



# INSIEME?!? SI PUÒ!!!

Il giornalino  
dell'Associazione  
Insieme si Può

Anno #18  
Data 17/gen/22  
Numero #681

C.S.R.E. & G.A.  
Casa "Chiara Aquini"  
Via Vittorio Veneto, 136  
33010 Reana del Rojale (UD)



info  
&  
web

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

### Si informa che:

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

- 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;

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

giorno	Spuntino di metà mattina	attività mattina	Pranzo			attività pomeriggio
			Primo	Secondo	Frutta	
Lunedì	Mela		Tortellini in brodo	Tramezzini Radicchio	\	
	\		1,3,6,7,9,12	1,7	\	
24/1	Tutti		Tutti	\	\	
Martedì	Yogurt alla frutta		Risotto pesto di rucola e gamberetti	Insalata di sgombro	\	
	7		2	4,8	\	
25/1	Chiara		Marco	Marco/Federica	\	
Mercoledì	Aperitivo		BIS di primi	Insalatona con olive e mais	\	
	\		1,3,7	\	\	
26/1	Chiara		Tutti	Tutti	\	
Giovedì	Pera		Minestra di farro lenticchie	Grissini con affettato Carote e	\	
	\		1,6,7,9,12	1	\	
27/1	Mario		Teresa	\	\	
Venerdì	Banane		Lasagne ricotta spinaci	Insalata	\	
	\		1,3,7	\	\	
28/1	Marco		Maurizio	Tutti	\	



## ADDIO ALLA PLASTICA USA E GETTA

di Luigi Cerizzo

Ciascuno di noi può fare tante cose per non consumare inutilmente l'energia: non lasciare aperto il frigo, chiudere il rubinetto per non far scorrere l'acqua se non serve, spegnere la tv se non si guarda o la luce. Non lasciare la finestra aperta a lungo se è acceso il riscaldamento.

E' importante salvare il pianeta dall'inquinamento. Da oggi, 14 gennaio 2022, per cercare di mettere un freno all'inquinamento dovuto alla plastica, che sta soffocando anche il nostro Mediterraneo, piatti e posate usa e getta di plastica dovranno uscire dalle nostre abitudini. Si salvano quelli composti a 100% di plastica biodegradabile.

Per "prodotto di plastica biodegradabile" si intende quello "realizzato interamente o parzialmente in plastica". Il decreto restringe il consumo di quei materiali che causano l'inquinamento di microplastiche dei nostri mari e che ormai finiscono anche nei nostri cibi. Per ora sono salvi invece i prodotti in plastica lavabile e quindi riutilizzabili.

L'obiettivo è di vedere risultati entro il 2026, rispetto al 2022. Dal 14 gennaio sono vietati palloncini, tazze e contenitori per bevande in polistirolo espanso, posate e piatti, cannucce, borse in plastica. Uno degli obiettivi della lotta alla plastica è la salvaguardia del mare. L'unione europea si è data l'obiettivo entro il 2030 di ridurre della metà i rifiuti di plastica nei nostri mari.

Ciascuno di noi è chiamato a fare la sua parte!



Storie... di una vita!

di Mario Scorset

Mercoledì 12 gennaio, in passeggiata siamo passati proprio davanti alla casa dove Mario è nato e cresciuto.

“Sono nato lì il 23 giugno 1965. La casa è rimasta uguale a quella volta, sono un po’ cambiate le case vicino. Accanto a noi abitava un monsignor che aveva proposto a mio papà di dare una mano con l’orto, le viti e alcuni lavoretti di casa. In cambio noi potevamo rimanere a vivere in quella casa. Io sono il secondo figlio; Marina, che è la prima, è nata in Germania perché i miei genitori quella volta lavoravano là.

Poi sono rientrati in Italia e circa dopo 4 anni dalla nascita di Marina sono nato io! Il 23 giugno 1965. Tre anni dopo è nata Luciana. Ho una foto di mia sorella quando era davvero, davvero piccola a cui tengo molto.

In questa foto si vede che la casa aveva due piani, più la soffitta; era piuttosto grande e in 5 si stava comodi. Al piano terra avevamo la cantina, una stanza preziosa perché custodiva tutti i prodotti che noi preparavamo:

salumi, formaggi, le cose dell’orto e il vino.

Avevamo due maiali, galline a volontà (minimo 30) e conigli. Il mio compito era quello di badare a tutti gli animali: tenerli sempre puliti, sistemare il fieno, dare loro da bere e da mangiare. Era un compito molto pesante e faticoso che iniziava per me ogni giorno alle 5:00 del mattino, fino alle 7:30. Poi potevo iniziare la mia giornata, facendo colazione. Solitamente si mangiava pane con due fette di salame e un bicchierino di vino. Avevamo bisogno di energie per affrontare la giornata!

Finito di sistemare gli animali in cortile mi dedicavo alla pulizia dei canarini: avevamo una stanza dove ogni giorno, quando aprivo la porta, un sacco di canarini entravano ed uscivano in libertà a mangiare il mangime che lasciavo. Alcune volte li vendevo ai vicini per prendere qualche soldo. Tutto questo prima delle 8:00 perché poi si andava a scuola! Passava il pulmino a prendermi e ci portava a scuola in via Planis, a Udine. Ci riportava a casa

alle 4 del pomeriggio. Ho un bel ricordo della scuola, in particolare di una professoressa: io ero gentile con lei e lei lo era con me! Quando rientravo a casa da scuola, c’era sempre Wolf che mi aspettava davanti al cancello, sempre aperto: un pastore tedesco dal pelo corto, marrone e nero. Nel pomeriggio mi piaceva passare del tempo con lui e fare delle passeggiate lungo il Torre.

Ci sono tante cose che ho da raccontare, mi faccio vivo presto!”

L'inverno

di Monica Aldegheri

Le giornate sono sempre più corte e il vento soffia un poco più forte, il cielo è pieno di nuvoloni; metti le calze, metti i calzoni, metti la sciarpa sopra il golfino, senti che freddo, accendi il camino! Guarda fuori già scende la neve, volteggia leggera, si posa lieve e decora ogni cosa come un gioiello. Ecco l'inverno ora è proprio arrivato: di bianco ha coperto gli alberi e il prato che vanno a dormire, da questa sera sino alla prossima primavera.

Gita sul monte Lussari

di Luca Catalano

siamo andati a fare una bella uscita sul monte Lussari, appena siamo arrivati l'operatore Celso ha mostrato ad un signore i nostri documenti. Poi finito abbiamo preso la cabina via per salire in cima. Eravamo divisi in due gruppi uno con Celso e uno con Goran. Quando siamo arrivati in cima abbiamo cercato un posto per mangiare i panini e la frutta che alcuni di noi hanno preparato. Finito di mangiare abbiamo fatto una piccola passeggiata sulla pista e abbiamo fatto dei gradini e siamo andati a vedere la chiesetta, dopo siamo scesi con la funi via e quando siamo scesi prima di tornare in comunità ci siamo fermati in un autogrill a bere il caffè.

Ciclabile Zompitta - Vergnacco - Qualso

con Anna, Chiara, Federica, Mario, Michela e Rudi (con la mappa)

**Km 4.9**  
**12096 passi**

