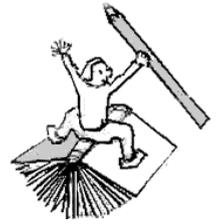




# Dammi tempo !



Notizie di un anno speciale

Anno 2017 – Padova – Volontari Veneti AITA onlus

Numero unico



## BILANCIO DI UN ANNO UN PO' SPECIALE

*Abbiamo concluso l'anno 2016-2017 con soddisfazione!*

*Le nostre riunioni di Rio , presso la sede degli "Amici del mondo", ci hanno visti partecipare in numero sempre costante alle attività, che quest'anno hanno potuto usufruire dell'aiuto, al nostro fianco, della psicoterapeuta dott.ssa Renata Cazzolaro insieme al maestro del coro Oscar.*

*Con loro abbiamo realizzato il progetto : " Parole , colori, musica ..... comunicazione", che abbiamo presentato al C.S.V. e che ci è stato finanziato. Siamo stati volentieri insieme per "lavorare" e cantare , ma anche per uscire e condividere i pranzi di apertura , di Natale ,di Pasqua e di chiusura.*

*Abbiamo passato insieme belle ore a Bosco di Rubano, all'agriturismo "Capeeto", ma soprattutto siamo stati felici a casa di Mariuccia e Lorenzo , nella loro bella dimora immersa nel verde della campagna.*

*Come ogni anno infine abbiamo partecipato alla Giornata nazionale dell'afasia e al Congresso Nazionale dell'A.IT.A , che si è svolto a Montesilvano( Pescara), dove abbiamo potuto esporre i nostri lavori, ottenendo approvazione ed elogi .*

*Un grazie a tutti e arrivederci al prossimo anno!*



# Il progetto

## **PAROLE, COLORI, MUSICA ..... COMUNICAZIONE**



Il progetto risponde ai bisogni di:

- Creare occasioni per stabilire relazioni positive e di collaborazione interpersonali
- Trovare forme di comunicazione efficaci e alternative a quella verbale

Studi e ricerche hanno dimostrato che il disegno, il colore e il canto sono strumenti e vie di comunicazione privilegiate alternative alla comunicazione verbale quindi particolarmente adatte alle persone afasiche.

Le persone afasiche insieme ai loro familiari saranno coinvolti in attività che stimolano le risorse cognitive-emotive ed espressive con il supporto di una consulente neuropsicologa e neuro psicoterapeuta per un n.º di 7 incontri alternati a 10 incontri con un volontario , maestro del coro . Il progetto si articolerà nelle seguenti fasi:

## 1- Giochi di parole (4 incontri) :

attività volte a facilitare il recupero verbale, l'astrazione, la memoria , la concentrazione e l'attenzione , coordinati da una neuropsicologa-neuro psicoterapeuta

*Modalità di esecuzione* : lavoro di gruppo con afasici misti a familiari seguito da un incontro di condivisione dei risultati prodotti

*Materiale* : schede finalizzate alla stimolazione- riabilitazione linguistica ricavate da

AAVV- Una palestra per la mente 2- ed Erickson - € 22,00

## 2- Arte ,colori e libere espressioni (3 incontri) :

laboratorio volto ad aumentare le risorse cognitive-emotive ed affettivo-sociali coordinati da una neuropsicologa-neuro psicoterapeuta

*Modalità di esecuzione* : lavoro individuale e/o di gruppo su proposte-stimolo di opere di artisti famosi per costruire quadri dove il colore esprima emozioni individuali e/o condivise.

*Materiali* : fogli di vario formato, colori, pennelli, PC e proiettore

## 3- Coro (10 incontri)

Costruzione di un coro formato da persone afasiche e familiari per l'esecuzione di canti popolari e di facile esecuzione coordinati da un volontario, maestro del coro.

*Modalità di esecuzione* : suddivisione in gruppi omogenei su basi musicali o accompagnamento di pianola

*Materiale* : fotocopie di spartiti musicali, pianola, registratore

## OBIETTIVI E RISULTATI ATTESI

Produzione di materiali figurativi ,espressione di idee, emozioni, sensazioni personali e condivise da presentare in una mostra finale e al Congresso nazionale dell'A.IT.A

- Realizzazione di un piccolo repertorio di canti popolari da presentare in un eventuale concerto finale





## COSA ABBIAMO FATTO

### PITTURA

#### VAN GOGH

Gran parte delle persone che hanno seguito il progetto della d.ssa Cazzolaro sono affette da afasia.

L'afasia è la difficoltà nel saper comunicare attraverso il linguaggio ed è spesso la conseguenza di malattie quali Ictus, Aneurisma, ecc.

Per questo motivo è stato predisposto un progetto che ha permesso di esprimere i propri pensieri con dei disegni.

Con la psicoterapeuta d.ssa Renata Cazzolaro abbiamo seguito un progetto improntato sulla rappresentazione di un dipinto di Van Gogh in cui potevamo sostituire i colori con altri a nostro piacere o modificare alcuni particolari dell'immagine originale.

Ci siamo tutti impegnati nella realizzazione dei "nostri" Van Gogh ed abbiamo ottenuto degli ottimi risultati poi immortalati da fotografie.

Si potevano scegliere tra varie tecniche di pittura: pennarelli, acquarelli, tempera, matite colorate, questo per dare la possibilità a tutti di eseguire il lavoro in base alle proprie capacità e/o difficoltà.

Abbiamo organizzato più giornate per poter realizzare e completare le opere. Ognuno ha espresso attraverso il linguaggio dell'immagine anche quello che provava a livello di esperienze personali ed emozionali.

Sono stati incontri piacevoli ed utili ad esternare, senza imbarazzo, emozioni e sentimenti a volte negativi, conseguenza delle particolari problematiche di salute di alcuni di noi.

Riteniamo sia stata un'esperienza positiva, utile all'aggregazione tra persone, all'esternazione delle

difficoltà che si vivono quotidianamente, alla possibilità di saper "creare" qualcosa di unico e personale. Alla fine del lavoro la d.ssa Cazzolaro ha "cercato" di dare una spiegazione ai principali

colori usati da ognuno di noi perchè anche attraverso il colore si trasmettono sensazioni, umori e sentimenti positivi e/o negativi evidenziando i nostri vissuti, bisogni, desideri, rifiuti e paure.

Significato di alcuni colori:

ROSSO:	forza e sicurezza
BLU	calma, soddisfazione e pace interiore
VERDE:	costanza, equilibrio psicologico
GIALLO:	libertà, autonomia, ricerca del nuovo
VIOLA:	trasformazione, cambiamento
GRIGIO:	non coinvolgimento
NERO:	sentimenti negativi, eleganza, potere.

Desideriamo, ovviamente, che questa esperienza possa continuare con altri progetti stimolanti, coinvolgenti ed utili per una migliore conoscenza di noi stessi,

**Antonio Bressan**

## Giochi di parole

**Sempre con la dott.ssa Cazzolaro abbiamo dedicato alcuni incontri ai giochi di parole e ad esercizi che hanno stimolato la nostra memoria e le nostre conoscenze.**

**Forse il più divertente e coinvolgente è stato quello della carta geografica dell'Italia, da riempire con tutto ciò che il gruppo poteva "tirare fuori" riguardo ad ogni regione .**

**C'è stata una vera gara ad elencare nomi di città e di monumenti, di piatti tipici e curiosità.**

**Utili sono stati poi gli esercizi di lessico , che molti diligentemente hanno completato a casa cercando il maggior numero possibile di parole inizianti per "b" , per "c" , "d" .....**



## Il coro



**Abbiamo continuato anche quest'anno l'attività del coro col maestro Oscar.**

**Tra noi abbiamo voci veramente possenti , specialmente maschili come quelle di Armando e Daniele , ma anche femminili come quelle di Onorina e Valeria. Insieme abbiamo goduto nel cantare canzoni tradizionali come “Quel mazzolin di fiori” e “La bella lavanderina” , ma soprattutto ci ha coinvolto la canzone “ Ma quando torno a Padova” , una canzone ricca di amore per la nostra ma anche un po' malinconica.**

## Alcuni commenti alle attività svolte

*La psicologa ci ha proposto la pittura. Non mi sentivo interessato subito, ma poi piano piano ho cominciato e la fantasia con i colori mi ha coinvolto, mi sono sentito bene e sicuro. E' un lavoro che mi piacerebbe rifare.*

*Con il maestro di musica Oscar ci siamo divertiti a cantare in coro le belle canzoni di una volta. Grazie Oscar!*

*Adriano*

*Ecco, Mario ed io abbiamo di gran lunga preferito l'attività corale a quella pittorica per la quale non siamo mai stati portati. Per me in particolare è stata stressante, perché vedevo l'assoluta indifferenza di Mario e l'entusiasmo degli altri, non è riuscito a coinvolgermi. Abbiamo gradito anche gli es. di ricerca di parole , completamento di cartine geografiche..... Forse siamo dei tipi pragmatici, scolastici..... e poco creativi!*

*Valeria e Mario*

*Il lavoro con Renata ci è piaciuto molto, ho visto Dino coinvolto e spero si faccia ancora .*

*Decima e Dino*

*Per me il lavoro con Renata è stato rilassante e divertente: non sono brava con i colori e il disegno, ma provare a trasformare quel ramo di pesco di Van Gogh mi ha fatto sentire bene.*

*Il coro mi è piaciuto soprattutto perché ci siamo divertiti e abbiamo potuto godere delle belle voci di Armando e Daniele. E poi io, che sono stonata, insieme agli altri sono riuscita a tenere il ritmo e le note ,quasi sempre.*

*Maria Rosa*

## Le nostre ricette

### Panspizzza di maccheroni



#### Ingredienti

300 gr di tortiglioni  
200 gr di formaggio filante (fontina)  
500 gr passata pomodoro  
olio origano sale grana

Cucinare la pasta al dente

In una terrina mescolare la pasta con 3 quarti di passata  
il formaggio a cubetti origano olio.

Versare il tutto in una pirofila.

Coprire con la restante passata e cospargere abbondante  
grana.

infernare per 30 minuti a 180 gradi.

(chef Giuliano)

## Panzerotti di sfilacci di cavallo.



### Ingredienti :

- 1 Rotolo di pasta sfoglia rettangolare
- 1 Confezione di sfilacci
- 250 gr. di ricotta
- 1 uovo
- 1 manciata di grana.

Stendere la pasta e tagliarla in 8 parti  
mischiare sfilacci ricotta uovo e grana.  
Eventualmente aggiustare di sale.  
Dividere il composto sulle 8 parti chiuderle bene.  
Infornare a 180 gradi per 30 minuti circa.

**(chef Giuliano)**

## STRUDEL SALATO



### INGREDIENTI:

un rotolo di pasta sfoglia  
150 grammi di speck  
50 grammi di funghi porcini secchi  
6/8 di fettine di edamer  
1 spicchio d'aglio, prezzemolo  
2 patate medie  
sale, pepe, olio q.b.

Mettere in ammollo i funghi per una notte poi cuocerli con olio aglio e prezzemolo. Stendere

la sfoglia, ricoprirla con le patate lessate precedentemente e tagliate a fettine sottili. Coprirle con i funghi, lo speck e l'edamer. Chiudere la sfoglia come fosse uno strudel, spennellare con rosso d'uovo e infornare a 180 gradi per 30 minuti circa.

Servire come antipasto.

Manuela

## DOLCE FRUTTOSO



### INGREDIENTI:

- 1 bicchiere di farina
- 1 bicchiere di latte
- 1 bicchiere di zucchero
- 1 grossa mela
- 1 bustina di lievito per dolci
- 150 grammi di uva senza semi bianca
- 10 gherigli di noce.

Mettere in una ciotola la mela sbucciata e tagliata a fettine sottile, con l'uva. Unire tutti gli ingredienti. Mescolare bene e versare in uno stampo imburrato e infarinato con i bordi alti e 22 centimetri di diametro. Infornare a 180 gradi per 60 minuti circa. Lasciare intiepidire e togliere dal forno. Cospargere con zucchero a velo.

Manuela

## VOLERSE BEN



Ghe vole cussì poco  
a farse voler ben  
un fià de gentilezza  
'na piccola carezza  
'na s-ciantina de sorriso,  
che ne s-ciara el viso  
el core sempre verto  
par tuti quei che vien  
ghe vole cussì poco  
a farse voler ben.