totale dai genitori. I conigli hanno l'abitudine di vivere in gallerie scavate nel terreno.

Alimentazione

L'alimentazione naturale è costituita da erba, foglie secche, radici e cortecce. Essendo erbivoro mangia però verdure di tutti i tipi, ad esempio sedano, carote o cicoria.
Vi è l'errata convinzione che il pane consumi i denti dei conigli. Anche se questo sembra gradirla, può essere causa di gravi problemi. Infatti, l'apparato digerente del coniglio non è in grado di assimilare pane, fette biscottate, farine d'avena, melassa e carboidrati correttamente e la fermentazione di questo tipo di cibi può causare meteorismo e successivo blocco gastro-intestinale (una delle maggiori cause di morte nei conigli da compagnia). Da non sottovalutare, inoltre, i problemi dentali che tali cibi possono causare; malocclusioni dovute ad un cattivo consumo dei denti. Invece il silicio contenuto nell'erba permette ai denti la crescita continua e il consumarsi naturalmente.
La corretta alimentazione del coniglio è quindi composta da fieno in quantità abbondante, verdura fresca e pulita in quantità pari a circa 250-300g per kg di peso del coniglio stesso ed acqua sempre a disposizione.

È importante lasciare questo cibo sempre a disposizione dell'animale in quanto l'apparato digerente del coniglio è a digestione continua ed un digiuno prolungato per più di 12 ore apre la porta a patologie molto serie che possono ucciderlo.

Comportamenti

Il coniglio da compagnia è generalmente affettuoso e socievole: nonostante non siano soliti chiedere manifestazioni d'affetto all'affetto che gli viene manifestato. Quando avvertono l'esigenza di mangiare, non è un caso che vengano ai piedi del padrone a domandare cibo, alzandosi sulle zampe posteriori o alzando il muso. I conigli sono in genere molto pacifici; ottimi animali da compagnia, sono molto puliti e vivono in determinati spazi da loro selezionati e opportunamente "marchiati", anche più volte, strusciandosi col muso.

I conigli assumono particolari comportamenti quando per esempio vogliono riposare; sono infatti soliti distendersi, oppure assumere una posizione "a palla", cioè piegando in dentro le zampe anteriori. Difficilmente i conigli recano disturbi, anche in base al loro comportamento, proprio per la loro indole pacifica. Per antonomasia, si sa però che il coniglio è l'animale più pauroso, infatti, a meno che non siano coscienti di trovarsi in un luogo familiare e protetto, potrebbero spaventarsi anche per il minimo rumore, stando sempre sull'attenti.

Rispondi a queste semplici domande in riferimento al testo.

A quale categoria appartengono i conigli?	
	Leporini
	Mammiferi
	Ovini
Come si distinguono dalle lepri?	
	Alla nascita si dividono dalla mamma
	Vivono in nidi tra i rami
	Alla nascita sono privi di pelo
Cosa mangiano in prevalenza?	
	Carne, pane e frutta
	Mangimi a base di zuccheri e grassi
	Fieno, Erba, Verdura ma anche a piccole dosi pane
Come viene definito l'apparato digerente dei conigli?	
	A digestione oraria
	A doppia digestione
	A digestione continua
Per dormire che posizioni assumono?	
	A cucchiaio e supini
	Distesi o "a palla"
	Semiseduti

Angolo degli esperti

CHE COS'E' LA DISARTRIA?

Materiale inviato

da Sig. Giancarlo Conte

Dott.ssa Annalisa Noventa

Disfunzione dell'espressione articolatoria di sequenze verbali già programmate, dovuta ad un' alterazione degli apparati motori inclusi nel sistema nervoso centrale, in quello periferico e negli effettori muscolari, che regolano e coordinano tutte le attività del Sistema - Pneumo - fono- articolatorio.

Per il dizionario medico la disartria è un disturbo **dell'articolazione** e dell'emissione della parola non associato a compromissione delle funzioni simboliche (compromissione presente invece nell'**afasia** e che dipende da un danno lesivo di quelle aree cerebrali che sono responsabili della ricezione e della comprensione dei simboli verbali e della formulazione e della espressione degli stessi).

Il disturbo disartrico, può essere più o meno grave fino ad arrivare a un deficit completo **(*anartria*),** può essere provocato da lesioni di alcune strutture cerebrali (**via** piramidale, centri extrapiramidali, **cervelletto**), da lesioni dei nuclei motori e dei nervi deputati alla **innervazione** dei muscoli della **lingua,** della **faring**e e della **laringe** da malattie che colpiscono primitivamente questi stessi muscoli.

Nella terapia di cura della **"Disartria"** vengono individuati i seguenti aspetti **comportamentali/comunicativi,** raggruppati in tre aree/argomenti principali:

- Aspetti Verbali – che includono gli elementi connessi agli atti linguistici, come l'elaborazione del tema, lo scambio di parola tra mittente ed ascoltatore, le strategie di revisione/riparazione del messaggio, la scelta lessicale e le variazioni stilistiche;
- Aspetti Paralinguistici – dell'enunciato verbale, che includono i parametri di intelligibilità, prosodia e produzione / fluenza verbale;

- Aspetti non - Verbali – che includono i parametri relativi al controllo della postura, dello sguardo, dell'espressione facciale e della gestualità collegata alla produzione verbale.

Nella disartria molto spesso sono inficiati gli aspetti paralinguistici con ricadute però anche sul messaggio che si vuole trasmettere e sul modo con cui lo si dice.

Ecco che diventa importante allora trovare delle s**trategie compensative e/o alternative** per cercare l'EFFICIENZA DEL SISTEMA PNEUMO – FONO – ARTICOLATORIO attraverso:

- Approccio calmo e rilassato;
- Velocità di fonazione ridotta;
- Allungamento delle sillabe;
- Movimento di articolazione delle parole **ampio** e **fluido**;
- Contatto articolatorio leggero;
- Controllo ed aggiustamento posturale;
- Respirazione (provvista d'aria);
- **PAUSE** affinchè il gesto motorio sia più efficiente;
- Durata fonatoria (lunghezza adeguata delle frasi);
- Intensità (volume della voce) adeguata al contesto;

Per cercare di essere più efficaci e controllare la disartria posso:

- Introduco il mio argomento con una parola chiave o una breve frase, prima di iniziare a parlare con frasi complesse;
- Controllo, insieme a chi ascolta, di essere capito;
- Limito le conversazioni, quando sono stanco e la comprensione della parola diminuisce;
- Se sono frustrato perché non vengo capito, provo ad usare altri canali per comunicare (indicare, fare gesti, ecc.) oppure mi riposo e riprovo a parlare in un secondo momento;
- Mi assicuro che le persone con cui parlo mi vedano bene;
- Uso il contatto oculare;

- Inizio a parlare quando c'è l'attenzione dell'interlocutore, quando ci sono rumori di fondo utilizzo un approccio alternativo (aumento del volume ovvero lo sfruttamento di modalità e canali di supporto).

Cosa fare per ascoltare meglio chi deve gestire la disartria:

- Ridurre il rumore di fondo e le distrazioni;
- Presta attenzione a chi parla;
- Assumi una postura aperta ed avvicinata a Lui;
- Guarda negli occhi la persona mentre parla (mantieni il contatto oculare);
- Concedigli più tempo attendendo pazientemente;
- Rispetta il silenzio dimostrando di rispettare i suoi ritmi;
- Fai capire a chi parla quando hai difficoltà a capirlo;
- Non interrompere mentre sta cercando di dirti qualcosa, non sostituirti a Lui;

- Ripeti solo la parte di messaggio che hai capito, così chi parla non deve ripetere il messaggio interamente;
- Se continui a non capire il messaggio, fai domande SI/NO o chiedi a chi parla di scriverti il messaggio;
- Non parlare al suo posto;

Dalle sedute "Individuali" e di "Gruppo"effettuate nel corso a Villa Valmarana è nato un piccolo vademecum per gestire le situazioni di emergenza disartria.

- Io posso (voglio) **gestire le pause** in modo adeguato e in maniera comprensiva;

- Io mi posso **creare le pause (al bisogno);**

Inoltre, per un miglioramento generale del mio eloquio devo:

-Articolare le sillabe (parole) lentamente e con meno pressione, in pratica uno "sforzo" economico/efficiente/piacevole(gioioso) che dia come risultato il massimo rendimento con il minimo sforzo.

Giochi ed enigmistica

La città !

Cancella in orizzontale, verticale, diagonale, da sinistra a destra e da destra a sinistra, i nomi delle città qui sotto elencate. Leggi le lettere restanti e scoprirai la soluzione all'indovinello proposto.

Qual' è la città più rumorosa?

AOSTA
BELLUNO
POTENZA
TERAMO
BARI
BRESCIA
VERONA
ANCONA
PIACENZA
MACERATA
PRATO
PALERMO
TERNI
PISA
TRAPANI
NAPOLI
TORINO
SIENA
ORVIETO
AREZZO
MONZA
ROMA
RIETI
ASTI
BARI
ROVIGO

B	E	L	L	U	N	O	T	E	I	V	R	O
A	Z	N	E	T	O	P	M	O	N	Z	A	Z
R	O	V	I	G	O	I	C	A	M	O	R	Z
I	T	A	N	E	I	S	B	A	R	I	I	E
B	R	E	S	C	I	A	A	H	I	E	E	R
O	A	N	O	R	E	V	I	N	R	E	T	A
T	P	A	L	E	R	M	O	A	C	S	I	T
A	A	T	A	R	E	C	A	M	S	O	O	S
R	N	A	P	O	L	I	T	O	R	I	N	O
P	I	A	C	E	N	Z	A	R	I	T	S	A

SOLUZIONE:

.....

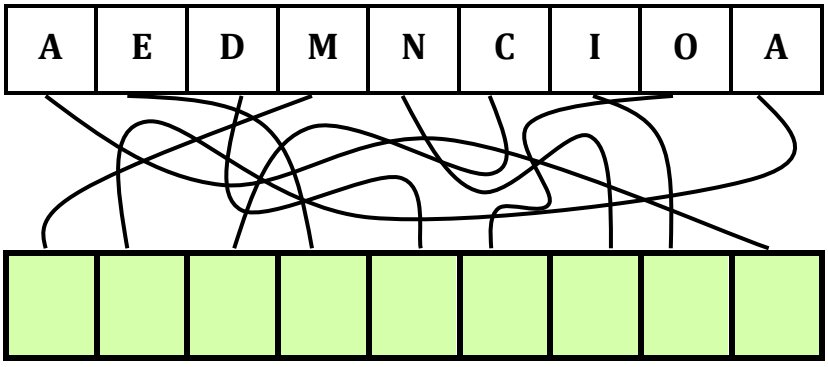
Anagramma

Le risposte alle definizioni si ottengono anagrammando le parole inserite nel primo schema: nelle caselle colorate troverai cos'è quel serpente umano che scala le montagne.

P.S.: Anagrammare significa prendere le lettere e provare a modificarne la sequenza così da ottenere un'altra parola di senso.

RICCO	**1.**Vi si esibiscono i clown					
CERTO	**2.** Servivano a illuminare					
CEDRO	**3.**Quelle del violino suonano					
CARDO	**4.**Puoi legarci qualunque cosa					
MISTA	**5.**Nei fiori oltre ai pistilli					
NETTO	**6.** Segue il giorno					
SPORA	**7.**Il rumore del proiettile					

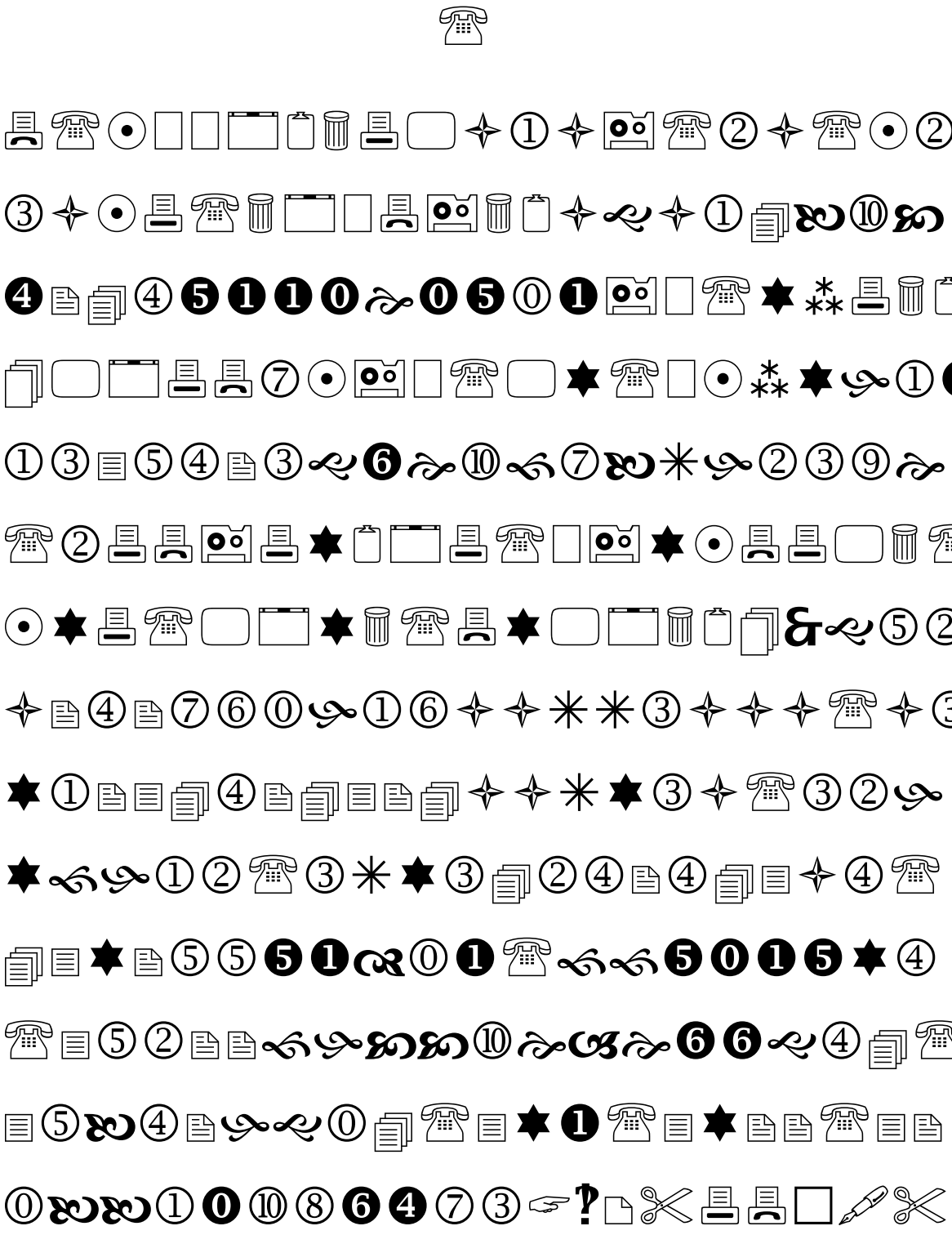
I collegamenti: Inserisci le lettere nelle caselle giuste seguendo i collegamenti e scopri… **Qual è la nazione dove si mangia più frutta?**



Trovami !

Barra il simbolo indicato ogni volta che lo trovi in questo marasma.

Cerca di andare in ordine, da sinistra a destra, riga per riga.



Gli incroci

Forma in ogni schema due parole di senso compiuto inserendo nelle caselle centrali le lettere mancanti. Queste ultime, lette di seguito dalla 1 alla 8, ti daranno la soluzione a questo indovinello:

Chi è che corre sempre a perdifiato, ma non rimane mai a bocca asciutta?

2.

		C		
		R		
P	R		V	A
		C		
		E		

3.

		S		
		E		
M	E		C	E
		P		
		E		

4.

		S		
		A		
C	O		T	O
		T		
		O		

1.

		C		
		O		
A	S		I	O
		T		
		O		

5.

		T		
		R		
F	R		N	O
		N		
		O		

7.

		F		
		I		
M	E		R	O
		T		
		O		

8.

		P		
		R		
S	C		N	A
		S		
		A		

6.

		T		
		E		
L	E		Z	A
		D		
		A		

Il calcolo

Prova ad eseguire i seguenti calcoli. Per non dimenticare i riporti puoi scriverli.

+ 67 52	+ 88 12	+ 72 56
- 553 332	- 457 341	- 552 430

3			2	4			6	
	4						5	3
1	8	9	6	3	5	4		
				8		2		
		7	4	9	6	8		1
8	9	3	1	5		6		4
		1	9	2		5		
2			3			7	4	
9	6		5			3		2

Sudoku

Completa i riquadri affinchè in ogni riga e ogni colonna ci siano solo una volta i numeri dall'1 al 9. Anche all'interno di ogni quadrato piccolo non devono ripetersi gli stessi numeri.

A ognuno il suo lavoro!

Rispondi ad ogni definizione dalla 1 alla 4. Poi fai il contrario: dal nome prova a scrivere una semplice definizione.

1.	Fa e vende il pane	
2.	Pialla il legno	
3.	Porta buste e lettere ad ogni casa	
4.	Aggiusta le automobili	
5.		**IDRAULICO**
6.		**DOTTORE**
7.		**SCRITTORE**
8.		**CAMERIERE**

Parole & Numeri!

Scrivi a fianco delle parole numero qui sotto il corrispettivo usando le cifre. Gli spazi colorati indicano quanti numeri devi scrivere.

					=	Centocinquantadue
					=	Novantasette
					=	Duemilaquattrocento
					=	Centocinque
					=	Dodicimila
					=	Quattrocentosei
					=	Millenovecento

Nel portafogli

Osserva le cifre scritte a destra e scegli tra le banconote che hai nel portafogli quelle che ti servono per pagare la cifra indicata. Dovrai però ricevere del resto. Quanto? Prova a calcolarlo!!!

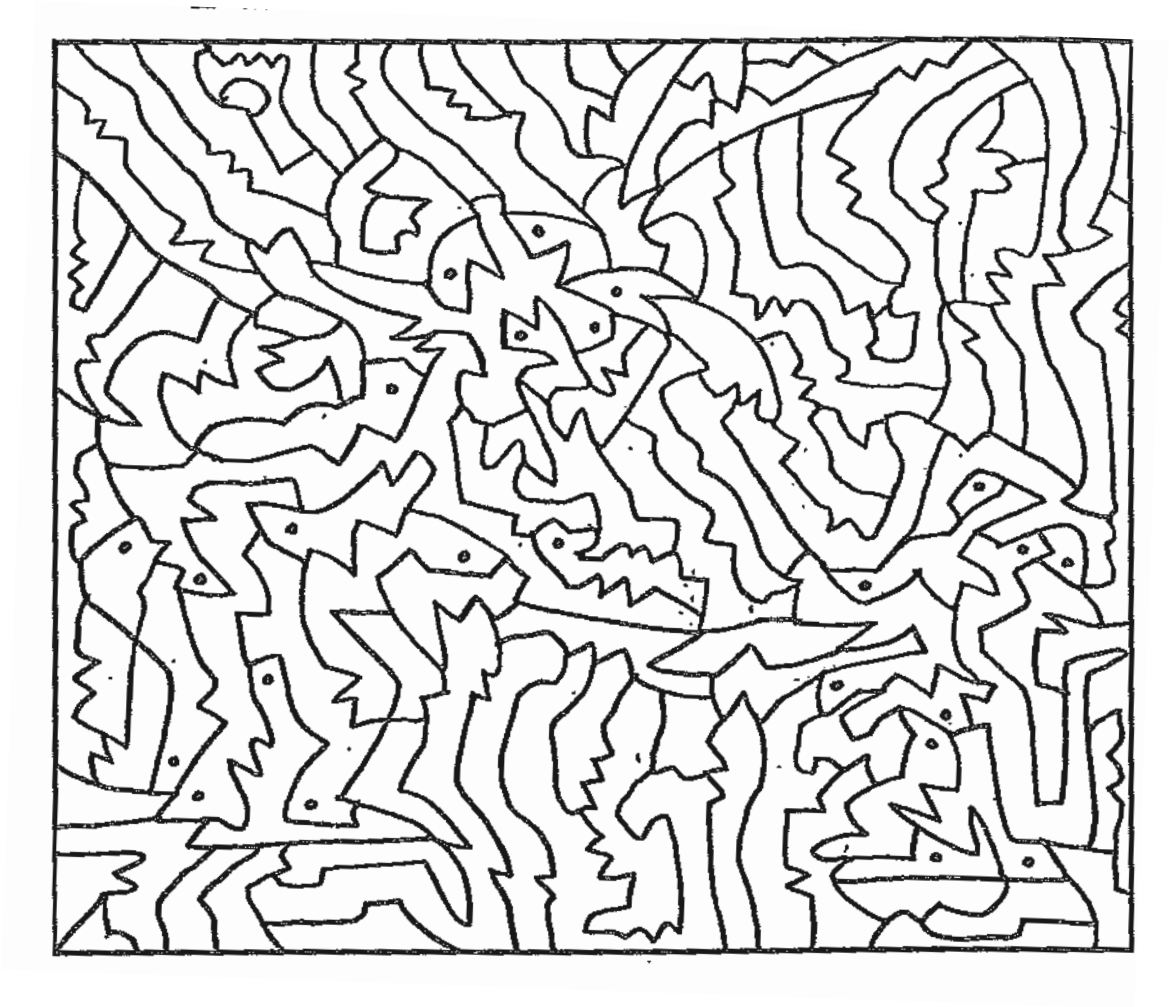
	€ 55,50				
Totale dato:					-
Totale da pagare:	5	5,	5	0	=
Resto:					
	€ 32,85				
Totale dato:					-
Totale da pagare:	3	2,	8	5	=
Resto:					

Ad ognuno la sua P

Cerchia le figure che contengono il suono P. Prova poi a scriverne il nome.

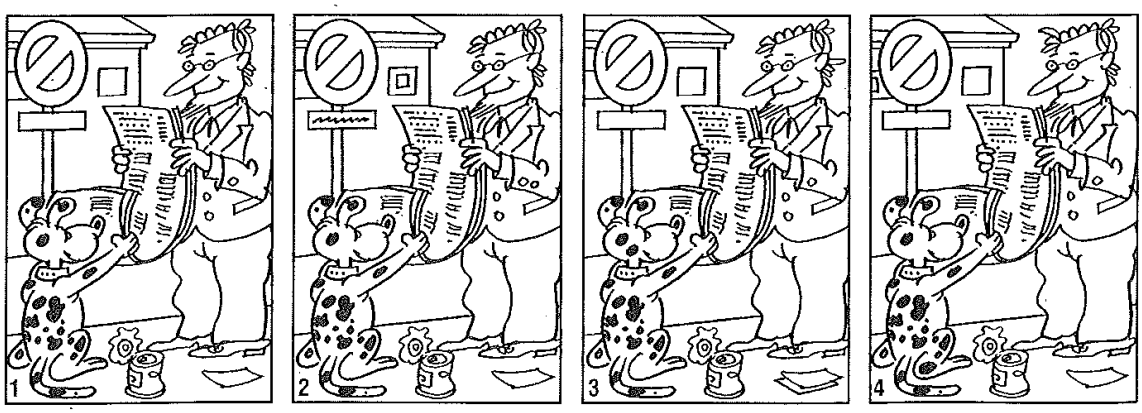
Nero su bianco!

Annerire solo i settori indicati con il puntino nero.



I particolari

I quadretti 2, 3 e 4 si differenziano dal modello 1 per tre piccoli particolari non ripetuti. Quali?



Le ricette dell'estate

INVOLTINI ASPARAGI E PROSCIUTTO

Ingredienti per 4-6 persone:

●1 kg. Asparagi molto teneri

●150 gr. Prosciutto crudo o cotto

●60 gr. Burro

●1 scalogno (facoltativo)

●pane grattugiato / grana grattugiato

●sale q.b.

Preparazione:

→pulire gli asparagi eliminando la parte finale del gambo e lavarli molto bene.

→Cuocerli al dente, in acqua bollente salata.

→Avvolgere ogni asparago (o più di uno) in una fetta di prosciutto.

→Disporre gli involtini in una pirofila imburrata.

→Sciogliere il burro rimasto e versarlo sugli involtini (si può soffriggere anche lo scalogno e versarlo con il burro).

→Spolverare con grana o pane grattugiato e far gratinare in forno.

→La ricetta veneta prevede gli asparagi bianchi di Bassano e il prosciutto di Montagnana.

……

Scrivi la tua ricetta per l'estate e poi mandala al nostro giornalino. Dividi i vari passaggi per essere più chiari.

Ingredienti :

- ……..
- ……..
- ……..
- ……..
- ……..
- ……..
- ……..
- ……..

Preparazione:

→ ……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

……

Volontari Veneti A.IT.A. - onlus

Via Magenta, 4 - 35138 Padova – Seg. Tel. 3490081700 - 3480314045
e-mail : mariarosa.zulato@gmail.com P.IVA 0334940288
www.afasiavolontarivenetiaita.it

Mandate le vostre idee per il giornalino a Mariarosa, Emma, Gesuino o Alice! Vi lascio la mail di Alice: **alice.ferra@hotmail.it** **emma.martin.dyvz@alice.it**

A.IT.A. Federazione Associazioni Italiane Afasici

AFASIA

Hanno contribuito a questa uscita: E. Martin, A. Ferrarese, Sign.a Zarbin, Sig.ra Rosanna Bau, Giuliano e Nicla, Gesuino, Amici di Venezia con Perotti Giuliano. Scusate se abbiamo dimenticato qualcuno. Redazione: Alice Ferrarese

Materiale parzialmente tratto da:
- www.ansa.it;
- www.senteacher.org
- www.google.com
- Diario di bordo, UMR e UGC Ferrara, 2003

Le Soluzioni

La città: Chiasso

I collegamenti: Macedonia

Gli incroci: TORRENTE

Calcolo
119, 100, 128
221, 116, 122

A ognuno il suo lavoro!
1.Panettiere/Fornaio
2.Falegname
3.Postino
4.Meccanico
5. Aggiusta tubi e lavandini (es): idraulico
6.Cura le persone malate (es): medico
7.Scrive libri e romanzi(es): scrittore
8.Serve ai tavoli nei ristoranti (es): cameriere

A ognuno la sua P: palla, lampada, sciarpa, spazzola, vespa, pentola, polipo.

Parole e numeri
152, 97, 2400, 105, 12000, 406,1900

Anagramma

C	I	R	C	O
T	O	R	C	E
C	O	R	D	E
C	O	R	D	A
S	T	A	M	I
N	O	T	T	E
S	P	A	R	O

Nel portafogli
1)Resto: 4,50 €
2) Resto: 0,15€