



# INSIEME?!? SI PUÒ!!!

Il giornalino  
dell'Associazione  
Insieme si Può



info  
&  
web

L'ANGOLO  
DELLA COMUNICAZIONE  
di Alessio Cantarutti -  
Coordinatore Responsabile -

## Si informa che:

- siamo tutti caldamente invitati ad attenerci alle disposizioni ricevute per il contenimento del rischio contagio da COVID-19 e Vi ringrazio della Vs. certa collaborazione;

- visto l'avvicinarsi della stagione fresca e piovosa ed il fatto di sfruttare per quanto più possibile gli spazi esterni, è caldamente consigliato che gli Ospiti che partecipano agli interventi straordinari vengano in struttura con un abbigliamento lungo da poter indossare in caso di temperature più basse, consigliamo pertanto un abbigliamento "a cipolla";

- si ricorda che, come sottoscritto dai Tutori/ AdS/Familiari nel patto di corresponsabilità prima dell'inizio degli Interventi Straordinari, ogni variazione della stato di salute dell'Ospite o di un familiare convivente, va comunicato anche per iscritto tramite il modulo "Allegato 6 - Scheda variazione stato salute" di cui avete ricevuto duplice copia all'atto di sottoscrizione del "Patto di corresponsabilità" e nel caso si manifestasse febbre > 37,5°C o uno dei sintomi, l'Ospite non potrà partecipare agli interventi straordinari presso i locali del C.S.R.E. "Chiara Aquini";

- per contattare il C.S.R.E. siete pregati di continuare a contattarmi al cellulare, al nostro numero fisso continuerà a rispondere il Gruppo Appartamento;

- gli Interventi Straordinari in loco presso i locali del C.S.R.E. si svolgono dalle ore 9.30 alle ore 15.30 secondo il calendario individuale proposto dall'Equipe Educativa;

RingraziandoVi per la pazienza e per le attenzioni e restando a disposizione per eventuali chiarimenti, porgo cordiali saluti

giorno	spuntino	attività mattina	Pranzo			attività pomeriggio
			Primo	Secondo	Frutta	
martedì	Mela		Fusilli al pesto	Uova sode e radicchio con cicciole	\	
	1,8		3	\	\	
2/11	Marco		Marco	Marco	\	
Martedì	Clementine		Gnocchi di zucca con ricotta affumicata	Grissino con formaggio latteria Carote	\	
	\		1,7	1,7	\	
3/11	Chiara		Maurizio	Maurizio	\	
Mercoledì	Pere		Gulash e polenta	Radicchio	\	
	\		6,7,9,12	\	\	
4/11	Rudi		Tutti	Tutti	\	
Giovedì	Tramezzino con speck e robiola		Pasta e fagioli	Grissino con prosciutto crudo Radicchio	\	
	1,7		1,6,7,9,12	1	\	
5/11	Marco		Marco	Tutti	\	
Venerdì	Yogurt caffè o nocciola		Bavette con tonno, olive e pomodorini	Insalata con trota aff., avocado, pomodorini	\	
	7		1,4,7	1,4	\	
6/11	Silvia		Rudi	Tutti	\	



## Qualche curiosità su Pompei

di Luigi Cericco

A Pompei, i romani erano vestiti, alcuni con l'armatura, altri con le tuniche (un abbigliamento dell'antica Roma). Nel terzo secolo avanti cristo, sotto il dominio romano, POMPEI era una città di circa 12000 abitanti. Era costituita da numerose ville poste in periferia e fattorie site in campagna. In generale le abitazioni del centro erano piccole e generalmente poco confortevoli. Una curiosità da sapere è che anche i ricchi non avevano il bagno dentro casa. Per lavarsi andavano alle terme e per fare i loro bisogni si ricorreva alle latrine pubbliche o si rimediava con semplici vasi da notte, che poi venivano venduti alle lavanderie.

La città aveva alcuni luoghi che è giusto ricordare:

### I TEMPLI

I romani adoravano molti Dei diversi. A Pompei c'erano dieci Templi, dedicati anche a divinità straniere come la Dea Iside (era una divinità dell'Egitto)

### IL FORNO

Pane e focacce erano la base dell'alimentazione. I fornai più bravi "firmavano" il loro pane con un simbolo per farsi la pubblicità

### LA POPINA

Era il nome del bar in cui si poteva consumare il cibo in piedi o seduti. A Pompei, una molto famosa apparteneva alla locandiera Asellina

### LE TERME

Erano molto grandi con delle piscine a varie temperature, delle palestre e dei centro massaggi, oltre che per rilassarsi, erano luoghi dove fare affari.

### LA LAVANDERIA

In un'epoca senza lavatrice i panni venivano lavati da schiavi che passavano per ore in vasche piene di... "pipì" umana. Dopodiché venivano sciaccquati.

### LO STADIO

Qui si tenevano i giochi dei gladiatori. A Pompei però rimase chiuso per ben dieci anni a causa di una squalifica per scontri tra "Ultras" (Non molto diverso da quello che accade oggi negli stadi)

### LE PORTE

Pompei era circondata da una cinta di mura, con otto porte tutt'intorno per permettere il passaggio

### IL BARBITONSONE

Era il barbiere. Oltre a fare la barba, ritoccava anche le sopracciglia, tingeva i capelli e fabbricava le "parrucche". I romani erano vestiti, alcuni con l'armatura, altri con le tuniche (un abbigliamento dell'antica roma)

**ALCUNE SEMPLICI RACCOMANDAZIONI PER CONTENERE IL CONTAGIO DA CORONAVIRUS**

- LAVATI SPESSO LE MANI CON ACQUA E SAPONE O USA UN GEL A BASE ALCOLICA
- EVITA CONTATTI RAVVICINATI MANTENENDO LA DISTANZA DI ALMENO UN METRO
- NON TOCCARTI OCCHI, NASO E BOCCA CON LE MANI
- EVITA LUOGHI AFFOLLATI
- EVITA LE STRETTE DI MANO E GLI ABBRACCI FINO A QUANDO QUESTA EMERGENZA SARÀ FINITA
- COPRI BOCCA E NASO CON FAZZOLETTI MONOUSO QUANDO STARNUTISCI O TOSSISCI. ALTRIMENTI USA LA PIEGA DEL GOMITO

SE HAI SINTOMI SIMILI ALL'INFLUENZA RESTA A CASA, NON RECARTI AL PRONTO SOCCORSO O PRESSO GLI STUDI MEDICI, MA CONTATTA IL MEDICO DI MEDICINA GENERALE, I PEDIATRI DI LIBERA SCELTA, LA GUARDIA MEDICA O I NUMERI REGIONALI

**LEGGERE ATTENTAMENTE**

**QUELLO CHE C'È SCRITTO QUI SOTTO!!!**

1. **DEVO USARE IL PIÙ POSSIBILE LA MASCHERINA**
2. **ALLUNGANDO IL MIO BRACCIO NON DEVO TOCCARE NESSUNO**
3. **È OBBLIGATORIO TENERE LE MIE COSE SOLO NEL CASSETTO COL MIO NOME**
4. **MI DEVO LAVARE LE MANI IL PIÙ POSSIBILE**
5. **NON POSSO DARE LE MANI, TOCCARE GLI ALTRI, ABBRACCIARLI, BACIARLI.**

**...e Thailandese**

di Silvia Ballarin



I thailandesi sono eleganti, anche quando si tratta di salutare! Il saluto consiste nel mettere le mani come in preghiera e piegare leggermente in avanti la testa. Questo gesto è chiamato wai.

Più le mani vengono posizionate in alto, più si vuole mostrare rispetto. Le punte delle dita non dovrebbero mai superare

il livello degli occhi!

Più l'età dei due persone che si salutano è diversa, più ampio sarà l'inchino.

**SI RESPIRA ALL'ARIA APERTA**

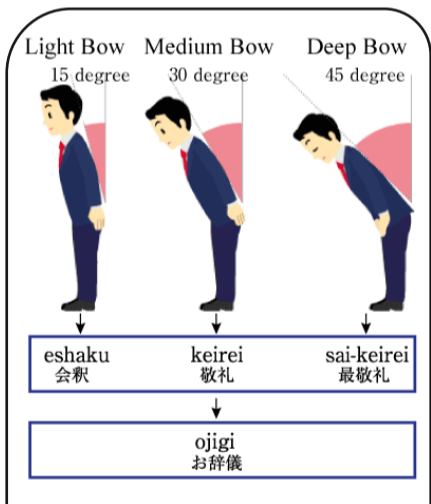


**UN BEL DISEGNO DI EMANUELA M.**



**UN SALUTO D'ORIENTE**

**Giapponese**



Il Giappone si trova in Asia, vicino alla Cina. Il Giappone è un arcipelago, si trova in mezzo all'Oceano Pacifico ed è formato da tante isole. In Giappone l'inchino si usa sia per salutare che, in alcuni casi, per scusarsi. Il saluto giapponese è un po' complicato: più si vuole mostrare rispetto e più bisogna piegarsi in avanti. Nel fare il saluto è necessario lasciare le mani lungo i fianchi e portare il busto in avanti. La posizione e il tempo dell'inchino è

diverso a seconda della persona che si ha di fronte.

L'inchino usato per il saluto si chiama rei e viene usato come segno di rispetto. L'eshaku lo si fa per congratularsi o come saluto normale. Il keirei viene riservato solo alle persone importanti nella società e lo saikeirei lo si dedica all'imperatore o per scusarsi per una cosa grave. I tre inchini sono diversi rispetto a quanto bisogna inchinarsi in avanti.

Questo tipo di saluto io l'ho imparato quando ho fatto Karate. Il Karate è un'arte marziale, uno sport che si pratica a mani nude. Quando si fa Karate si indossa il Kimono, una casacca bianca. Ci sono tante cinture che rappresentano la bravura che una persona ha in questo sport. Ho anche visto in tv il film Karate Kid che parla proprio di questa arte marziale.

Penso che il saluto giapponese sia bello. Non mi sembra difficile fare l'inchino, è come dire all'altro "Ciao! Ben arrivato!"

Luigi Cericco

Associazione Insieme si Può Onlus - Via Vittorio Veneto 136, 33010 Reana del Rojale (UD) - 0432 857786 - isp@associazioneinsiemesipuo.it - www.associazioneinsiemesipuo.it

**94019500308**

Da una visione lungimirante che voleva offrire un'accoglienza a misura di Persona, nel 1987 nasce l'Associazione Insieme si Può. Tali intenti ispirano ancora tutte le nostre azioni dove il fulcro è stato, e è vuole continuare ad essere, la ricerca di un maggiore livello di Qualità di Vita delle Persone accolte a Casa "Chiara Aquini".

Se anche quest'anno vorrai scegliere di accordarci la Tua fiducia, sapremo mettere a frutto il Tuo aiuto in modo concreto e trasparente. Potrai indicare nella dichiarazione dei redditi, nel riquadro del 5% alle ONLUS, il nostro codice fiscale.

Il Tuo sostegno ci permetterà di continuare ad essere un significativo punto di riferimento sul territorio.

A nome di tutte le persone che fanno parte dell'Associazione, Ti ringraziamo per quanto vorrai e potrai fare!

