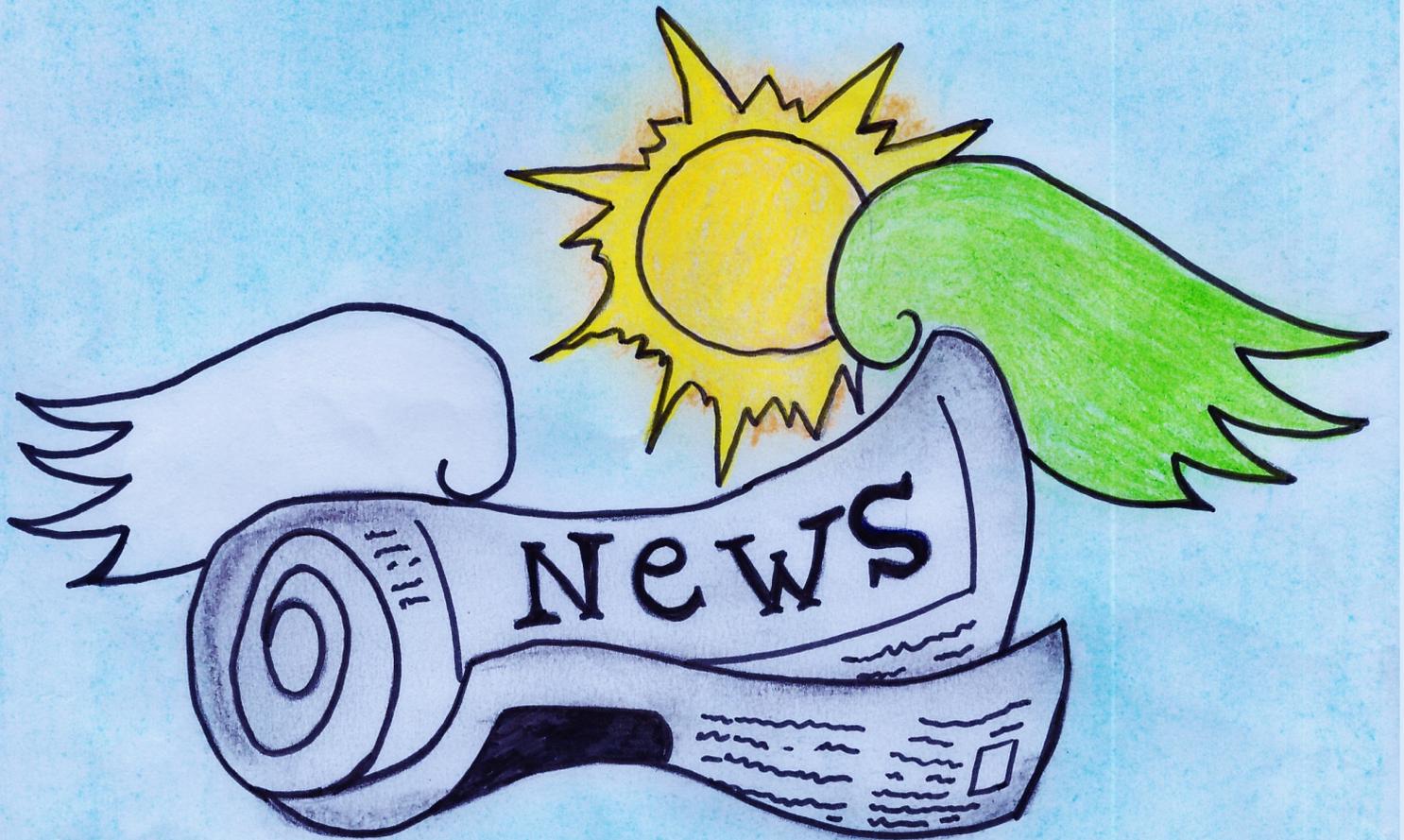


Il Sole H24



A cura delle Ospiti dell'SRSS H24
Ala Bianca e Ala Verde



VILLA
GIUSEPPINA

INDICE

LE RUBRICHE DEL SoleH24

INTRODUZIONE.....	2
IL SANTO DEL MESE.....	3
GIUGNO MI FA PENSARE A.....	5
TI LASCIO UNA CANZONE.....	6
OGGI CUCINO IO.....	7
POETA PER UN GIORNO.....	8
LA VOCE DELLA VILLA.....	9
CIAK! SI GIRA.....	10
TI LASCIO UN DIPINTO.....	11
RINGRAZIAMENTI.....	12

“Non tutti possiamo fare grandi cose, ma possiamo fare piccole cose con grande amore”

Madre Teresa di Calcutta

Vi diamo il benvenuto alla prima edizione del nostro giornalino “il Sole H24”
Questo progetto nasce dalla volontà delle ospiti di raccontare le esperienze vissute nella loro quotidianità. Il nostro obiettivo principale è quello di dar voce ad un mondo, quello della psichiatria, ancora oggi poco conosciuto e soggetto a pregiudizi. Prima di augurarvi “buona lettura” vi lasciamo alle parole delle nostre ospiti che vi introdurranno alla vita dei nostri reparti:

Mi trovo a Villa Giuseppina in H24. Ci sono molte pazienti che come me devono curarsi a livello psicologico. Vivo le mie giornate molto serenamente e le varie dottoresse mi fanno stare tranquilla e serena. Qualche volta mi dedico al disegno. Nel giorno della Santa Domenica, dopo aver fatto colazione, mi preparo ben vestita per andare in chiesa ad ascoltare la Santa Messa.

Poi ritorno in stanza, contenta e scambio con le altre pazienti vari discorsi.

D'A.R

.... Durante la settimana facciamo diversi gruppi, tre al giorno, di vario tipo: musica, scrittura, laboratori cognitivi (per aprire il cervello e svegliarsi sempre più nella giornata). La Domenica invece c'è il riposo; c'è chi va a messa la mattina altrimenti si resta sopra, ci si riposa e si fanno altre cose per noi stesse.

C.A

... Il momento migliore per me è durante il Cineforum che una volta si svolgeva in teatro, ora nei nostri Reparti. La Domenica “Dulcis in fundo” è più rilassante poiché non ci sono i gruppi a vederci sempre spremere le meningi.

T.A.

(D'A. - R.)
"ROMA/20/05/2013."
MI TROVO NEL LUOGO H24 E MI SENTO PORTATA AD ALLENARMI UN POCO PER VIVERE NEL BENE. CI SONO INSIEME A ME MOLTE RAGAZZE PAZIENTI E ANCHE IO MI DEVO CURARE AL LIVELLO PSICOLOGICO. VIVO LE MIE GIORNATE MOLTO SERENAMENTE E LE VARIE DOTTORESSE MI FANNO STARE TRANQUILLA E SERENA. QUALCHE VOLTA MI DEDICO AL DISEGNO E MI METTO A COLORARE SU DI UN QUADERNO GRANDE. NEL GIORNO DELLA SANTA DOMENICA DOPO AVER FATTO COLAZIONE INSIEME ALLE VARIE PAZIENTI MI PREPARO BEN VESTITA AD ANDARE IN CHIESA AD ASCOLTARE LA SANTA MESSA, SEGUO LE VARIE LETTURE, I SALMI - IL S. VANGELO E RICEVO DAL SACERDOTE LA SS. EUCHARISTIA ED INFINE LA SANTA BENEDIZIONE APOSTOLICA. POI RITORNO ALLA MIA STANZA E STO DANVERI CONTENTA CON LE VARIE AMICHE PAZIENTI E SCAMBIO CON LORO VARI DISCORSI.

LA FESTIVITA DI SAN PIETRO E DI SAN PAOLO

Noi ospiti di Villa Giuseppina in Roma abbiamo ritenuto di fondamentale importanza aprire una rubrica su questa festività che rappresenta i due santi posti a protezione della città Eterna.

San Pietro e San Paolo i due santi apostoli martiri della Chiesa di Cristo .

La loro festività si inserisce il giorno nel 29 Giugno.

San Pietro fu il primo degli apostoli, egli disse a Gesù: ***“E io ti dico.. Tu sei Cristo il figlio di Dio Vivente”***.

Gesù gli disse ***“ E io ti dico.. Tu sei Pietro e su questa pietra edificherò la mia chiesa e le porte dell’inferno non prevarranno contro di essa.”***



La pietra si collega al nome aramaico attribuito da Gesù a Simone, così Simone (che prese appunto il nome di Pietro) diviene “roccia” sulla quale Gesù gettò le basi dell’edificio della Chiesa.

L’apostolo è chiamato ad insegnare ed evangelizzare e decidere la qualità morale sulle scelte umane alla luce della parola di Cristo.

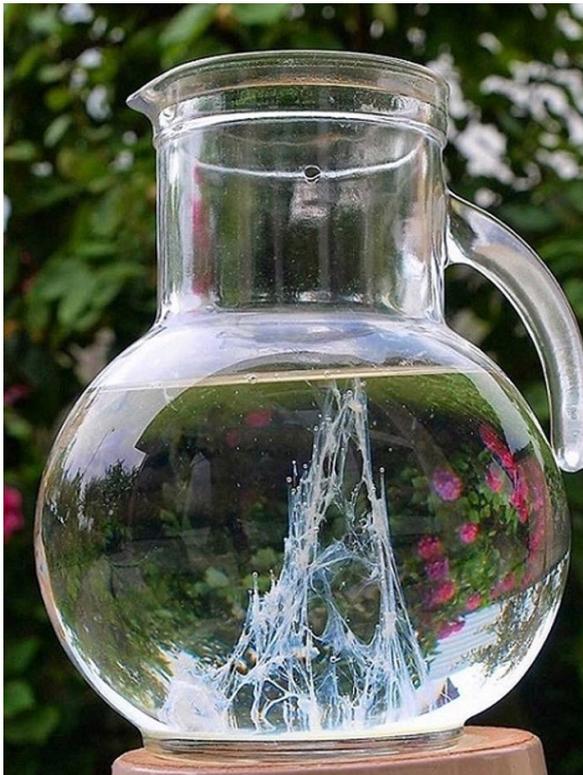
Paolo di Tarso nato tra il 5 e il 10 D.C, è stato l’apostolo dei Gentili ovvero il principale missionario del Vangelo di Gesù tra i pagani greci e romani. Paolo si convertì al cristianesimo mentre recandosi a Gerusalemme a Damasco per organizzare la repressione dei cristiani della città fu improvvisamente avvolto da una luce fortissima e udì la voce di Dio. Reso cieco da quella luce divina vagò per tre giorni a Damasco, dove fu poi guarito. L’episodio è noto come “conversione di Paolo” e diede inizio all’opera di evangelizzazione di Paolo.

MS.V.- M.D.C.-S.F.

..TRA LEGGENDA E REALTA'..

La barca di San Pietro

Nella notte tra il 28 e il 29 Giugno, in occasione della festa di San Pietro e Paolo nelle campagne si celebra un rito molto particolare per capire come sarà il tempo ma anche come andrà il raccolto e il destino dei componenti della propria famiglia. Si tratta di quella tradizione nota come la barca di San Pietro, diffusa soprattutto nel Nord Italia. Un'usanza che si serve di pochi ingredienti: un contenitore di vetro, una chiara d'uovo e la magia della notte di S. Pietro e San Paolo!



Il procedimento da fare è il seguente: la sera del 28 giugno si riempie un contenitore di vetro ampio e largo di acqua, all'interno si fa colare una chiara d'uovo e si mette a riposare per tutta la notte all'aperto o su un davanzale al chiaro di luna lasciando che la soluzione acqua e uovo prenda anche la prima rugiada del mattino. Secondo la tradizione, la notte saranno i santi Pietro e Paolo a compiere la magia, in particolare sarà l'apostolo Pietro (che ricordiamo essere un pescatore) che alla vigilia della sua festa dimostra la sua vicinanza ai fedeli soffiando all'interno del contenitore e facendo così apparire la sua barca. La mattina dopo l'albume, infatti, forma dei

filamenti e si posiziona in modo da sembrare una barca di forma variabile e con più o meno vele e alberi. A seconda di com'è il veliero, i contadini sono in grado di capire le condizioni del tempo che li aspetta, la più o meno buona annata di raccolto ma anche la salute dei componenti della propria famiglia. Vele aperte indicherebbero giornate di sole vele chiuse e strette invece pioggia in arrivo! Un bel veliero in generale promette un'ottima annata di raccolto. Ma perché si forma davvero la barca? Il fenomeno è dovuto semplicemente alla diversa temperatura della notte (più fresca) che permette all'albume di rapprendersi formando il caratteristico veliero ma anche al fatto che l'albume ha una densità maggiore dell'acqua e tende ad affondare. Quando l'acqua fredda si riscalda grazie al calore che assorbe la brocca dalla terra o dal davanzale su cui è posizionata, tende a risalire portando con sé anche l'albume. Si formano così le vele.

GIUGNO MI FA PENSARE A...

(Lavori tratti dai laboratori Psicografico e di Scrittura Creativa)



A.P

“Cinguettio degli uccellini, ai fiorai che sbandierano fiori, alle rondini che volano nel cielo per l’ultimo loro mese, ai ciliegi in fiore, alle ragazze vestite di colori, vestite di margherite, agli esami di fine anno scolastico: chi sarà bocciato e chi sarà promosso, chi sarà rimandato. Alle messi d’oro che la scuola darà ai promossi, al solstizio d’estate che cade il 21 giugno. Giugno mi fa pensare all’arrivo dell’estate quando si mangiano i primi gelati o i primi cocomeri. I bagni al mare con l’acqua ancora fredda e la famosa coppa del nonno al caffè.”

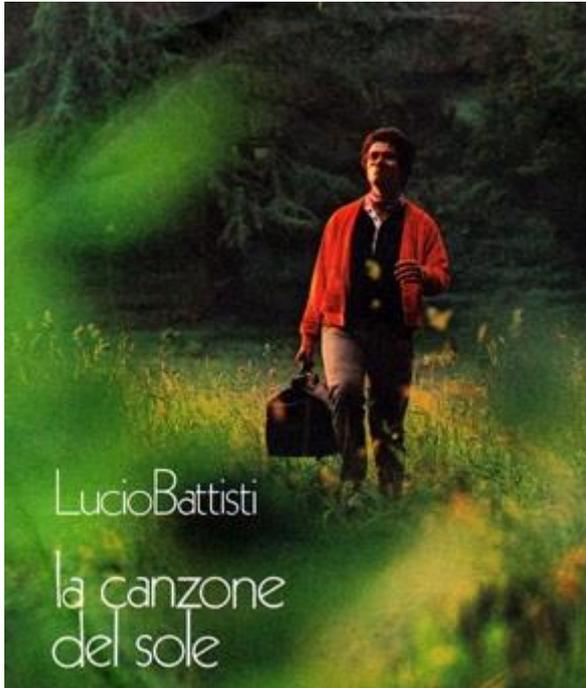
B.L.

TI LASCIO UNA CANZONE

(Lavoro tratto dal Laboratorio Musicale)

La canzone del sole

Lucio Battisti



... Ma ti ricordi l'acqua verde e noi
Le rocce e il bianco in fondo
Di che colore sono gli occhi tuoi?
Se me lo chiedi non rispondo...

...Ma ti ricordi le onde grandi e noi
Gli spruzzi e le tue risa
Cos'è rimasto in fondo agli occhi tuoi?
La fiamma è spenta o è accesa..

...Il sole, quando sorge, sorge piano e
poi
La luce si diffonde tutto intorno a noi
Le ombre di fantasmi nella notte
Sono alberi e cespugli ancora in fiore
Sono gli occhi di una donna ancora pieni
d'amore

Questa canzone mi ricorda l'innocenza di un amore finito. Qui il cantautore Lucio Battisti mette in evidenza la descrizione di una ragazza che non riconosce più, che vede cambiata in un giorno in cui vanno al mare. Scopre che è diventata più donna, non capisce quei suoi nuovi modi di fare e sentimenti diversi. Quell'amore puro e trasparente che non c'è più e lo definisce come un "mare nero".

Anche se il sentimento non è cambiato, ha difficoltà a ritrovare "le bionde trecce e gli occhi azzurri e poi.."

Tutto ciò mi riporta al passato quando anche io avevo un amore puro e sano che mano mano si è tramutato sempre più in amore sconosciuto e cupo. Questo mi rendeva irrequieta perché tutta la passione, il sentimento, la sensibilità e l'amor proprio andava scemando nel nulla.

O.C.

OGGI CUCINO IO..

Crostata di Ciliegie

Ingredienti:

- 100gr di farina
- 100gr di burro sciolto a pomata
- 1 cucchiaino di lievito
- 200gr di zucchero
- 2 uova
- un vasetto e mezzo di marmellata di ciliegie

Procedimento:

Mettere in una ciotola 100gr di burro a pomata, 100gr di farina, 1 cucchiaino di lievito. Iniziamo a lavorare l'impasto e aggiungiamo le uova e lo zucchero fino a creare una "palla". Coprire l'impasto con pellicola trasparente e lasciamola a riposo per 2 ore in frigo.

Superate le due ore iniziamo a stendere la pasta su una teglia, precedentemente imburrata e infarinata facendo dei piccoli fori con una forchetta alla base. Ricordiamo di lasciare un po' di pasta per creare delle strisce. Dopo aver steso la pasta versiamo i vasetti di marmellata e decoriamo con le strisce la crostata.

Mettere in forno a 180° per 30'/40'.

Buon appetito!



Stefania e Cinzia

POETA PER UN GIORNO



Caro Ragazzo,
mi hai messo in imbarazzo
volevo parlarti di amore, ma tu
mi hai colpito al cuore,
lasciandomi così,
senza parole.

Vorrei darti tanto amore ma
ormai è tardi per rimediare al
tuo gridare

A.C

LA VOCE DELLA VILLA

Ho 57 anni e la mia vita è stata serena e felice fino a 54 anni. In seguito ad una puntura sbagliata, che mi ha causato il Parkinson, la mia vita è cambiata. Il corpo mi si è bloccato e non riuscivo più a camminare, quindi per la cura del sé e pagare le bollette ed altro, ero costretta a cercare aiuto.

Pur avendolo già fatto, l'idea di fare volontariato mi faceva sentire a disagio ma allo stesso tempo comprendevo l'essere dell'altro. Purtroppo dopo tutto questo tempo non sono riuscita a dimenticare ciò che si prova, perché ho la vita rovinata.

Ora sono a “ Villa Giuseppina” e con l'aiuto di Dio e del Dottor Magnani, sono riuscita a guarire. Riesco nuovamente a camminare, a fare la doccia, lo shampoo e a vestirmi da sola, ad apparecchiare e spazzare ed andare a fare delle passeggiate sia dentro che fuori la struttura e a prendere l'autobus per andare alla Comunità di Santo Egidio dove facciamo le bomboniere e il ricavato viene devoluto ai popoli bisognosi.



Le bomboniere sono confezionate con stoffe Egiziane, che dopo essere stirate, vengono riempite con la bambagia e i confetti. Si creano varie forme, si chiudono con dei nastri, raffia e bigliettini di vario genere.

Il volontariato è un fenomeno naturale che fatto con Amore, Tenerezza, Affetto ti porta tanta gioia di vivere perché doni ma allo stesso tempo ricevi tanto.

Villa Giuseppina è strutturata molto bene, le stanze sono sempre in ordine e pulite, la gentilezza dei medici ed il personale è grande. E' circondata da un bellissimo giardino pieno di rose di vari colori, E' presente anche una piccola grotta raffigurante il paesaggio di “Lourdes” che ti porta con la mente a quel periodo Miracoloso.

Ma nonostante tutto, in alcuni momenti della giornata mi sento inutile anche se ho una figlia, una sorella ed un fratello, mi impegno sempre nel limite del possibile per ottenere ciò che desidero.

Nonostante il lungo tempo di convivenza non sono molto in confidenza con tutte le signore del reparto, ma con alcune di loro siamo più legate, come una grande famiglia. Malgrado questo non vedo l'ora di poter ritornare a casa, con mia figlia ed il mio cagnolino.

CIAK! SI GIRA

(Lavoro tratto dal Gruppo Cineforum)

La Ricerca della Felicità

Il protagonista di questo film si chiama Chris Gardner e per lavoro vendeva ai medici un macchinario per la cura delle ossa. Purtroppo gli affari non andavano affatto bene e avendo degli arretrati di affitto che non riusciva a pagare litigava spesso con la moglie, la quale, non resistendo più al dolore per quella situazione, decise a malincuore di andare via di casa lasciando il marito ed il figlio. Nonostante tutto questo dolore, Chris giorno per giorno portava il bambino a scuola, cercando di non fargli mai mancare nulla. Un giorno tornando a casa trovò la serratura cambiata e i bagagli fuori dalla porta. In quel momento si rese conto di essere rimasto senza una casa allora decise di contattare un amico da cui, però, non ottenne risposta. Girovagò per la stazione della metro in cerca di una soluzione per lui e il bambino, ma alla fine decise di chiudersi a dormire nel bagno della metro. Il giorno successivo, oramai senza soldi, fu costretto ad andare alla Caritas per dare un letto al figlio. Le provò tutte per risollevare la situazione, addirittura decise di vendere il sangue e con il ricavato riuscirono a mangiare per alcuni giorni. Un giorno però incontrò il suo presunto capo, che gli chiese in prestito 5 dollari per pagare il taxi e nonostante fossero i suoi ultimi 5 dollari decise di consegnarli comunque. Finalmente arrivò il giorno tanto atteso, Chris con paura e ansia attendeva la risposta ad un colloquio di lavoro, che fu positivo. All'inizio il protagonista non realizzò subito di aver trovato finalmente un lavoro ma appena uscito fuori comprese tra la folla che quella era la vera felicità. Questa storia ci insegna a non arrendersi mai ma ad affrontare con coraggio e forza di volontà le avversità della vita per ottenere ciò che si desidera.



TI LASCIO UN DIPINTO



L.G

RINGRAZIAMENTI

Ringrazio per la lettura del giornalino, chiunque ha fornito notizie attuali e interessanti.

Ringrazio anche le dottoresse che si sono adoperate per la buona riuscita di questo giornalino. La partecipazione è stata collettiva, il giornalino si rileva importante perché riflette la nostra vita in H24.

Ognuno di noi si ritrova sulle pagine.

O.P.

Ringrazio le dottoresse che mi hanno insegnato come si fa un giornalino, le persone che hanno collaborato e anche i lettori.

L.C

Grazie perché è un segno della vita. Buona Estate. Alla prossima occasione.

L.C.

Ringraziamo le dottoresse che ci hanno aiutato a realizzare questo giornalino. Grazie al lettore che ha dedicato il suo tempo a leggerlo e a tutte le persone che hanno realizzato tutti i testi. Sperando che il risultato del giornalino sia gradevole, il primo numero del giornalino uscirà Giugno.

M.C.

Grazie perché, tu caro lettore, hai letto il nostro giornalino anche se imperfetto e forse un po' carente, il mio grazie va pure alle dottoresse e alle amiche che hanno partecipato alla stesura del giornalino con l'augurio che oltre questo primo numero che uscirà in Giugno ve ne saranno altri, e che tu, caro lettore, leggerai con lo stesso interesse e la stessa passione.

D.C.

Apprezzabile e Prezioso lettore, vi ringraziamo di aver scelto questo Giornalino anziché un'altra rivista. Vi promettiamo che non mancheremo di sorprendervi per le nostre recensioni, commenti e ricette; con la speranza che sceglierete ancora noi ci auguriamo di fare sempre meglio per meritarcì la vostra cortese Attenzione. A.T.

Ringrazio il lettore che ha letto il giornalino e ha commentato gli articoli fatti da noi e le dottoresse che ci hanno aiutato nel realizzarlo, il materiale che abbiamo raccolto, selezionato ed elaborato: poesie, disegni da noi realizzate.

S.F.

Cari lettori, vi ringrazio per il vostro supporto e pazienza, ringrazio le amiche che hanno condiviso con me tutto ciò, le Dottoresse che ci hanno dato questa grande opportunità, sperando che anche la seconda edizione sia simpatica come la prima.

C.O.

Vorrei ringraziare la dottoressa Stefania, è una ragazza in gamba e il dottor Marco. Quando uscirà il giornalino spero al più presto di leggerlo insieme alla dottoressa Stefania che è sempre disponibile.

C.R.

Grazie a Marilena, Orsola e insomma tutte quelle che ci hanno aiutato e ai lettori che ci hanno scelto sperando che sia piaciuto.

L.C.

Grazie perché... abbiamo lavorato nell'H24 con due reparti ala bianca e ala verde. Siamo soddisfatte di quello che abbiamo fatto! Abbiamo collaborato tutte. Ringraziamo il lettore del giornale che è arrivato al termine! Ringrazio le dottoresse che hanno creduto in noi! Le dottoresse erano tante e sono sicura che anche loro sono soddisfatte! Ora vi saluto e aspettiamo il prossimo numero!

A.C.

Grazie perché, l'attenzione delle dottoresse per noi dell'Ala Verde e dell'Ala Bianca è stata sempre calorosa, affettuosa e gentile. Ci hanno rincuorato nei momenti difficili e indirizzato verso percorsi cognitivi interessanti e utili per rinforzare memoria e attenzione. Un ringraziamento specialissimo lo rivolgo a Suor Giovanna e a Suor Elisa per il conforto e l'attenzione prestatami.

D.G.

Ti ringrazio tanto per il tempo dedicato alla lettura del giornalino, spero ti sia piaciuto. Ringrazio anche le mie compagne che hanno contribuito al lavoro dello stesso. Ci siamo impegnate molto e abbiamo dedicato del tempo a questo lavoro che spero sia gradito.

A.P.

Ti ringraziamo per il tempo che hai dedicato alla lettura del giornalino; allo spazio datoci dalle nostre dottoresse, alla collaborazione delle nostre ragazze della nostra Ala Bianca che hanno contribuito tanto con i loro testi e i loro disegni.

Grazie infinite e ci vediamo il prossimo mese!

A.P.

Ringrazio perché il giornalino era così interessante e il lettore ci ha dedicato del tempo.

E.B.

Ringrazio le mie amiche dell'Ala Verde H24, sono rimasta molto entusiasta quando hanno scelto un mio lavoro per la pubblicazione di giugno.

B.L.

Un ringraziamento a tutta l'équipe H24, a Madre Margherita, al Dott. S. Cogliati Dezza, al Dott. M. Veronesi e al Dott. S. Mascianà che con entusiasmo e sostegno hanno reso possibile la realizzazione di questo progetto.

VI ASPETTIAMO A LUGLIO!

La Redazione del SoleH24