



Anno V Numero V  
An V Numer V

# Eies Vives

Periodico d'informazione APSP di Fassa  
Periodich de informazion de la APSP de Fascia



Dicembre 2019

Dezember del 2019

# SOMMARIO

**E mi rannicchio lì, a osservare le storie di tutte le età rincorrersi, come bambini, nella piazza più bella del mondo. Senza recinti e senza freni. P.S.: qui le linee parallele saltano felici, cadono, si incontrano all'infinito.**

*Michela Scarazzolo*



- **L'angolo della dottoressa**  
Ho messo da parte il camice  
*Continua a pagina 8*
  
- **Pensieri...con la Valigia in mano**  
...E Adesso?...Dove sei diretta?  
Correva l'anno 2014  
*Continua a pagina 12*
  
- **Il servizio di logopedia**  
Tutto è iniziato nel 2018  
*Continua a pagina 20*
  
- **Ri - Animazione**  
Una porta...  
La Vita è...  
*Continua a pagina 22*
  
- **Attimi ∞ Emozioni**  
Rughe  
*Continua a pagina 28*
  
- **La pagina di chi assiste**  
Apede Te  
*Continua a pagina 30*
  
- **Briciole di noi**  
*Continua a pagina 41*

## Rubriche

### ALBUM

#### RICORDI RITROVATI

*Emozioni in Musica*

*Continua a pagina 37*

#### LO MANGI SOLO QUI

*Ricette tipiche Fassane  
Gnocchi di Zucca*

*Continua a pagina 43*

#### VOCI DI CORRIDOIO

*Un pomeriggio tra Misteri, Avventure e Magiche  
Creature*

*Continua a pagina 44*





# SUMÈDA



E me cuce jù aló, a ge vardèr a la stories de de duta la etèdes che se cor dò, desche picoi bec, tel piaz più bel del mond. Senza sieves e senza regoles. P.S.: Chiò la linies paraleles les sauta contentes, les croda, les se scontra senza fin.

*Michela Scarazòlo*

■ **L cianton de la dotora**  
É metù da na man la Telara  
*Và inant a piata 10*

■ **Pensieres...co la valisc te man**  
...E Ades?...Olà vèste?  
L'era del 2014  
*Và inant a piata 14*

■ **L servije de logopedia**  
Dut l'è scomenzà del 2018  
*Và inant a piata 21*

■ **Re - Animazion**  
N Usc...  
La Vita l'é...  
*Và inant a piata 24*

■ **Momenc ∞ Emozions**  
Fizes  
*Và inant a piata 29*

■ **La piata de chi che stès apede**  
Apede Te  
*Và inant a piata 34*

■ **Mizacoles de Nos**  
*Và inant a piata 41*



## Rubriches

RETRAC

RECORC TROÉ ENDODANEF

*Emozions tras la Mùsega*

*Và inant a piata 39*

TE L MAGNES DEMÒ CHIÒ

*Bèsć fascegn*

*Gnohec de zuca con sos de formai*

*Và inant a piata 43*

OUJES DESVALIVES

*N domesdi anter Misteres, Aventures e Magica*

*Creatures*

*Và inant a piata 46*



## Pagine di vita

Bentrovati, eccoci qui al termine di un nuovo anno pronti con l'uscita della nuova edizione del nostro giornalino.

Un appuntamento atteso, desiderato e sempre ben accolto dai nostri ospiti e familiari.

Il 2019 che si appresta a terminare la sua corsa, ci ha visti impegnati in tante e diverse novità. Del resto la nostra è una struttura dinamica, sempre pronta a nuove sfide, impegnata ad affrontare le emergenze che ciclicamente si presentano. A volte le sfide sono davvero impegnative ed occorre mettere in campo tutte le forze che la nostra struttura riesce a trovare, a volte sembra quasi di essere dei Don Chisciotte e combattere contro i mulini a vento. Ci sembra che le cose non cambino, che le situazioni di emergenza siano più numerose del quieto vivere o meglio della stabilità e della routine che a molti pare così limitante.

Comprendo appieno le frustrazioni e le preoccupazioni delle figure di coordinamento che in questi ultimi mesi hanno dovuto affrontare un momento davvero impegnativo data la carenza di infermieri. Colgo l'occasione per ringraziarle per essere riuscite a mantenere la continuità e garantire il livello assistenziale ai nostri ospiti.

Un momento davvero particolare sono state le dimissioni della direttrice Dott.ssa Daprà che hanno portato all'assunzione dell'incarico della Dott.ssa Emiliani con il 2 di settembre. Un incarico impegnativo in concomitanza con il momento particolare in cui si è trovata la struttura.

Inoltre, una nuova figura sanitaria si è

unita al nostro contingente.

La Dott.ssa Vedruccio, vincitrice del concorso, è entrata a pieno titolo tra i componenti della struttura.

Un grosso in bocca in lupo ad entrambe ed un augurio di buon lavoro insieme a tutti noi.

Finalmente siamo riusciti a sistemare il piazzale. Purtroppo, i lavori si sono protratti più del previsto e di questo chiedo scusa per il disagio arrecato sia agli ospiti che ai familiari. I lavori erano, comunque, necessari considerato le diverse ed importanti infiltrazioni nel garage sottostante.





Il mese di novembre ha visto la scadenza del consiglio di amministrazione, insediatosi nel 2014 a seguito del commissariamento della struttura. Un ringraziamento ai consiglieri che in modo diverso hanno contribuito al rilancio della struttura.

Un benvenuto ai nuovi consiglieri, con qualche conferma e qualche new entry, insediatosi con la seduta del 28 novembre, carichi e pronti ad affrontare le sfide che la ApSP di Fassa dovrà affrontare.

Nel corso del 2019 la "Cèsa de Paussa" ha continuato il suo cammino con l'arrivo di nuovi ospiti, l'addio ad altri, un saluto a chi è rimasto con noi solo per il tempo del periodo chiamato "sollievo". Tanti volti, tanti modi di essere e vivere, tante idee, tanti racconti di vita. Un insieme di persone che ci fanno crescere ed amare il nostro lavoro, a volte così faticoso ed incompreso.

Tante le iniziative di apertura al territorio affinché la "Cèsa de Paussa" diventi davvero quella casa per tanti ospiti e familiari. Un luogo di incontro e di scambio, anche generazionale, di vicinanza, di comprensione, di affetto. Un luogo in cui sentirsi accolti e rispettati. Un posto in cui accettare il passare del tempo, il declino, la malattia.

Una casa dove venga rispettato il lavoro e l'assistenza garantita 24 ore su 24 con le

difficoltà e la bellezza che lavorare con le persone implica.

Tanti passi sono stati fatti dalla nostra struttura ma altrettanti ci aspettano per garantire sempre più un servizio dignitoso ed accogliente.

Grazie a tutti coloro che ci mettono lavoro, cuore e passione. Dai dipendenti al volontariato in tutte le sue sfaccettature.

Approfitto di queste pagine per rinnovare l'invito a venirci a trovare.

Vi aspettiamo per una parola, un caffè, due chiacchiere, un po' di compagnia. Non abbiate timore. È una casa, un po' più affollata, piena di persone che desiderano condividere un pezzo del loro cammino con qualcuno. E chissà, magari visitandoci vi viene voglia di essere attivi come volontari.

A tutti un buon augurio di un sereno Natale e Felice Anno Nuovo.

*Dottorssa Barbara Bravi  
Presidente APSP di Fassa*





## Piates de vita

Bentroé,  
e sion endò a la fin de n auter  
an, vertesc co na neva edizion  
de nosc codejel.

N moment spetà, dejjiderà e  
aprijà da nesc ghesé e da sia  
families.

Endèna l 2019, che l'é dó a se  
serèr sù, l'é stat trop da fèr per  
la sacotanta e desvaliva  
novitèdes che l'é stat metù en  
esser. Belimpont noscia  
strutura la laora semper per se  
miorèr, per ge fèr front a neva  
endesfides, per esser enjignèda  
te la emergenzes che man a  
man vegn fora. Pel sozeder che  
la endesfides les é dalbon  
senestres e fèsc besegn se  
emprevaler de duta la forzes  
che noscia struttura é bona de  
troèr. Vèlch outa ne sà de esser  
desche Don Chisciotte che  
scombat contra i molins a vent.  
Ne sà che nia mude, che la  
situazions senestres les sie  
semper de più che i momenc  
chiec, più che chela stabilità e  
chel viver normal de ogne ogne  
di che per tropes doventa  
béleche na limitazion.

Entene deldut la delujions e i  
cruzies de chela fegures  
enciarièdes del coordinament  
che ti ùltime meisc les à cognù

ge fèr front a n moment  
dassen senester a cajon de la  
mencianza de infermieres.  
Voi ge dir n fort developei per  
esser states bones de sporjer i  
servijes arseguran l nivel de  
assitenza che l'era de besegn  
per nosc ghesé.

N moment n muie particulèr  
l'é stat canche la diretora  
Dotora Daprà l'à portà dant  
sia demiscions e a sie post, ai 2  
de setember, l'é ruà la Dotora  
Emiliani. N'encèria grieva  
entravegnuda endèna n  
moment senester per la  
strutura.

Amò apede n'otra fegura  
sanitèra la é ruèda ite te nosc  
organich, la Dotora Vedrucci,  
che l'à vent l concors che ge à  
dat l met de fèr pèrt del  
personal de la struttura.

Un gran en bocia al luof a duta  
does e n augure de  
bon lurier dessema  
a duc nos.

Zacan sion stac  
bogn de comedèr l  
piazal. Purampò, i  
luriers i é stac  
sperlongé più de chel  
che l'era stat pissà e  
per chest domane  
perdonanza per l



dejjè entravegnù per i ghesé e  
per sia families. Aboncont i  
lurieres ge volea che i vegne fac,  
vedù che seghitèa a ruèr ite èga  
tel garasc sotite.

De november l'é jir fora l  
consei de aministrazion, metù  
sù del 2014 canche l'é stat fat l  
comissariament de la struttura.  
N fort developei a duc i  
conseiars che te desvaliva vides  
i à dat sie contribut per miorèr  
la struttura.





N bel benvegnù ai conseieres neves, vèlch un confermà e etres nominé per la pruma outa, enciarié te la sentèda dai 28 de november, de segur engaissé e enjigné per scombater la endesfides a cheles che la Cèsa de Paussa de Fascia cognarà ge fèr front.

Via per l 2019 l personal de la Cèsa de Paussa l'ha seghità a tor dant neves ghesé, l'ha tout cumià da etres e saludà chi che l'é vegnù demò per l trat de temp che ge vegn dit "sollievo". Sacotenc musc, sacotanta vides de esser e viver, sacotanta idees, stories de vita. N grop de persones che ne fèsc miorèr e amèr nosc lurier, vèlch outa tant grief e no semper capi.

L'é stat endrezà tropa scomenzadives per se fèr cognoscer da la jent de Fascia acioche la Cèsa de Paussa dovente dalbon la cèsa per sacotenc ghesé e sia families. N lech olache se pel se scontrèr e baratèr l sentiment de vejinanza, de comprejion e benvoler, ence anter na generazion e n'otra. N lech olache se vegn touc dant con respet, olache vegn didà a azetèr l passèr di egn, la fin e la malatia.

Na cèsa olache vegne respetà l lurier e l'assitenza arsegurèda 24 ores a dò a dò metuda a jir tras la dificoltes ma ence tras l bel che vegn fora luran co la persones.

L'é stat fat trop delaite de noscia strutura ma trop l'é ence amò da fèr per poder esser bogn de sporjer n servije degnitous e de azet.

N fort devalpai a duc chi che laora, chi che ge met sentiment e gaissa, dai dependenc ai volontères e a dut chel che l'é ditorn.

Co l'ocajion ve envie amò a vegnir a ne troèr.

Ve speton per na bela parola, per un café, doi ciacoles, per mingol de compagnia. No abià tema. L'é na cèsa con sacotanta jent, piena de persones che aessa gust de spartir n toch de sia vita con zachei... e magari a ne cognoscer ve vegn ence estro de ve dèr jù a n avida ativa desche volontères.

A duc ve augure n Nadèl pien de pèsc e n An nef pien de legreza.





*di Katinscia Trottnier*

## Ho messo da parte il camice

La scrittura è un'arte, e come tale andrebbe praticata regolarmente per non perdere la mano e poi per coltivare il poco nutrimento dell'anima su cui noi tutti, ancora, possiamo vantare qualche diritto: la nostra cultura.

Tuttavia sono anni che non stilo qualcosa di mio che non sia un noioso articolo scientifico. Vi prego quindi di scusarmi per la mia poca fantasia e per un linguaggio che non percepirete fluente come quello dei libri che siete soliti leggere.

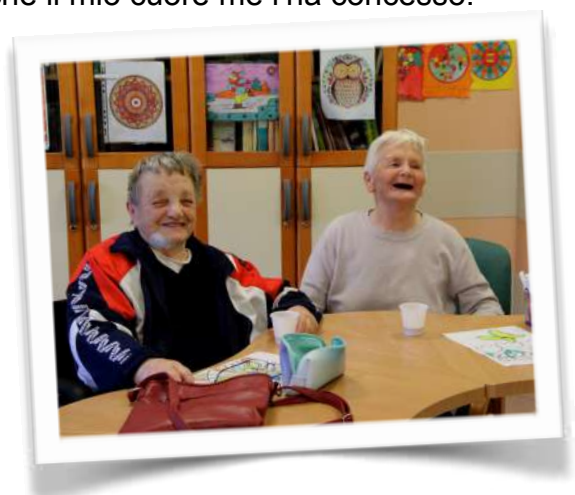
Mi è stato chiesto di mettere nero su bianco delle emozioni, delle memorie. Certo non è qualcosa che mi sia completamente nuovo: ero molto piccola quando ho aperto il mio primo diario e ho cominciato ad annotare di sera in sera il mio vissuto quotidiano. Ma stavolta devo cedere, fare un passo in più e aprire il mio cuore a qualcuno che non sia io o la me stessa delle favole che inventavo da ragazzina.

Non sono un'amante del camice, ve ne sarete accorti. Io mi siedo volentieri per terra

a gambe incrociate, mi accucio accanto a chi mi parla, con l'orecchio teso a percepire ogni sfumatura di voci sempre diverse. Amo gli sguardi, le carezze e gli abbracci dati per caso. Scappo dai ruoli, soprattutto. Chi mi conosce sa che temo due cose più delle altre: il suono del mio nome detto per intero ed il titolo di dottoressa.

Ma questo non è un ospedale, questa è una casa.

E in una casa gli occhi brillano alla luce del fuoco e dei ricordi, e le mani sono calde quando si stringono, ed i ruoli non hanno senso di esistere. È una casa e come tale va vissuta, e così ho cercato di abitarci anch'io, finché il mio cuore me l'ha concesso.







Non sono stata un medico così come normalmente lo si intende. Ho chiacchierato molto e visitato poco, ed ai farmaci ho sempre preferito le parole. Ho cercato, per quanto ho potuto, di non forzare l'ineluttabilità del fato, di accettare la naturalità degli eventi, di accompagnare i miei pazienti là dove erano diretti, che la meta fosse la guarigione o la morte.

In questi mesi ho dovuto convivere con la sofferenza di chi mi circondava sapendo di non poterla sempre lenire, o perlomeno di non poterlo fare con quella non prettamente fisica. Mi sono dovuta confrontare con la solitudine, la fragilità, lo smarrimento di uomini e donne giunti al termine della loro vita talora molto anziani, altre volte solo molto malati.

Ho imparato che non posso guarire tutti, che non sono infallibile. Ho imparato a chiedere aiuto, a contare sugli altri, ad apprezzare le competenze di figure professionali la cui importanza non mi era nemmeno sospetta.

Ho avvicinato l'orecchio alla bocca di chi mi parlava con voce flebile e ho gridato per essere sentita da orecchi un po' duri.

Ho lasciato che le distanze si accorciassero e a poco a poco ho tolto la mia armatura, accettando il rischio di scoprire le mie debolezze.

Ho scoperto il potere terapeutico delle parole dette con grazia, dell'aroma del cioccolato, delle caramelle gommosi e di un caffè in compagnia.

Ho incrociato sguardi e abbracciato per caso, mi sono seduta a gambe incrociate.

Ho messo da parte il camice e ho capito quale fosse la mia strada.

Per tutto questo: grazie, vi voglio bene.

Kati





# É metù da na man la Telara

de Katinscia Trottnier

Scrìver l'è n'èrt e, per chest, ge volessa la prateghèr a na vida regolèra per no perder la capacità e ence per coltivèr chel pàbol per l'èmena a chel che duc nos aon, amò, mingol de derit: noscia cultura.

Purampò l'è egn che no scrìve zeche da mie che no sibie n'articol scientifich stufegol, donca ve pree perdonanza per mia pecia fantasia e per l' lengaz, che no l' sarà spediènt desche chel di libres che lejede per solit.

M'è stat domanà de meter sul papier emozions, recorc. Segur no l'è zeche da nef per me: siere na picola beza canche é orì mie prum diarie e é tacà a ge scrìver ite ogne sera chel che me era sozedù via per l' dì. Ma chest'outa cogne bele zeder, fèr n'vèrch più inant e ge orir mie cher a zachei che no sibie la gé da ades o chela picola gé de la contìes che me enventèe da beza.

A mi no me sà bel me trèr ite la telara da dotor, descheche arede podù veder. Più bolintiera me sente jù via per jabas co la giames encrojèdes, me cuce jù apede chi che me reiona, scoute delvers per entener ogne sfumadura de la oujes, semper desvalives. Me sà bel se vardèr ti eies, me pièsc la aices e i braciacoì dac senza rejon.

Ma soraldut a mi no me pièsc la encèries stabilides. Chi che me cognosc i sà che é tema de doi robes più che dut: l' son de mie inom dut entrìech e l' titol de dotora.

Ma chest no l'è n'ospedèl, l'è na cèsa.

E te na cèsa i eies i lumenea co la lum del fech e di recorc e la mans les é ciaudes canche les se strenc, e la encèries stabilides no les à rejon de esser. L'è na cèsa e coscita la cogn'esser vivuda, e coscita é proà ence gé a la viver, fin che mie cher l' me à dat l' met de l' fèr.







No son stata n dottor descheche se l conscidra per solit. É cicolà trop e vijità pech e é semper preferì la paroles a la medejines. É chierì, per chel che é podù, de no sforzèr l destin, de azetèr i evenc naturèi, de compagnèr mi pazienc olache i aea da jir, che sibie stat la varijon o la mort.

Te chisc meisc é cognù conviver col padiment de chi che aee dintorn, saan de no poder semper ge l fèr passèr, o senoauter de poder ge fèr passèr demò l padiment del corp. É cognù endesfidèr la solentum, la deboleza, la pourea de omegn e femenes rué a la fin de sia vita, vèlch outa n muie inant co l'età, vèlch outa demò n muie malé.

É arvejinà mia oreia a la bocia de chi che me rejonèa con ousc fiégola, é cigà per me fèr sentir da oreies mingol sordes.

Me é arvejinà e é lascià che i me arvejinasse e, mingol a l'outa, m'è tirà fora mia armadura e é azetà l risech de palesèr mia debolezes.

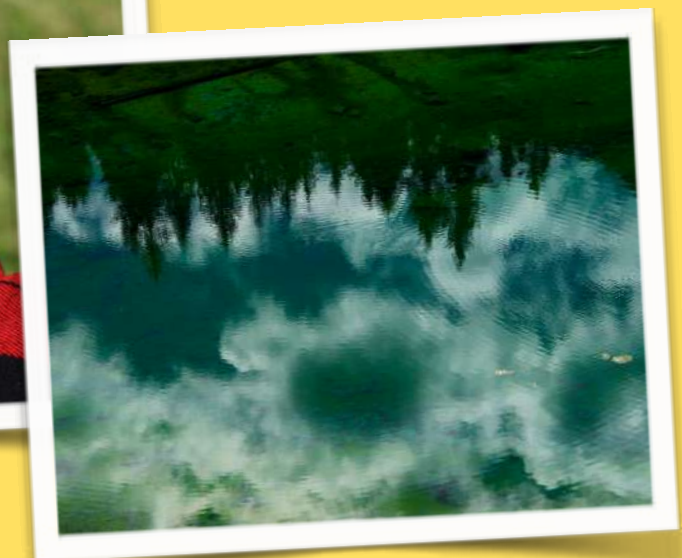
É descori l poder de varir che à la paroles dites con grazia, l gust de la ciocolata, di bombi gomousc e de n bon café beù ensema.

É encrojà veièdes e dat braciacoì zenza rejon, me é sentà jù via per jabas co la giames encrojèdes.

É metù da na man la telara da dottor e é entenù coluna che l'era mia strèda.

Per dut chest: Develpai, ve voi ben.

Kati





## ...E Adesso?...Dove sei diretta?

*di Jessica Vinante*

Era da tanto tempo che non prendevo la penna in mano per scrivere, non è stato facile. Da bambina sognavo di fare la scrittrice, e poi il labirinto di strade della vita mi ha messo davanti a scelte diverse, che mi hanno portata ad essere infermiera oggi...se non lo fossi non starei scrivendo questo articolo. Se non lo fossi, non avrei conosciuto la Ciasa de Paussa e tutto ciò che la circonda e ne fa parte. Questo è stato il mio primo lavoro, e come tutti i primi lavori, o semplicemente tutti i lavori, non è stato sempre facile. Ci sono stati turni difficili, lunghi, pesanti. Per le prime volte mi sono dovuta confrontare da vicino con la morte, con il dolore, a volte con la solitudine, ho dovuto gestire criticità, prendere decisioni difficili. All'inizio ho dovuto interpretare parole che non capivo ("ciao bela beza"... "ma è un insulto?" Ho pensato, no, non lo era!).

Ma tutti i momenti difficili sono stati assolutamente ripagati e superati da tutto il resto: ho avuto la fortuna di lavorare con un'equipe meravigliosa: medici, da cui si poteva solo imparare e con cui si è sempre creata una collaborazione speciale, alcuni operatori ammirevoli, colleghe sia in ufficio che in animazione che sono splendide, brillanti, divertenti, sempre pronte ad offrirti il loro aiuto, tutte le altre professioniste con la P maiuscola, che lavorano sempre al massimo, con tutto il loro cuore e simpatia. Si sa, in un gruppo non è sempre facile andare ed essere sempre perfettamente d'accordo, ma quando si ha un obiettivo comune diventa più facile. Cito in particolare le mie colleghe infermiere, forse sarò imparziale, ma sono state tutte incredibilmente uniche, un gruppo di persone che per quanto difficile sia stata la situazione sono sempre state presenti, mi hanno insegnato tanto, sono sempre state capaci di supportarmi e aiutarmi, creando un'armonia nel gruppo difficile da trovare. A loro, grazie. Agli/le infermieri/e che verranno, se lavorate con passione sappiate che sarà un'avventura che non si dimentica. Spero di non essere stata troppo sentimentale, non fa parte di me, ero solo ispirata! Sono sempre entrata in struttura "a cuor leggero", in quanto, malgrado un turno potesse diventare infinitamente pesante, ero forte di tutte le consapevolezza di cui ho parlato prima.







Ma ho lasciato il meglio alla fine, perché, oltre, anzi, insieme a tutte le persone splendide con cui ho lavorato e che sono sempre state motivo di rassicurazione, coloro che lo sono stato altrettanto sono loro: i Nonni della casa di riposo. In quasi quattro anni ho conosciuto tantissime persone, che saranno davvero difficili da dimenticare. Mi sono immersa nei loro racconti, nelle loro vite, passate e presenti, ho vissuto i loro ricordi, conosciuto l'amore

sconfinato di alcune famiglie, le risate che si possono fare anche a cent'anni. Sono le persone che ogni giorno mi hanno fatto ridere, pensare, che mi hanno regalato perle di saggezza, canzoni, sorrisi. Che si sono fatte amare semplicemente essendo loro.

Ma si sa, a volte nella vita si devono prendere strade diverse, che ci allontanano da un posto anche se lo abbiamo amato. Come chiede sempre una delle persone più sagge che ho conosciuto lì dentro: "e adesso dove sei diretta?", "avanti Alma".

E' stata un'esperienza che non scambierei per nulla al mondo, per un po' di tempo della mia vita, la Ciasa de Pausa è stata anche casa mia.





## ...E Ades?...Olà vaste?

de Jessica Vinante

L'era da anorum che no tolee na pena per scriver, no l'é stat sorì. Canche ere beza me pissè che da grana aesse fat la scritora, e dapò la sacotanta strèdes che me é troà dedant les me à fat tor dezijions desvalives coscita che son doventèda na infermiera... e se no la fossa jita coscita ades no fosse chiò a scriver chest articol, no aesse cognosciù la Ciasa de Paussa e dut chel che l'é dintorn e che n fèsc pèrt.

Chest l'é stat mie prum luirer e, desche sozet ti prumes lurieres, o aboncont te duc i lurieres no l'é stat semper sorì. L'era oraries de lurier

senestres, lonc e sfadiusc. La pruma outes é cognù me confrontèr visavi co la mort, col dolor, vèlch outa da soula é cognù gestir problemes, tor dezijions senestres. Tel scomenz é cognù me emparèr e cognoscer paroles che no entenee ("ciao bela beza" "ma me enjuriei?" "me é pissà, na, nia de dut chest!").

Ma duc i momenc senestres i é stac paé fora e desmentié: é abù la fortuna de lurèr con n grop maraveous: dotores, da chi che é podù semper emparèr e con chi che l'é stat metù en esser na colaborazion spezièla, vèlch un operador

dassen da stimèr, coleghes tant te ofize che delaite del lurier de l'animazion maraveousc, paruscenc, gustegoi, semper a la leta per te didèr, duta la outra profesionistes con la letra P grana, che les laora sempre con gran dedizion con fon sentiment e simpatia. Bensegur che delaite de n grop no l'é semper sorì jir dacort ma canche l'obietif l'é medemo per duc, dut doventa più sorì.





N pensier particulèr per mie coleghes infermieres, fosc no son trop obietiva, ma ogne una de eles la é stada preziosa, un grop de persones che se benence la situazion la era senestra l'é stat bon de esser, e tel moment del besegn, é emparà trop da chesta persones, che me à semper didà, fajan vegnir fora na bela armonia delaite del grop che no l'é semper sorì aer la fortuna de troèr. N fon talpai a eles. A la/ai infermieres che ruarà voi ge dir che se lurarède con gaissa sarà n'esperienza che no desmetiarede. Spere de no esser stada massa sentimentala, no l'é te mie esser, ma chest l'é chel che é tel cher.



Son semper jita a lurèr te Cèsa de Paussa “zenza cruzies” ajache, enceben che mie oraries aessa podù doventèr sfadiusc, saee che aesse semper troà chela segurezes che é rejonà dant.

Ma é lascià la pèrt più bela per ùltima, percheche, estra che duta chela persones maraveuses con cheles che é lurà e che les é semper n pont de referiment, chi che l'é ence te mie cher l'é ic, i Giaves de la ciasa de paussa. Te béleche cater egn de lurier é cognosciù sacotanta persones che no desmentiaré. Me é lascià ciapèr ite da sie recorc, dal sentiment fon de vèlch familia, da la grignèdes che se pel se fèr ence de cent egn. L'é chela persones che ogne di les me à fat grignèr, pissèr, che les me à passà ensgnamenc sèvies, cianzons, grignoc. Che ge é volù ben demò percheche les era eles.



Ma purampò te la vita vèlch outa ge vel tor de outra strèdes, che les ne slontana da n post enceben che no volassane. E descheche domana semper una de la persones più savie che é cognosciù laite ”e ades olà vèste?”, “semper inant Alma”.

L'é stat na esperienza che no baratasse con nia, per n trat de mia vita la Ciasa de Paussa l'é stat ence cèsa mia.



## Correva l'anno 2014

*di Alessia Daprà*

Correva l'anno 2014, era il primo giorno del mese di dicembre... e io varcavo le soglie della porta di ingresso dell'APSP di Fassa come direttrice... da allora sono passati quasi cinque anni e da alcuni mesi non varco più quotidianamente le porte della Ciasa de Paussa. Un treno della vita è passato e io sono salita perché come si dice "i treni della vita vanno guidati e non aspettati...".



Una proposta lavorativa vicino a casa e dunque un riavvicinarsi alla famiglia ma anche un cambio di lavoro radicale, un passaggio generazionale all'indietro, un sogno dentro al cassetto che improvvisamente si materializza...tornare a scuola, questa volta come insegnante.

I miei cinque anni di lavoro alla Ciasa de Paussa sono stati però un capitolo importante della mia vita sia da un punto di vista personale che professionale.

Senza voler essere scontata o patetica, sono stati cinque anni impegnativi sotto tutti i punti di vista, non sono mancati i pensieri, le responsabilità, i momenti di difficoltà ma anche le soddisfazioni e le cose positive.

Quando sono arrivata non era un bel momento... ma è passato.

In cinque anni ho conosciuto tante persone che si sono avvicendate in ruoli e posizioni diversi, una sorta di girandola a volte troppo veloce, tante situazioni non sempre semplici o leggere, tanta umanità...e questo è quello che più mi rimane.





Ho avuto modo di lavorare con un team giovane, in termini anagrafici o professionali ma motivato, a partire da un Consiglio di Amministrazione alla prima esperienza, coadiuvato da quelle che io definisco “colonne” portanti della Ciasa de Paussa, che hanno nei confronti dell’ente uno spirito di affezione autentico e vero e insieme siamo cresciuti, abbiamo viaggiato per mari e monti, con il bello e il brutto tempo.

Mi guardo indietro e vedo tanti passi avanti... e sono soddisfatta.

Ringrazio chi mi è stato a fianco e mi ha supportato e “sopportato” in questa esperienza professionale ed umana e porto con me ora nel mio nuovo ruolo di insegnante la saggezza che la terza età sa donare, il tempo lento della riflessione che si contrappone e calibra l’impulsività e l’irruenza della giovinezza, la gioia delle piccole cose che non è più del nostro tempo e che si legge ancora negli occhi dei nostri anziani che in alcune occasioni tornano quasi bambini, la potenza della fragilità che entra dentro e scatena tante emozioni, il sorriso gentile e velato di tanti occhi a volte stanchi che si contrappone allo sguardo vivace dei ragazzi, il mondo particolare di chi si stacca dalla realtà, la malattia, il saluto e il silenzio che riempie senza parole... così distante dalle risate chiassose di una ricreazione che sembra non avere mai fine.

Credo che il mio percorso, un po’ all’incontrario, mi aiuterà a leggere e capire in modo diverso le fasi della vita e di questo sono grata.

Alla Ciasa de Paussa auguro di divenire sempre più un punto di riferimento per la gente della Valle di Fassa, di essere “casa” prima che A.P.S.P. nella convinzione che questo sia l’obiettivo più importante da raggiungere.

Con affetto.





## L'era del 2014

de Alessia Daprà

L'era del 2014, l prum dì del meis de dezember... e gé jie ite per usc maester de la Cèsa de Paussa de Fascia desche diretora. Da enlouta l'é passà cinch egn e da dotrei meis en ca no passe più ite per usc de la Cèsa de Paussa.

L'é passà na ferata de la vita e gé son montèda sù percheche, descheche se disc, “la ferates de la vita se cogn les vidèr, no les spetèr...”.

Na proponeta de lurier apede cèsa e, donca, n se arvejinèr da nef a la familia, ma ence n mudament definitiv de lurier, n passaje generazionèl che jia de return, n ensomech te crigna che dut te n colp l doventèa reèl... jir de return a scola, chest'outa desche insegnanta.

Perauter i cinch egn de lurier te Cèsa de Paussa l'é stat n capitol emportant de mia vita, tant dal pont de veduda personèl che profesionèl.

No voi dir robes banales o patetiches, l'é stat cinch egn de gran empegn da duc i ponc de veduda. No l'é mencià i pensieres, la responsabilitèdes, i momenc senestres, ma ence la sodesfazioms e la robes positives.

Canche son ruèda no l'era n bon moment, ma ampò l'é passà.

Te chisc cinch egn é cognosciù tropa persones che se à enterzà te funzioms e posizioms desvalives, na sort de risola che vèlch outa la é jita massa debel, n grum de situazioms no semper sorides o lijieres, na gran umanità... e chest l'é chel che m'é restà più che dut.

É abù l met de lurèr con n grop joen, dal pont

de veduda anagrafich o profesionèl, ma n muie enjignà, didà da cheles

che gé chame la “colones” che tegn sù la Cèsa de Paussa, che les à ti confronc de chest ent n spirit de devozion autentich e reèl e, ensema, sion doventé gregn, aon viajà per mères e monc, col bon e col catif temp.

Vèrde endò e veide sacotenc vèresc inant... e son contenta.



N gran Develpai a chi che i me é stac apede e che me à didà e soportà te chesta esperiença profesionèla e umèna; ades te mie nef lurier de insegnanta me tole dò l ferstont che dèsc la terza età, l temp de la reflescion che l va pian e che l se met de contra e l balanza l'esser sobitous e la gaissa de la joentù, l content per la picola robes che aldidanché no l'é piú e che se lec amò ti eies de nesc veies, che vèlch outa i doventa endò bec, la forza de l'esser deboi che la te rua daite e la soscedea de gran emozions, l grignot gentil e velà de sacotenc de eies, vèlch outa stencé, de contra a la veieda feruscola di joenec, l mond particulèr de chi che se destaca da la realtà, la malatìa, l salut e l'acort che l'empienesc senza paroles... coscita dalonc da la grignèdes e dai ac endèna la paussa anter la leziions, che somea che no la fenesce auter.

Cree che mie percors, mingol a la reversa, l me didarà a lejer e a entener a na vida desvaliva i momenc de la vita e per chest reingrazie.

A la Cèsa de Paussa ge augure de doventèr tras de piú n pont de referiment per la jent de Fascia, de esser "cèsa" dant che A.P.S.P., co la convinzion che chest sie l maor obietif da arjonjer.

N salut dal cher





# Tutto è iniziato nel 2018

*di Silvia Nessi*

Come logopedista mi sono trovata più volte a confrontarmi con le famiglie e i miei pazienti sul cibo. Ma non solo per gli aspetti della nutrizione...Quello che ho sempre maggiormente sentito è la loro esigenza di essere rispettati nell'ambito spirituale ed edonistico...

Questo vuol dire rispetto per i propri gusti, le proprie tradizioni, la propria religione: insomma sentono il bisogno di provare piacere nel mangiare. Spesso questi aspetti si scontrano con la necessità di adattare la dieta ai problemi di deglutizione o di masticazione.

Insieme al servizio di Animazione e alla Presidente abbiamo quindi deciso di provare a coinvolgere l'associazione cuochi di Fassa: si sono resi subito disponibili dimostrando un grande amore per la nostra struttura e i loro "vecchi" che vi abitano.

Nel 2018 abbiamo pensato di stimolare la popolazione in una competizione culinaria, ma abbiamo fallito: le persone, ci dicevano, non erano in grado di ideare un piatto per disfagici...

Abbiamo osato troppo.

Ma non ci siamo arresi...



Nel 2019 abbiamo deciso di riprovarci, anzi abbiamo ricominciato a provarci...

Questo autunno abbiamo proposto una formazione gratuita ai cuochi dell'associazione della Val di Fassa sulla disfagia, a cui hanno partecipato con nostra grande gioia.

Durante questo incontro abbiamo pensato a progetto futuro, da costruire insieme. L'obiettivo è quello di creare insieme un ricettario e rielaborare la cucina della tradizione Fassana per permettere a tutti di rigustare piatti e sapori che li riportino alla loro vita "prima" e alla loro infanzia.

In questo modo si potrebbe anche creare uno strumento per fornire al "turista con problemi di deglutizione" una offerta che gli permetta di "gustare" al meglio il soggiorno. Speriamo di creare quindi un turismo maggiormente solidale e fruibile da sempre più persone. Uno scambio proficuo fra APSP e esperti di cucina...

Speriamo poi di poter condividere il tutto con la comunità, creando momenti di formazione per le famiglie che lo necessitano. Il nostro vuole essere un piccolo passo per creare una forte amicizia con il territorio e la sua vocazione turistica: un territorio votato all'ospitalità e allo scambio di mille culture. Un territorio meraviglioso, tutto da gustare, anche se disfagico.

## Dut l'é scomenzà del 2018.

de Silvia Nessi

Desche logopedista m'é troà bendeché a me confrontèr co la families e con mi pazienc dintornvìa l'empurtanza de la magnadiva. No pa demò per chel che vèrda i aspec nutrizionèi: chel che é semper sentù desche n besegn l'é chel de esser respeté dal pont de veduda spirituèl e edonistich.

Chest vel dir ence respet per i guscé, la tradizions, la religion de ogneùn: tinultima duc sent l besegn de magnèr con gust.

Da spes chisc aspec no i se corda col besegn de adatèr la dieta al problem de engiotir o de zachèr la magnadiva.

A una col servije de Animazion e co la Presidenta aon dezedù, donca, de proèr a tor ite la sociazion di Cheghes de Fascia: i se à metù subito a la leta desmostran n gran amor per noscia strutura e per i veiac che stès laite.

Del 2018 aon proà ence a soscedèr la jent con na garejèda de cojina, ma no sion stac bogn: la persones ne dijea che no les era enjgnèdes per se pissèr n piat per chi che stenta a engiotir. Se aane spent massa inant.

Ma no aon pa zedù.

Del 2019 aon dezedù de proèr endò e coscita aon endò tacà a se pissèr...

Chest uton ge aon metù dant ai Cheghes de Fascia n cors de formazion per nia per emparèr a ge enjgnèr speises a chi che stenta a engiotir, a chel che i à tout pèr, e sion stac en muie contenc. Endèna chesta scontrèda aon lurà fora n projet per l davegnir, da meter a jir ensema.

L'obietif l'é chel de enjgnèr ensema n rezetèr coi piac de la tradizion Fascèna luré fora a na moda da ge dèr l met a duc de poder endò magnèr speises e sentir saores che i li porte de retorn a sia vita "da dant" e a canche i era bec.

Se podessa coscita meter a la leta ence n strument che ge dae l met ai turiscé che stenta a engiotir de poder se goder sia sojornanza te Fascia da duc i ponc de veduda.

Nosc pensier l'é chel de dèr n contribut ence per n turism più solidar, out a n numer semper maor de persones.

N barat percacent anter la Cèsa de Pausa e i esperc de cojina.

Dapò speron de poder spartir chesta scomenzadiva con duta la comunanza, ence col meter a jir momenc de formazion per la families che à de besegn.

L nosc vel esser bele n picol vèrech per envièr via na amizizia forta col teritorie e con sia vocazion turistica: n teritorie che se aur ai ghesé e al barat de sacotanta cultures. N teritorie maraveous, dut da "cercèr", ence se se stenta a engiotir.







Soglia come uscio, uscio come uscire, come lasciarsi andare. Come andare incontro a ciò che succede. Le porte esistono soprattutto per essere aperte, per accogliere e lasciare entrare la luce, il vento, gli altri. Noi.

(Andrea Marcolongo)

di Serena Pederiva

## Una porta...



Una porta...è così difficile aprire una porta? Pensandoci...in un primo momento verrebbe da dire no...ma poi...dipende da che porta è...Una porta grande o piccola piccola? Con una chiave difficile da girare o senza serratura? Mah...

La nostra per esempio è una di quelle porte di ingresso, molto difficili da varcare, nonostante sia sempre aperta. Si fatica ad entrarci forse per una questione di rispetto, o forse per poca conoscenza...Effettivamente il varcare una soglia è sempre difficile, perché nel momento in cui si entra, non si sa mai cosa si trova; pensandoci potrebbe essere paura della novità? Ma la porta va anche aperta da chi sta dentro, permettendo di far uscire quello che c'è all'interno, ma anche qui non è poi così semplice: aprirsi al territorio significa mostrarsi per ciò che si è, sia nei momenti belli, ma anche in quelli difficili correndo magari anche il rischio di essere criticati.

Anche in questo caso possiamo parlare di paura?

La risposta a queste domande in questi anni è sempre stata che forse la nostra è una struttura nuova, che forse l'esterno non sa esattamente chi siamo...ma ormai pensandoci, gli anni sono passati...sono già sedici e non siamo più così nuovi, anche se sempre giovani e a volte inesperti.

In questi anni abbiamo provato tante strade per farci conoscere, sono state organizzate tante iniziative, ma è sempre mancato qualcosa, qualcosa di nuovo e di diverso dal solito, e sempre quel dubbio sul perché di tanta difficoltà nell'aprirsi. Ma non siamo una casa che si abbatte, siamo coraggiosi e creativi...forse non bisogna stare solo ad aspettare ma dobbiamo farci conoscere e far capire al territorio che siamo una casa come un'altra, certamente un pochino più grande, con altre misure, fatta di tante persone...diciamo pure una famiglia...quella che si chiama famiglia non tradizionale. Sì, famiglia in tutti i sensi, dove ci sono momenti belli e meno belli, dove le difficoltà sono all'ordine del giorno, soprattutto in questo 2019, dove ci sono state tante partenze e pochi arrivi, dove non sempre si è tutti d'accordo, ma dove tutti insieme si va avanti, dove basta uno sguardo per capire tutto.



E quella porta così difficile da aprire e quella soglia così difficile da varcare?

Ecco, ci siamo dati da fare, perché sia meno difficile per il territorio entrare, e per noi, sia sempre più semplice uscire.

Perché se è difficile entrare...anche uscire non è poi così banale...anzi. Per andare al bar a bere un caffè...per andare in un negozio...per andare al ristorante, quante sudate, ma riuscirci è sempre un gran traguardo ed una gran soddisfazione! Incontrare le persone, per fare due chiacchiere, raccontarsi come eravamo e come siamo diventati, beh...non ha prezzo.

Abbiamo deciso, o forse è capitato per caso, di incontrare persone nuove, che inaspettatamente anche solo per una giornata, o anche solo per un quarto d'ora sono diventate parte di questa famiglia e alle quali sicuramente abbiamo lasciato qualcosa nel cuore.

E poi far entrare da quella porta tutte le età...un sogno...che quest'anno abbiamo quasi realizzato: dai bambini delle elementari, ai gruppi di volontariato e associazioni, un via vai di gente che ha colorato le nostre giornate.

Siamo diventati camaleontici: abbiamo trasformato il nostro salone in una pista da ballo, dove le Schuplatterinnen ci hanno fatto divertire con i loro salti e balli, e dove il gruppo Les Etoiles ci ha fatto sognare immaginando di essere in una di quelle sale da ballo d'altri tempi. Siamo diventati un teatro, ospitando i ragazzi di Circensema, con le loro evoluzioni ed equilibrismi; un gruppo stravagante ed eterogeneo ci ha fatto ridere portando in scena un racconto delle nostre Valli, facendoci ricordare luoghi, tradizioni in un modo alternativo. Abbiamo ospitato per il secondo anno la scena di un assassinio...FINTO!!!...dove per la seconda volta il territorio ha risposto più che positivamente al nostro invito di partecipare alla cena con delitto.

Un palco dove ospitare cori, bande, gruppi musicali per farci rivivere i tempi passati, quando in gruppo si cantava e si suonava insieme.

Al giovedì diventiamo luogo di incontro per chi desidera una pausa caffè tranquilla ed alternativa: insieme ai ragazzi del progetto Per.La. apriamo il nostro bar, il Barlum, dal quale escono aroma di caffè, profumo di biscotti e chiacchiere da bar!

Beh...forse a questo punto...quella soglia non è più così difficile da varcare!

Il sogno più grande? Far sì che questa casa si trasformi in un punto di incontro, dove le persone passano per un saluto, si fermano per ascoltare racconti, per tenere una mano, e perché no per stare in silenzio insieme.





## N usc...

Seva desche usc, usc  
desche se n jir, desche se  
lascèr jir. Desche jir  
envers chel che sozet, i  
ujes i é soraldut percheche  
se posse i orir, per tor  
dant e fèr vegnir ite la lum,  
l vent, i etres. Nos.

(Andrea Marcolongo)

de Serena Pederiva



Un usc... el coscita senester da orir? ... timpruma vegnissa da dir  
de no.. ma dó... ge vel veder che usc che l'é...

Un usc gran o picol? Co na chièf senestra da sirèr o zenza seradura? Mah...

Chel nosc, per ejempie, l'é un de chi ujes maestres, n muie senestres da passèr fora enceben che l sie semper orì. Se stenta a passèr, fosc per na costion de respet, o fosc percheche no se cognosc... bensegur passèr na seva l'é semper senester, percheche canche te l'ès passèda no te sès che che te troes, podessa esser ence poua de la neves? Ma un usc l cogn vegnir ence orì da chi che l'é daite, per lascèr jir fora chel che l'é daite, ma ence te chest cajo no l'é nia de sorì: se orir al teritorie vel dir se moscèr per chel che se é, tant ti momenc bie che te chi senestres col risech de esser criticché. Ence te chest cajo se pelev rejonèr de poua?

La responeta a chesta domanes te chisc egn l'é semper stat che fosc chela noscia l'é na struttura neva e che fosc chi delefora no sà chi che sion ... ma encomai i egn i é passé... i é seidesc e no sion più coscita neves, ence se semper joegn e vèlch outa con pecia esperienza.

Te chisc egn aon proà desvaliva vides per se fèr cognoscer, l'é stat endrezà sacotanta scomenzadives, ma l'é semper mencià zeche, vèlch da nef, da desvalif e semper con chela domani en cont de la fadia a se orir ai etres.

Ma no sion na cèsa con jent che se peta jù, che no à coraje e gaissa... fosc no ge vel spetèr demò, ma ge vel se fèr cognoscer e ge fèr entener a duc che sion, na cèsa desche n'otra, bensegur mingol più grana, con mesures desvalives che zenza, metuda adum da sacotanta persones ... se pel dir na familia .... A chela che ge vegn dit familia no tradizionèla.

Bensegur, familia en dut e per dut, olache l'é momenc bie e manco bie, olache no mencia la dificoltàdes , soraldut endèna chest 2019, olache l'é se n jit sacotanta persones e peces les é ruèdes, olache no semper se é duc a una, ma olache duc ensema se vèrda inant, olache bèsta nia per entener dut.

E chel usc coscita senester da orir e chela seva coscita senestra da passèr?

Embendapò se aon dat da fèr, percheche l teritorie posse ite più sorì e percheche nos fossassane bogn de jir fora a n a vida scempia.

Ajache se l'é senester vegnir ite.... ence jir fora no l'é subito fat... Per jir al bar a se beiver n café ... per jir te na boteiga... per jir al restaurant, che fadies, ma esser bogn l'é semper n zil emportant e na gran sodesfazion! Scontrèr jent, per se fèr doi ciacoles, recordèr coche eraane e coche sion doventé... beh... no se pel l calculèr.

Aon dezidù, o fosc l'é sozedù per cajo, de scontrèr persones neves, che zenza voler e ence demò per na dì , o ence demò per n chèrt de ora les é doventèdes pèrt de chesta familia e a cheles che de segur ge é restà vèlch tel cher.

E dapò fèr vegnir ite da chel usc jent de ogne età... vèlch da no creer... ma che chest an sion stac bogn de fèr: l'é ruà i bec de la populères, i gropes de volontariat e sociazions, sacotanta jent che à viventà noscia giornèdes.

Sion doventé desche i camalonc, bogn de mudèr: noscia sala grana la é doventèda na sala per balèr, olache la Schuplatteerrinnen l'é ne à fat goder con sie sauc e bai, olache l grop Les Etoiles l ne à fat pissèr de esser te una de chela sales da bal da marevea.

Sion doventé ence teater olache i joegn de Circensema, n grop foradeanter e metù adum da jent desvaliva, tras sia evoluzions e jeghes de balanzament i ne à fat grignèr ne contan de noscia valèdes, recordan lesc e tradizions a na

vida deldut particulèra. Aon tout dant per per l secondo an, na scena de n sassin... FAUS!!! ...olache per la seconda outa la jent de Fascia à tout pèrt con gran gaissa a la cena col sassin.

Na paladina olache ge é stat dat lèrga a cores, museghes, gropes de musega che ne à fat viver da nef i egn passé ciantan e sonan duc ensema.

De jebia doventon n lech olache chi che vel pel se scontrèr a se beiver n café: dessema coi joegn del projet Per.La orion nosc Bar, l Barlum, da olache vegn fora n bon parfum de café, de pastines e olache se pel sentir ciacolèr!

Beh... fosc ades chesta seva no la é più coscita senestra da passèr!

L'ensomech più gran? Fèr a na vida che chesta cèsa dovente n lech per se scontrèr, olache la persones les passa per fèr n salut, les se ferma a scutèr stories, a ge tegnir la man e perché pa no, per stèr ensema te l'acort!





La rubrica del cuore è una pagina dedicata ai pensieri di chi vuole esprimere vicinanza, affetto e sostegno a persone considerate “speciali” per i nostri amici che frequentano il servizio di animazione della Casa di Riposo.

## La Vita è...

di *Andrea Costa*

Bellissima quando è pienamente vissuta;

Per chi è credente in Dio un insegnamento;

Dai alla giornata la possibilità di essere la  
più bella della tua vita;

Vivi e lascia vivere;

La vita insegna a non mollare mai;



E' una possibilità unica che merita di  
essere vissuta;

Mi ha portato tanti dolori ma anche tanti sorrisi;

E' un alito di vento;

E' un attimo...non lasciartelo sfuggire;

C'è una felicità nella vita...amare ed essere  
amati.





**La rubrica del cher l'é na piata dedichèda ai pensieres de chi che vel palesèr vejinanza, afet e sostegn a persones conscidrèdes "spezièles" per nesc amisc che tol pèrt al servije de animazion de la Ciasa de Paussa.**

## La Vita l'é...

de Andrea Costa

Maraveousa canche la vegn vivuda deldut;

Per chi che cree tel Segnoredìe l'é n insegnament;

Dàge l met a chesta dì de esser la più bela de tia vita;

Vif e lascia viver;

La vita la ensegna a no zeder mai;



L'é na possibilità unica che la merita de vegnir vivuda;

La me à portà n muie de padiment ma ence n muie de grignèdes;

L'é n sgorle de vent;

L'é n moment .... no lascèr che l te sciampe;

L'é na felizità te la vita... amèr e esser amé.





# RUGHE

di Emanuela Montrasio

Ho le rughe.

Mi sono guardata allo specchio e ho scoperto di avere molte rughe, intorno agli occhi, alla bocca, sulla fronte.

Ho le rughe perché ho avuto amici, e abbiamo riso, abbiamo riso tanto, fino alle lacrime.

E ho conosciuto l'amore, che mi ha fatto strizzare gli occhi di gioia.

Ho le rughe perché ho avuto dei figli, e mi sono preoccupata per loro fin dal concepimento, e ho sorriso a ogni loro nuova scoperta e ho passato notti a cullarli.

E poi ho pianto. Ho pianto per le persone che ho amato e che sono andate via, per poco tempo o per sempre oppure senza sapere il perché.

Ho vegliato, trascorso ore insonni per progetti andati bene, andati male, mai partiti, per la febbre dei bambini, per leggere un libro o fare l'amore.



Ho visto posti splendidi, nuovi, che mi hanno fatto aprire la bocca stupita, e rivisto i posti vecchi, antichi, che mi hanno fatto commuovere.

Dentro a ogni solco sul mio viso, sul mio corpo, si nasconde la mia storia, le emozioni che ho vissuto, la mia bellezza più intima e se cancellassi questo, cancellerei me stessa.

Ogni ruga è un aneddoto della mia vita, un battito del mio cuore, è l'album fotografico dei miei ricordi più importanti.

- Chiara Ferraris -



# FIZES

de Emanuela Montrasio

É la fizes.

M'é vardà te spieie e é vedù che é n muion de fizes: dintorn i eies, dintorn la bocia, sul vis.

É la fizes percheche é abù amisc e se aon grignà, se aon grignà n muie, sci tant da vaèr. E é cognosciù l'amor, che l me à fat struchèr i eies dal content.

É la fizes percheche é abù fies e m'é cruzià per ic da canche é sapù che spetèe, e m'é fat n grignot ogne outa che i à descori zeche, e m'é passà la nets a i nanèr.

E é vaà. É vaà per la persones che é amà e che les é se n jites, per n trat de temp o per semper, opuramenter senza saer l perché.

É veia, é passà nets senza dormir per projec jic delvers, jic malamenter, mai scomenzé, per la fiora di bec, per lejer n liber o per fèr l'amor.



É vedù lesc maraveousc, neves, che me à fat restèr co la bocia orida, e son jita de retorn te lesc veies, veiores, che i me à fat slegremèr.

Te ogne solch sun mie mus, sun mie corp, se scon mia storia, la emozions che é vivù, mia beleza più sconeta e se descancelasse chest tant, me descancelasse ence me.

Ogne fiza l'é la contia de n tòch de mia vita, mie cher che pumpenea, l'é l'album fotografich de mi recorc più emportanc.

- Chiara Ferraris -





# APEDE TE

*dei Volontari in Cure Palliative*

In un'introduzione bisognerebbe spiegare cosa si sta per scrivere, in questo caso bisognerebbe introdurre un gruppo di persone che dopo un corso di formazione ha deciso di donare il proprio tempo a chi è alla fine del percorso di vita. Ma le parole che seguono spiegano esaustivamente, stati d'animo, tristezze e gioie di volontari dal cuore grande.

Faccio la volontaria nell'azienda per i servizi alla persona, sento che è un impegno che ti ricambia con la gioia di far parte di questa umanità. Ringrazio tutti. A.S.

Volontario è voler bene alla propria gente. E' stare con loro nel bene e nei momenti difficili, è un dare, ma è anche un ricevere molto. Il volontario dona quello che ha di più caro, il suo tempo, e ci si arricchisce reciprocamente.

La solitudine può colpire tutti e il soggetto più debole subisce e soffre di più.

Una mano aiuta l'altra vuol dire, allontanare la paura e aprire il proprio cuore a chi ci sta accanto.

E la solitudine si trasforma in attesa, amicizia, empatia, rispetto, voglia di fare, voglia di raccontarci, voglia di confrontarci. Insomma aiutiamoci..io e te.

Buon Natale. L.C.

Negli ultimi anni mi sono ritrovato a condividere con un grande amico la sua sofferenza causa malattia che purtroppo un paio di anni fa lo ha condotto alla morte.

In questi anni mi chiedevo cosa si può fare per cercare di accompagnare le persone con malattie incurabili ad un fine vita più sereno e dolce (per quanto questo sia possibile). Quando ho visto che veniva organizzato un corso su questa materia mi sono affrettato a cercare di conoscere qualcosa di più. Ora da un paio di anni svolgo volontariato in casa di riposo e ultimamente a domicilio.

Da questo servizio ricevo molto di più di quello che posso dare ed in particolare mi ha reso consapevole dei veri valori e delle priorità della vita; cercare di stare vicino a persone sole e ammalate che dalla vita non hanno più nulla di materiale da ricevere, se non dare e ricevere affetto, un sorriso, una parola, credo sia sempre più una priorità della nostra società viste le malattie incurabili che sono sempre più numerose.

Per cui spero che ci si avvicini a questa realtà senza paure in quanto il fine vita è semplicemente una fase della vita (come la nascita, l'adolescenza, ecc) che ha bisogno di un aiuto per viverla più serenamente possibile. C.C.

Regalare il proprio tempo a chi soffre non ha prezzo. Strappare un sorriso, fare una carezza, vedere il volto di una persona illuminarsi è la cosa che più mi riempie di gioia. Fare volontariato mi colma la vita e non mi sento mai sola. Dopo il verbo amare, il verbo aiutare è il più bello del mondo. Certo è che ricevi di più di quello che dai.

*“Chi nel cammino della vita ha acceso anche soltanto una fiaccola nell’ora buia di qualcuno non è vissuto invano (Madre Teresa di Calcutta)”*. R.C.



Posso solo dire che ormai sono passati due anni da quando frequento questa casa di riposo come volontario, anche se il mio tempo è sempre poco per motivi di lavoro ecc. Trovo sia molto interessante e costruttivo e inoltre credo che il volontario possa dare molto non solo come aiuto alla persona, ma anche come sostegno ai familiari e a tutti coloro che la circondano. Auguro un sereno buon Natale a voi tutti, grazie mille per quanto fate verso le persone portando un messaggio di speranza e di amore. F.P.

Riassumere in poche frasi gli anni che ho trascorso come volontaria, da quando questa casa è al servizio dei nostri anziani e ammalati è difficile, per le tante situazioni che ogni persona vive e serba nel suo cuore. Però in una frase si può dire tutto: Voler Bene e Condividere.

Quanti sorrisi sinceri mi attendono, quanti racconti farfugliati, anche qualche sfogo a volte. Con alcuni anche una preghiera in Cappella davanti al Buon Dio che tutto comprende e ripaga al centuplo. Il mio appuntamento settimanale mi è proprio prezioso, la passeggiata lungo il corridoio quando il cielo a volte è anche nuvoloso, le montagne, la neve adesso e i fiori in estate, sono un’occasione per rivivere assieme a loro ricordi di una vita, e sperare in un domani meno faticoso. E.Z.







Mi chiedono di stare accanto ad una signora ultra novantenne, è lontana da casa, non ha parenti stretti e ormai vuole solo lasciarsi morire: non ha più voglia di vivere. Mi accompagnano in camera a conoscere Teresa (è un nome di fantasia), ed in effetti la signora mi sembra molto abbattuta, triste, ogni tanto si lamenta sommessamente e alla mia domanda se vuole che ogni tanto venga a trovarla mi risponde: "se Lei vuole venga pure, tanto...". Incominciamo bene! Il giorno dopo mi presento in camera, siedo accanto al suo letto e mi informo su di lei: dove è nata, cosa ha fatto nella vita, se si è sposata, dove viveva prima di arrivare alla casa di riposo e così via.

Io le do del tu, per cercare di stabilire un rapporto più amichevole e confidenziale tra di noi. Teresa invece mi tratta col lei, con quella delicatezza e rispetto, tipico delle persone anziane di una volta.

"Io sono nata a G..." mi dice; "Ah! ma io conosco bene quel paese", rispondo, "mio zio è stato lì per quasi vent'anni e ci sono andato numerose volte a trovarli, sì perché con lui c'era anche sua sorella, mia zia." Teresa ora è molto interessata, mi chiede di aiutarla a mettersi seduta nel letto, di sistemarle i cuscini dietro la testa, di darle da bere. Poi inizia una inaspettata e incredibile trafila di: ti ricordi?, hai presente, ci sarà ancora? (ora anche Teresa mi dà del tu), chissà come sarà cambiata quella torretta in mezzo al paese, e quella casa che tutti chiamavano "La preson"... Oh quella è stata trasformata in un albergo! Poi le racconto della prima volta che ero stato a G.; avevo sette anni e passai tutta l'estate dagli zii; c'era un negozietto in paese e mia zia mi comperò un cappellino a visiera con la scritta in blu "W Coppi". "Pensa Teresa", le dico, "mi ricordo ancora che si chiamavano gli Ec...". "Gli Eccini", mi interrompe di botto e mi guarda con uno sguardo complice e compiaciuto. Le racconto di altri personaggi del paese, ma dice di non ricordare, perché era andata via da casa da giovane in Svizzera a lavorare, poi a Napoli dove si era sposata, a Roma fino al rientro in Trentino. "Lo sai", mi racconta, "la mia casa è chiusa da almeno trent'anni, già ai P..., non c'è più nessuno". La interrompo emozionato; "ma tu vivevi ai P...?" "Eh sì, lassù in montagna con mio padre e mia madre...". "ma lo sai Teresa che ero venuto lassù con mia zia? Ricordo che era una giornata afosa di agosto, una lunga camminata per un bambino di sette anni, però arrivati al maso siamo stati accolti in casa da una vecchietta (a sette anni tutti gli adulti sembrano vecchi), che ci ha offerto un bicchiere di lampone, che delizia, poi è arrivato un "vecchio" e mi ha offerto un piattino di miele con biscotti...". "Sempre mio padre", la voce di Teresa è un sussurro e trema, "a chi arrivava al maso offriva il miele delle nostre api...".

ora tra noi cala il silenzio, poi incrocio il suo sguardo e istintivamente ci stringiamo le mani. Naturalmente di lei io non mi ricordo, però lei sì, che la donna che stava in canonica ogni tanto veniva a trovarli. E' proprio vero che il mondo è piccolo ed i casi della vita a volte sono incredibili ed impensabili.

Ora devo andare, sono passate quasi due ore ed il tempo è volato. "Vieni ancora", mi dice Teresa e, mentre allungo la mano per salutarla, velocemente mi abbraccia, poi sussurra: "...scusami".

Esco quasi di corsa dalla camera perché mi è venuto un groppo in gola e mi vergono di far vedere una lacrima che luccica nei miei occhi. Andando verso casa, rimugino tra me e me: "No cara Teresa, come non vuoi vivere? No, no, ci racconteremo tante altre cose, vedrai ti farò cambiare idea. E' una promessa!"

Il giorno dopo vado in cantina a cercare un vecchio libro che parla dei casali, dei masi che scompaiono o sono ormai in rovina, si cita anche del maso di Teresa e così oggi voglio farglielo vedere, per rivivere di nuovo ricordi e immagini del tempo passato. Quando però arrivo in camera, Teresa è cambiata. Sonnacchia, ogni tanto si lamenta, risponde a monosillabi e quando le faccio vedere il libro scuote la testa, lo allontana e chiude ancora gli occhi. Rimango ancora un'ora ma nulla cambia. Così me ne vado, ripromettendomi di tentare un altro giorno. Il giorno dopo mi telefonano dicendomi che Teresa si è spenta serenamente. La notizia mi colpisce profondamente, mi lascia attonito, ma non riesco a pensare che lei se ne sia andata perché stanca di vivere. Il suo tempo era finito, come stabilito da CHI sopra di noi regola tutto per il nostro bene.

Oggi a mente fredda, ripenso a quella mattina dei ricordi, in modo particolare al suo maso di montagna chiuso ed abbandonato da tanto tempo, dove tanti anni fa in una torrida giornata d'estate, avevo gustato miele e biscotti e dove ora solo il vento bussa alla porta. P.G.



Il mio primo impegno con una persona in fase terminale mi ha procurato un po' di inquietudine, poi ho capito che il problema era mio, ed era legato alla presupposizione di dove e come si trovava. Loro danno tanto perché sono persone che hanno vissuto fino alla fine, lasciandomi testimone dei loro ultimi dialoghi. Si deve tener presente che si va ad interagire con una persona viva, talora anche con un grande carico di dolore, ma quello che mi ha colpito profondamente è la serenità e l'essere circondata dagli affetti più cari.

Si fa volontariato sempre con una grandissima voglia di vivere e di questo devo ringraziare coloro che ho avuto il piacere di assistere. Per me è un'esperienza "bella" perché si vive continuando a sperare, che non ha niente a che vedere con l'ottimismo, non è la convinzione che qualcosa andrà bene, ma la certezza che qualcosa ha un senso, indipendentemente da come finirà. Trattenersi con loro anche nel silenzio, il tenergli la mano per non farli sentire solo, sono cose che poi toccano il cuore nel momento del distacco.

Le parole per me hanno sempre avuto un grande significato, ma stando accanto a loro sto imparando il valore del silenzio, dei gesti, degli sguardi, del sorriso, delle carezze, dello stare accanto e basta senza bisogno di parlare.

Ogni esperienza dona emozioni così profonde, dolorose, che sembrano impossibili da superare, eppure sempre in ciascuna esperienza affrontata con modalità differenti, ho ottenuto la consapevolezza di aver seppur per poco alleviato alcuni momenti pesanti e sofferenti di chi è ammalato. Il sorriso e la stretta di mano che la persona mi ritorna sono una grande ricompensa in quanto lui non si sente abbandonato e solo, ma sa che c'è qualcuno con lui e questo mi dà la sensazione che abbia meno paura del distacco, è più sereno e tranquillo. C.B.





# APEDE TE

di Volontàdivas en Cura Palliativas

Te na introduzion ge volessa despieghèr chel che se é dò a scriver: te chest cajo ge volessa prejentèr n grop de persones che, dò n cors de formazion, les à dezedù de ge donèr sie temp a chi che l'é a la fin de sia vita. Ma la paroles scrites chiò sotite les despieghea più che delvers i sentimenc, i momenc de despiajer e chi de legreza de volontèras con n gran cher.

Fae la volontèra te Cèsa de Paussa e sente che l'é n empegn che te paa co la contenteza de fèr pèrt de chesta bela umanità. N Develpai a duc. A.S.

Fèr l'volontèr vel dir ge voler ben a sia jent. Vel dir stèr apede la persones ti momenc bie e te chi più senestres, vel dir dèr ma ence ciapèr n muie de retorn. L'volontèr l' dèsc chel che l'à de più prezious, sie temp, e se doventa duc più riches. Duc pel padir la solentum dant o dò e l' soget più debol l'é chel che padesc de più. “Na man deida l'otra” vel dir parèr demez la pouira e orir nosc cher a chi che ne stèsc apede. Coscita la solentum se muda te speranza, amizizia, vejinanza, respet, voa de fèr, voa de contèr, voa de se confrontèr. En ultima se didon... gé e tu.

Bon Nadèl. L.C.

Ti ultimes egn m'é troà a spartir con n gran amich sie padiment per na malatìa che tinultima, acà presciapech doi egn, la l'à portà demez.

Te chisc egn me domanèe che che se pel fèr per chierir de compagnèr la persones con malatìes grieves envers na fin de vita più serena e doucia (per chel che l'é possibol). Canche é vedù che i aea endrezà n cors en cont de chest, m'é dat jù per chierir de emparèr zeche de più. Ades, da doi egn en ca, fae volontariat te Cèsa de Paussa e, da n trat, ence fora per la cèses de chi che à de besegn.

Da chest servije ciape de retorn trop de più de chel che posse dèr e, soraldut, l' me à fat entener i valores e la robes de maor emportanza te la vita: chierir de ge stèr apede a persones soules e malèdes che no à più nia da ciapèr da la vita dal pont de veduda materièl, demò dèr e ciapèr afet, n grignot, na parola. Chest cree che sie semper più emportant te noscia sozietà, vedù che l'é semper più jent con malatìes per cheles che no l'é la cures.

Per chest spere che se se arvejinee a chesta realtà senza poures, ajache la fin de la vita l'é n moment de la vita medema (desche canche se nasc o canche se doventa gregn), che l'à de besegn de n didament per l' passèr fora te la vida più sorida che l'é meso. C.C.

Ge donèr sie temp a chi che padesc no l'à priesc. Esser bogn de fèr nascer n grignot, fèr n aicia, veder l' mus de na persona che se enlumenea l'é zeche che me empienes de legreza. Fèr volontariat me empienes la vita e no son mai soula. Dò l' verb “amèr”, l' verb “didèr” l'é l' più bel del mond. Segur te ciapes de più de chel che te dè.

*“Chi che endèna sia vita à empeà ence demò na picola lum tel moment scur de zachei, no l'à vivù per nia (Mère Teresa da Calcutta)”*. R.C.



Contèr te pecia paroles i egn che é passà desche volontèra, da canche chesta Cèsa la é al servije de nesc veies e malé, l'é zis senester, per duta la situazions che ogne persona la vif e la tegn sù te sie cher. Ma se pel ressumèr dut cant te chesta paroles: Voler ben e Spartir.

Cotenc de grignoc sinzieres che me speta, cotanta de robes contèdes con ousc stentousa, ence vèlch brontolèda ite per anter. Con zachei ence na orazion te Capela te dant l Bon Die che l'enten dut e che l dèsc de retorn cent outes chel che se ge dèsc. Mie apuntament n'outa en setemèna l'é delbon prezious: la vareèdes fora per portech vardan fora l ciel, vèlch outa ence snigolà, i crepes, la neif ades e i fiores d'istà, l'é na ocajon per recordèr con ic i momenc de sia vita e sperèr te n doman manco sfadious. E.Z.

Posse demò dir che oramai l'é passà doi egn da canche vegne a fèr l volontèr te chesta Cèsa de Paussa, enceben che no é n muie de temp per via del lurier e de outra rejons. Cree che sie n muie enteressant e costrutif e cree ence che l volontèr l posse fèr n muie, no demò per l didament a la persona, ma ence desche sostegn a la families e a duc chi che l'à dintorn. Ve augure a duc n Nadèl seren, Develpai de cher per chel che fajede per chesta persones, portan n messaje de speranza e de amor. F.P.

Mie prum emegn con n pazient me à mingol sprigolà, dapò é entenù che l problem l'era pa demò mie, e l'era leà al lech olache l'era e a coche l stajea. Alincontra ic i te dèsc trop, percheche l'é persones che à vivù enscin a la fin e tropa outes son stata apede ic e é podù scutèr sia ultima paroles.

Se cogn conscidrèr che se va a se confrontèr con na persona viva, che vèlch outa la se porta dò ence na gran cèria de struscies e despiajeres, ma chel che me à maraveà l'é stat la serenità e la legreza de aer dintorn la persones più cares.

Se fèsc chest volontariat semper con na gran voa de viver e de chest cogne rengrazièr chi che é abù l piajer de rencurèr. Per me l'é na esperienza "bela" percheche se vif seghitan a sperèr, che no l'à pa nia da veder co l'otimism, no l'é la convinzion che zeche jirà delvers, ma la segurezza che dut l'à n sens, cochamai la jirà a fenir. Ge stèr apede ence te l'acort, ge tegnir la man per no i fèr sentir soi, l'é zeche che tocia l cher tel moment che i cogn se n jir.

La paroles les à semper abù n gran segnificat per me, ma a ge stèr apede a chesta persones son dò che empère l valor de l'acort, di mòc, de la veièdes, di grignoc, de la aices, del ge stèr apede senza besegn de rejonèr.

Ogne esperienza la dèsc emozions tant fones e dolorouses che les somea empossiboles da passèr fora, e pura te ogne esperienza, enceben che les é dutes desvalives, é podù entener che g'é didà ai malé a passèr fora momenc pesoches e de padiment. L grignot e la man che me strenc l pazient per me rengrazièr l'é n gran don, ajache sé che el no l se sent arbandonà e soul ma l capesc che l'é zachei con el e chest me dèsc la sensazion che l'abie manco pourea de se n jir, che l sie più seren e en pèsc. C.B.





I me domana de ge stèr apede a na femena de passa nonant'egn. La é dalonc da cèsa, no l'è parenc vejins e oramai la vel demò se lascèr morir: no l'è più voa de viver. I me compagna te cambra a cognoscer Teresa (l'è n inom de fantasia) e chesta femena la me sà dassen destrametuda e zompa. Ogne tant la se lamenta sot ousc e canche ge domane se la vel che vèlch outa vegne a la troèr la me respon: "Se volede vegnì pura, vardà vo...". Scomenzon delvers! La di dò rue te sia cambra, me sente jù apede let e ge domane olache la é nasciuda, che che l'è fat te sia vita, se la se à maridà, olache la stajea dant de ruèr te Cèsa de Paussa e coscita inant.

Ge dae del tu, per chierir de aer n raport più strent e confidenzièl con ela. Teresa alincontra la me dèsc del vo, con chela maniera e con chel respet che à semper la jent de età.

"Son nasciuda a G...", la me disc. "Ah, ma gé l cognosce delvers chest paìsc", ge response, "mie bèrba l'è stat aló per beleche vint egn e son jìt tropa outes a troèr la familia, ajache con el l'era ence sia sor, mi àmeda".

Ades Teresa la é n muie enterressèda, la me domana de la didèr a se sentèr te let, de ge meter a post i piumaces vindedò l cef, de ge dèr da beiver. Dapò la scomenza con na fila de domanes che segur no me spetèe: te recòrdeste, e? Sèste chel... sarèl amò? (ades ence Teresa me dèsc del tu), da veder coche la sarà mudèda chela pìcola torn te mez paìsc, e chela cèsa che duc ge dijea "La prejon"... oh, chela l'è doventà n hotel ades!" Dapò ge conte de la pruma outa che siere ruà a G., aee set egn e siere stat dut istà dal bèrba e da l'ameda; l'era na pìcola boteiga te paìsc e mia àmeda me aea comprà na capa da la pèla con scrit sù "W Coppi". "Pèissete mo, Teresa", ge die, "me recorde amò che i ge dijea i Ec...". "I Eccini", la me disc sora de colp, e la me vèrda con na veieda da peconta, duta contenta.

Ge conte de outra persones del paìsc, ma la disc che no la se recorda, ajache la era se n jita da cèsa da joena, la era jita te la Svizra a lurèr e dapò a Napoli, olache la se à maridà, dapò a Roma, fin canche no la é vegnuda de retorn tel Trentin. "Sèste", la me conta, "mia cèsa la é serèda da amancol trent'egn, fazile ai P... no l'è più nesciugn". Ge die de colp, emozionà: "Ma tu stajéeste ai P..., e?" "Ei ei, colassù sa mont con mie père e mia mère...". "Ma sèste Teresa che siere vegnù sù n'outa con mi àmeda? Me recorde che l'era na di fersa de aost, na raida belebon longia per n bez de set egn, ma canche sion rué sa l mèsc ne à tout dant na veiata (de set egn duc i gregn i somea veiac), che la ne à sport n bicer de èga e scirop de ampomoles, che bon che l'era, dapò l'è ruà n "veiat" e l me à sport n pìcol piat de miel con apede dotrei pastines..." "Mie père" la disc Teresa con ousc fiégoia, "l ge sporjea semper mingol de miel de noscia eves a chi che ruèa fin sa l mèsc".

Ades fajon acort, dapò se vardon ti eies e senza ge pissèr se strenjon la mans. Gé, se sà ben, no me recorde de ela, ma ela la se recorda che la femena che stajea te colonia vèlch outa la jia sù a i troèr. L'è delbon vera che l mond l'è pìcol e che la vita vèlch outa la ne met dant robes da no creer.

Ades cogne jir, l'è passà beleche doi ores e l temp l'è sgolà. "Gei pa amò", me disc Teresa e, endèna che slonge la man per la saludèr, la me fèsc n braciacol e la me disc sot ousc: "... te pree scuseme".

Vae fora de cambra beleche coran percheche m'è vegnù la pites e me tegne de mèl a moscèr la lègrema che lumenea te mi eies. Tel jir a cèsa me rejone enstes: "Na, cara Teresa, no dir pa che no te ves più viver! Na na, se la conton pa ben sù amò nos doi, te vedarès, te fae pa ben mudèr pensier, te empromete!"

La di dò vae jun cèvena a chierir n veie liber che rejona di mèjes che pian pian i vegn lascè a l'arbandon: vegn rejonà ence del mèsc de Teresa e coscita anché voi ge moscèr l liber, acioche la posse viver da nef recorc e momenc del temp passà. Ma canche rue te cambra Teresa la é mudèda. La pisolea, ogne tant la se lamenta, la respon con pecia paroles e cò ge mosce l liber la cigna de no col cef, la l pèra demez e la sera i eies. Stae aló amò n'ora ma no muda nia, coscita me n vae, con chela de proèr a vegnir n'otra di. La di dò i me chiama e i me disc che Teresa la se à destudà via senza padir. Chesta neva la me lascia senza paroles, ma no son bon de pissèr che la sibie se n jita percheche la era stufa de viver. Sie temp l'era fenì, descheche l'è stabili CHI che, sora de nos, peissa a dut per nosc ben.

Ades che l'è passà mingol de temp vae de retorn coi pensieres a en chela di che aon rejonà de recorc e soraldut me peisse a sie mèsc da mont, serà sù e arbandonà da n gran peiz, olache acà sacotenc de egn, te na di fersa da d'istà, aee ciarcia miel e pastines e olache ades l'è demò l vent che smaca te usc. P.G.

# Ricordi Ritrovati



*di Claudio Giacomuzzi*

## Emozioni in Musica

Scrivere per fare un articolo per una casa di riposo non è una cosa semplice, ma neppure difficile.

Prima di tutto devo cercare l'argomento da trattare...

Io mi chiamo Claudio Giacomuzzi, sono di Cavalese e sono nato nel 1955.

Ho studiato musica frequentando il conservatorio di Trento, facendo corsi per pianoforte e organo liturgico, strumento che suonavo alle funzioni religiose.

Ho frequentato anche altre scuole in Italia, approfittando dei periodi delle mie ferie estive.

Ho poi incrementato lo studio del pianoforte frequentando corsi di musica Jazz e ho approfondito le mie conoscenze

nelle Armonie, arrangiando brani orchestrali e brani per "pianoforte solo".

Nel 2018 sono stato molto male a causa di una emorragia cerebrale, cioè mi si è rotta una vena cervello. Per fortuna, il tempestivo intervento dell'elisoccorso, mi ha salvato e mi hanno portato all'ospedale di Trento. Il loro aiuto ha fatto in modo che non mi succedesse nulla di troppo grave.

Sono stato in terapia intensiva.

Quando sono migliorato sono entrato in questa struttura. In seguito, passando per la sedia a rotelle, con mille sforzi, forza di volontà, tanta ginnastica ed esercizio, mi sono rinforzato e ho potuto ricominciare a camminare, anche grazie all'aiuto dei fisioterapisti.

# Ricordi Ritrovati



Col tempo sono riuscito a farmi portare la mia tastiera, grazie alle dottoresse, che mi hanno riservato una piccola sala prove, dove posso entrare e studiare musica.

La musica fa parte della mia vita.

Ho constatato che, quando vengono proposti dei pomeriggi musicali con gruppi vari, tipo coro val di Fassa, scuola musicale di Fiemme e Fassa "il Pentagramma", gli ospiti incominciano a cantare, come se volessero improvvisamente iniziare

una nuova vita e tornare bambini. Secondo me la musica come terapia va oltre ogni medicina, pillole o altro. La mia passione per la musica nasce quando ascoltavo mio padre suonare la fisarmonica, perché era un grande musicista.

Mio nonno, invece, era maestro elementare e in estate, o nel tempo libero, aiutava gli allievi che avevano difficoltà nell'apprendimento delle materie scolastiche. Insegnava loro anche musica, visto che suonava

il violino, e pittura, in particolare l'uso del colore ad olio. Era un bravo pittore!

Mi piacerebbe tornare a suonare e/o dipingere, vorrei continuare a studiare, studiare, studiare....

Ringrazio di cuore le dottoresse che mi seguono nelle varie terapie e che mi hanno permesso di portare il mio strumento!



# Recorc troé endodanef



de Claudio Giacomuzzi

## Emozions tras la Mùsega

Scriver n articol per la cèsa de paussa no l'é sobito fat, ma no l'é senester.

Dandeldut cogne troèr sun che che voi scriver...

Gé é inom Claudio Giacomuzzi, vegne da Ciavaleis e son nasciù del 1955.

É studià musega tel conservatorie de Trent, fajan corsc per pianofort e orghen da geja che sonèe endèna la funzioms.

Son jìt ence te altra scoles de la Tèlia, endèna mia ferias via per l'istà.

Dapò é volù miorèr mie studie de pianofort tolan pèrt a corsc de musega Jazz e é miorà ence mia cognoszenzes te la Armonies, luran fora toc de musega per orchestra e per pianofort.

Del 2018 son stat n muie mèl a cajon de sanch tel cef, me à crepà na vena tel cervel.

Per grazia, l'intervent subitous de l'elicoter, me à salvà e son stat menà te l'ospedèl de Trent. De

grazia a chest didament spedient no é abù consequenzes burtes. Son stat te terapia intensiva.

Canche son stat mic é podù ite te chesta strutura.

Col passèr del temp, passan da la cariega da rodes, tras sacotenc sforc, voa de ge la fèr, n muie de ginastica e ejercizie, son stat bon de renvegnir e é scomenzà endò a jir a pé ence de gra al didament di fisiterapisic.

Zacan son stat bon de me fèr portèr mia tastiera, de gra a la dotores, che les me à ence enjignà na piccola sala proes, olache posse jir a studièr musega.

La musega l'é mia vita.

# Recorc troé endodanef



É vedù che, canche vegn portà dant domesdies co la musega con gropes desvalives, desche col cor Val di Fassa, co la scola de musega de Fiem e Fascia, “Il Pentagramma”, i ghesc i scomenza a ciantèr, desche se fora de n bel nia i volessa scomenzèr na neva vita e doventèr endò bec. Pèrto mia la musega desche terapia la va sorafora ogne medejina, piroles o auter.

Mie gust per la musega l'é nasciù a scutèr mie père che sonèa l'orghen da mantech ajache el l'era n gran musizist.

Mie giuf, enveze, l'era maester de scola populèra e via per l'istà, endèna sie temp ledech, l ge didèa ai arlaves, che aea de besegn, a se miorèr te la materies de scola. L ge insegnèa ence musega, vedù che l sonèa l violin, e pitura e avisa co durèr l color a elech. L'era n pitor n muie bon!

Me saessa bel sonèr endò da nef e/o depenjer, volesse jir inant a studièr, studièr, studièr...

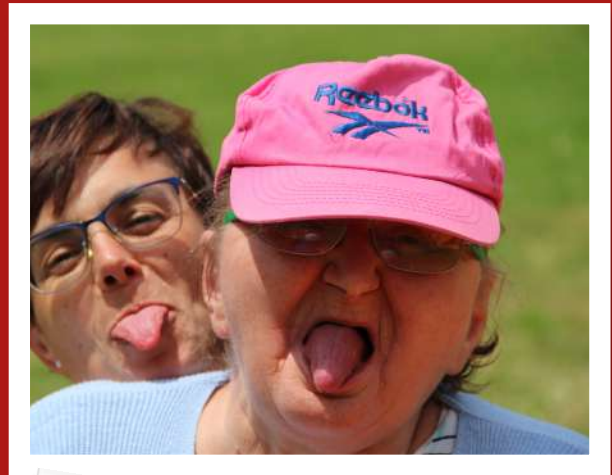
Ge die n delevpai de cher a la dotores che me stèsc dó endèna mia terapiès e che les me à dat l met de aer mie strument!











## Ricette tipiche fassane

## Bèsć fascegn


**GNOCHEC DE ZUCA CON SOS DE FORMAI**
*de Monica Zulian*
**Per fèr i gnochec ge vel:**

- 300 gr de zuca;
- 100 gr de pomes de tera;
- 1 rossa de ef;
- 120 gr de farina;
- sèl;
- nousc noschèda.

**Per fèr l sos de formai ge vel:**

- 200 gr de brama;
- 100 gr de formai fontina o gorgonzola;
- ½ costa de ai;
- 1 scuier de cevions.

**Co enjignèr l sos de formai:**

*Sciudèr te na picola fana col fech bas o a “bagnomaria” la*

*brama e l formai fin che doventa n bel sos lujech e ge jontèr ite l'ai per ge dèr saor. Se se vel se pel ence taèr sù l'ai fin fin. Meter ite tel sos i cevions e tegnir al ciaut.*

**Co enjignèr i gnochec:**

*Schiufèr la zuca e i pomes de tera, taèr sù dut a tochec e chejer te l'èga mingol salèda. Canche i é coc i tor fora da l'èga e i passèr tel schiciapomes; ge jontèr ite la rossa de ef per desfridèr.*

*Dapò jontèr ite la farina, l sèl, la nousc noschèda e fèr ite la pèsta fin che no la tegn ensema delvers. Fèr sù gnochec de presciapech 2 – 3 zentimetres.*

**Preparazione crema al formaggio:**

Scaldare in un pentolino a fuoco lento o a bagnomaria la panna ed il formaggio fino ad ottenere una salsina cremosa ed aggiungere l'aglio per insaporire. A piacere l'aglio si può anche tritare. Mettere nella salsa un po' di erba cipollina. Tenere in caldo.

**Preparazione degli gnocchi:**

Sbucciare la zucca e le patate, tagliare a dadini e bollire in acqua leggermente salata.

Scolare il tutto e passare con lo schiacciapatate, aggiungendo al composto il tuorlo per farlo raffreddare. Aggiungere farina, sale, noce moscata e amalgamare il tutto fino ad ottenere un impasto compatto.

Formare degli gnocchetti di circa 2-3 centimetri di grandezza

Far bollire gli gnocchi in acqua salata, scolarli con la schiumarola e condirli con la crema al formaggio.



## Un pomeriggio tra Misteri, Avventure e Magiche Creature

di Lisa Brunel

Uno spettacolo dedicato agli ospiti della Casa di Riposo per far sentire i nostri anziani a casa



Venerdì 8 novembre, la Casa di Riposo di San Giovanni si è trasformata in un teatro, dove alcuni ragazzi dell'*Associazione Marijane- Picoi da Mont*, uno dei componenti del gruppo teatrale *I Bontemponi* e due operatrici della struttura, con l'aiuto di Alberta Rossi, hanno messo in scena uno spettacolo ispirato al libro *“Misteri, Avventure e Magiche creature. La Val di Fassa tra fantasia e realtà”*.

Il pomeriggio si è aperto con le parole di Serena, una delle operatrici della Casa di Riposo, che ha spiegato il perché di questo evento. Lo spettacolo è stato organizzato per far rivivere ai nostri anziani alcuni momenti della loro gioventù, richiamando alla loro memoria luoghi e storie forse da alcuni ormai dimenticati. Gli attori hanno permesso agli spettatori di vivere un viaggio all'interno delle leggende ladine e di imbattersi nei personaggi mitologici della

Val di Fassa. Questo evento ha dato anche la possibilità di far scoprire la Casa di Riposo alla società, permettendo a chiunque di partecipare alla visione dello spettacolo e di conoscere quindi una realtà diversa da quella che incontrano solitamente nella vita quotidiana.

Il pomeriggio si è sviluppato su due momenti. Nella prima parte è stato messo in scena uno spettacolo che presentava le varie figure mitologiche della Val di Fassa, dalla *Vivana* al *Salvan*, dalla *Stria Cativa* al *Pelendron*. Nella seconda parte è stata letta una storia intitolata *“La stria cativa, la rana, il corvo e il cane”* tratta dal libro di Alberta Rossi e gli attori l'hanno rappresentata con gesti, mimica e alcuni interventi.



## Un pomeriggio tra Misteri, Avventure e Magiche Creature

La storia è stata letta in italiano con qualche parte in ladino di Moena, considerata l'alta percentuale di ospiti provenienti proprio da questo paese. Uno dei protagonisti principali era Don Enrico (interpretato da David Dorich), attualmente ancora parroco di Moena, il quale è stato invitato al pomeriggio e a fine giornata ha preso la parola per ringraziare tutti, specialmente Alberta, per averlo reso partecipe di uno dei suoi racconti.

Lo spettacolo ha avuto un gran successo, gli attori sono stati applauditi con calore sia da parte degli ospiti, che dal pubblico esterno. È stato un momento di condivisione, che ha rallegrato sia giovani che anziani, un'esperienza positiva per due generazioni così lontane ma che, per un momento, sono riuscite a condividere un sorriso.



## N domesdi anter Misteres, Aventures e Magica Creatures



de Lisa Brunel

En vender ai 8 de november la Cèsa de Paussa de Sèn Jan l'è doventà n teater olache dotrei joegn de la Sociazion Marijene – Pìcoi da Mont, un component del grop de teater "I Bontemponi" e doi operadores de la strutura, col didament de Alberta Rossi, à metù a jir n spettacol ispirà al liber "Misteres, Aventures e Magica Creatures. La Val de Fascia anter fantasia e realtà".

La scontrèda la é stata orida co la paroles de Serena, una de la operadores de la Ciasa de Paussa, che l'à spiegà l perché de chest event; l spettacol l'è stat endrezà per ge fèr viver da nef a noscia jent de età vèlch moment de sia joentù, recordan lesc e

conties che fosc valugn aea desmentia. I atores ge à dat l met ai spettadores de fèr n viac anter la conties ladines e de scontrèr i personajes mitologics de la conties de Fascia. Chest event l'à dat l met ence de fèr cognoscer la Cèsa de Paussa anter la jent, ajache duc podea jir a veder l spettacol e scontrèr na realtà desvaliva da chela che i vif te sia vita da duc i dis.

N spettacol per i ghesó de la Cèsa de Paussa per fèr sentir noscia jent de età a cèsa.





## N domesdì anter Misteres, Aventures e Magica Creatures



L domesdì l'é stat spartù sù te doi momenc. Te la pruma pèrt l'é stat portà dant n spetacol che moscèa la fefigures mitologiches de la contìes fascènes, da la Vivana al Salvan, da la Stria Cativa al Pelendron. Te la seconda pèrt l'é stat let sù na contìa entitolèda “La stria cativa, la rèna, l corf e l cian” tutta fora dal liber de Alberta Rossi e i atores i p'à spilenèda con mòc, mimica e vèlch tòch rejonà. La storia la é stata leta sù per talian con vèlch tòch per ladin da Moena, vedù che tropes ghesc i vegn apontin da chest paìsc. Un di protagoniscè prinzipèi l'era Don Enrico (interpretà da David Dorich), che l'é amò ades l preve de Moena: l'é stat envià al spetacol e a la fin de la giornèda l'à tout la parola per reingrazièr duc chenc, e soraldut Alberta, per l'aer metù ite te una de sia contìes.

L spetacol l'à abù n boniscim ejit, i atores i à ciapà de gregn batimans dai ghesc e dal publich da fora che l'era vegnù a veder. L'é stat n moment de comunanza che à endeletà tant i joegn che i veiac: na esperienza positiva per doi generaziions coscita dalonc per l'età ma che,

per n moment, les é states bones de se fèr n grignot ensema.







Periodico d'informazione  
APSP di FASSA  
Sfoi de informazion  
APSP DE FASCIA

**DIRETTORE EDITORIALE**  
**DIRETOR EDITORIÈL**

Barbara Bravi

**CAPO REDATTORE**  
**CAPO REDATOR**

Serena Pederiva

**COLLABORATORI:**  
**COLABORADORES:**

Barbara Bravi

Andrea Costa

Emanuela Montrasio

Monica Zulian

**GRAFICA**

Alter&Ego

**FOTOGRAFIA**

**FOTOGRAFIES**

Emanuela Montrasio

**Hanno collaborato a questo  
numero:**

**À dat sie contribut per chest  
lurier:**

Katiuscia Trottnner

Jessica Vinante

Alessia Daprà

Silvia Nessi

Volontari C.P.

Claudio Giacomuzzi

Lisa Brunel

**E CON LA COLLABORAZIONE DI...  
E COL DIDAMENT DE...**

**SERVIJES LINGUISTICS E CULTURÈL  
DEL COMUN GENERAL DE FASCIA**

Periodico d'informazione rivolto ad ospiti,  
collaboratori e familiari dell'A.P.S.P. di Fassa.  
Sfoi de informazion per i ghesc, i colaboradores e la  
families de l'APSP.

