



Buoni propositi

di Grazia Lavacca

Nella vita che scorre sempre troppo in fretta, pensare a dei Buoni Propositi per l'Anno Nuovo è un modo per obbligarsi a fermarsi per farsi delle domande scomode. Domande come: che cosa desidero davvero? quali obiettivi voglio raggiungere? quali sogni voglio realizzare? che persona voglio diventare? cosa voglio migliorare di me e della mia vita? che cosa voglio dare al mondo? Sono domande che ci facciamo di rado, e ancora più di rado abbiamo il tempo necessario per fare introspezione sufficiente.

Secondo me in questa fase i buoni propositi sono utili se differenziamo sogni da obiettivi perché i sogni sono bellissimi, ci confortano, non ci obbligano a fare niente se non a fantasticare a occhi aperti. Chiamarli "sogni" è un modo per distanziarli da noi e dalla nostra vita: in questo modo, se non si realizzano, non è colpa nostra: dopotutto, erano solo sogni.

Ma scegliere degli obiettivi significa mettersi alla prova. Significa fare una sfida con sé stessi e accettare la possibilità di perdere. Per raggiungere gli obiettivi sono necessari pianificazione, impegno e determinazione. Un obiettivo fallito ricade tutto sulle nostre spalle: siamo noi ad avere fallito. E a volte



questo ci impedisce perfino di metterci alla prova. Gli obiettivi fanno paura proprio perché si possono fallire. I sogni, al contrario, non fanno mai paura: i sogni stanno là, eterni e bellissimi, e non falliscono mai.

Però, io per il nuovo anno ho un sogno: la costruzione di una società e un mondo migliore, che abbiano al centro il rispetto delle persone, uomini e soprattutto DONNE e la salvaguardia dei diritti fondamentali di ciascuno, specie quello alla libera e responsabile definizione del proprio progetto di vita. Nel corso del 2023 sono state uccise più di 100 donne e tutte per mano di persone che dicevano di amarle: mariti, fidanzati... uomini, che spesso non accettano la fine di una storia d'amore.. L'AMORE E' CURA NON POSSESSO! Ogni persona è libera di scegliere e decidere della sua vita.." ogni donna deve essere libera di essere libera" come ha detto di recente il presidente Mattarella. A questo punto da un sogno scaturisce un obiettivo. Credo che ognuno di noi abbia una responsabilità educativa: insegniamo il valore del sacrificio e dell'impegno, creiamo nelle nostre famiglie un dialogo sereno che educi all'amore vero che cerca solo il bene dell'altro. Insegniamo ai giovani a parlare in modo autentico e cerchiamo di ritrovare la capacità di ascoltare. In quest'ottica abbiamo

pensato ad un nuova attività didattica che racconti il cammino delle donne nella società, dal passato fino ad oggi. Un attività che parli di grandi donne del passato per ispirare le grandi donne di oggi. Donne che hanno cambiato la storia civile, politica, artistica e intellettuale dell'Italia.

Donne che hanno vissuto con forza, hanno aperto strade nuove, senza paura. Scardinando pregiudizi, conquistando ruoli, infrangendo monopoli, in una società a lungo legata al pensiero maschile.

Da Luisa Spagnoli, prima imprenditrice del Made in Italy, a Lina Merlin, prima donna eletta al Senato. Da Angela Giussani, la prima donna ad aver fondato una casa editrice a fumetti, a Cecilia Mangini, prima donna documentarista in Italia, Margherita Hack, Rita Levi Montalcini, Lina Wertmüller, Liliana Segre, Maria Montessori e tante altre. Siamo sicuri che i nostri ragazzi sapranno cogliere gli aspetti più belli e positivi di queste storie e magari trasferirveli nei prossimi articoli. Vorrei concludere questo articolo con una preghiera: non girate la testa davanti ai segni di violenza perché "può darsi che non siate responsabili della situazione in cui vi trovate, ma lo diventerete se non fate nulla per cambiarla" Martin Luther King.

L'amicizia

di Silvia Ricci

Per me la parola amicizia è molto importante.

Per me l'amicizia è avere accanto una persona che condivide gioie e dolori, una persona che ti fa sorridere quando sei triste, che ti consola se qualcuno ti ferisce, che ti sprona a raggiungere gli obbiettivi anche se è dura e difficile, una persona che non ti abbandona mai, che gioisce con te per i tuoi successi e quando pensi di mollare è lì che ti dice di tenere duro e non buttarti giù mai, di andare avanti sempre perché la vita è una sorpresa e ti può dare ancora molto. Fin da piccola i miei ricordi variano da belli a meno belli. Io ho frequentato solo l'ultimo anno di asilo e la mia amichetta del cuore purtroppo era più

piccola di me e quindi all'inizio della scuola elementare ci siamo separate e le amiche che erano in classe con me erano bambine con le quali non avevo legato e quindi ero sempre presa di mira tra prese in giro e dispetti. Poi finalmente arrivarono le medie e conobbi una ragazzina molto dolce e carina, lei fu bocciata quindi dovette ripetere l'anno. Purtroppo 7 ragazzi delle elementari me li ritrovai in classe anche alle medie ma quello che mi dicevano ormai mi scivolava addosso e capì che non erano miei amici ma solo persone con cui dividevo l'ambiente scolastico. L'ultimo anno legai anche con un'altra ragazza ma non era in classe con me e dopo le medie frequentammo un biennio insieme. Ci siamo diplomammo e frequentammo per un bel po' fino a quando a 17 anni si fidanzò e ci perdemmo. Quando lavoravo nel settore delle calzature a San Mauro Pascoli mi ritrovai con una ragazza che conobbi quando ero molto piccola che abitava nel mio paese ma poi si trasferì, ma ricordo che giocavamo insieme e ritrovarsi fu bellissimo e cominciammo a girare insieme e fin da subito fui accettata nella sua compagnia. Poi a 21 anni mi fidanzai ma siamo rimaste sempre in ottimi rapporti, infatti ci mandiamo sempre gli auguri e i saluti.

Oggi sono qui in questo paradiso che è l'Istituto Don Ghinelli di Gatteo e fatalità ho rincontrato l'amica con la quale mi frequentavo alle medie, lei fa la cuoca e quando ci vediamo ci piace ricordare i vecchi tempi e scoppiamo a ridere. Io sono una mamma e cerco di trasmettere alla mia bambina il valore dell'amicizia insegnandole la gentilezza e il rispetto verso i suoi coetanei. Il bullismo è una piaga sociale importante e credo bisogna spiegare ai propri figli che l'aspetto fisico non è fondamentale nella vita e che ogni persona ha le sue qualità, il suo modo di affrontare la vita e che le parole hanno un peso importante e possono ferire soprattutto se ci si rivolge ad una persona fragile. Io ho capito che l'amicizia è per sempre ed è verissimo che chi trova un amico trova un tesoro... ma un tesoro enorme e qui ne ho trovati tanti di tesori.





Buon cibo e socialità: quando il gusto diventa piacere

di Francesca Buda



L'analisi dei 5 sensi è il tema dell'anno attorno al quale ruoteranno tutte le attività educative dell'istituto. Ebbene, vorrei fare una riflessione sul "gusto", visto che il periodo delle festività Natalizie rappresenta un momento in cui ognuno di noi si sente "coccolato" da tante prelibatezze. Si perchè spesso il cibo è considerato una fonte da cui attingere per sentirsi meno soli. Il gusto non è quindi di minore importanza rispetto agli altri 5 sensi, poichè ci consente di sentirci appagati e gratificati godendo del piacere che può offrirci il cibo che amiamo anche se spesso ha un forte impatto psicologico su di noi. Questo è riscontrabile quando la tristezza, l'ansia, le preoccupazioni ci portano a rifugiarsi nel cibo vedendo in esso l'unico canale per farci coraggio ed andare avanti. Quando parliamo di gusto, non possiamo certo dimenticare quanto è importante condividere il cibo con altre persone. In questo senso il piacere che offre il gusto si riferisce al significato conviviale del cibo. Condividendo un pranzo o una cena con persone a noi care può fare infatti la differenza. Tutti noi ci sentiamo sicuramente più gratificati nel condividere buon cibo insieme ad altre persone, perchè spesso quest'ultimo non serve solo ad alimentarci ma a mantenere sana anche la nostra psiche. Il cibo quindi viene considerato un valido strumento per socializzare, condividere momenti con altre persone e sentirsi

meno soli. Infatti sovente accade che ci si ritrovi con gli amici per una cena, un aperitivo non tanto e non solo per il benessere legato al cibo, quanto al piacere e all'entusiasmo di trascorrere del tempo con persone a noi care. Anche al don Ghinelli spesso il cibo è un mezzo per condividere opinioni, emozioni fra ragazzi, operatori e parenti. Sono tante le occasioni in cui, durante l'anno, vengono organizzate feste dove si mangia tutti insieme qualcosa di buono, di diverso. Le festività, le ricorrenze, i compleanni sono buone opportunità per festeggiare in compagnia. Alcuni dei nostri ragazzi attendono sempre con trepidazione questi momenti: per loro assaggiare una torta, godersi un bel piatto di lasagne è veramente un momento unico che gli regala gioia e appagamento. Vivono le festività con tanto entusiasmo, si sentono felici e lo sono ancora di più quando il cibo diventa un mezzo per fare la beneficenza come spesso accade durante le nostre iniziative in cui i ragazzi stessi sono coinvolti in prima persona nella vendita di pizza o panettoni. Far qualcosa per gli altri li fa sentire utili e li rende più sicuri di se stessi, a maggior ragione se questo avviene attraverso un buon cibo. Il gusto è considerato quindi uno strumento dalle mille sfaccettature. Lavorando su quest'ultimo, abbiamo intrapreso un importante percorso con alcuni ragazzi i quali si sono accorti che il loro rapporto col cibo, da sempre, era troppo morboso, quasi patologico. Così, abbiamo cercato di insegnare loro che il gusto del cibo deve essere un piacere ma non un dovere. Gli abbiamo insegnato a compensare le loro debolezze, le loro mancanze emotive con progetti a loro dedicati, focalizzandosi sul cibo al momento dei pasti con un approccio più sereno e ponderato. Il cibo deve essere una gioia, non un obbligo incontrollato. Alcuni di loro hanno raggiunto importanti risultati: riescono ad avere più consapevolezza, hanno trovato un equilibrio che gli consente di gestire il cibo necessario in base alle loro esigenze reali, così come hanno capito quanto sia bello vivere l'eccezione e lasciarsi andare insieme ai compagni, agli operatori e ai loro cari nei momenti di festa. Questi per noi sono traguardi che ci fanno credere sempre più quanto sia importante l'amore che ci mettiamo nei progetti per i nostri ragazzi.

Una fiaba per Natale: L'avventura di Tippetete e Babbo Natale

di Enzo Vandi

Tippetete era un coniglietto che viveva con la sua famiglia in una casa sulla collina del paese di Bianconiglio. Quell'inverno la neve era caduta copiosa nel paese e aveva ricoperto tutta la vallata.

A Tippetete piaceva molto uscire e giocare sulla neve insieme ai suoi amici. Intanto il Natale era alle porte e Tippetete non faceva altro che pensare ai regali che poteva fare alla sua famiglia e a quelli che avrebbe voluto ricevere. La mamma gli suggerì di scrivere una lettera a Babbo Natale così Tippetete scrisse subito la lettera chiedendo come regalo di poter salire assieme a lui sulla sua slitta per consegnare i regali.

La Sera della Vigilia, Tippetete era molto ansioso, quando con suo enorme stupore, vide dalla finestra della sua camera Babbo Natale che fermò la sua slitta di fronte a casa sua mentre lo chiamava a gran voce... "Tippetete sono qui!!! Tippetete corri!!!!" Non gli parve vero, subito uscì e saltò sulla slitta dove ricevette in regalo il cappellino uguale a quello di Babbo Natale. Partirono e Tippetete

era al settimo cielo perché il suo desiderio era stato esaudito. Stava consegnando i regali assieme a Babbo Natale per tutti i piccoli abitanti di Bianconiglio! All'improvviso apparve in lontananza un puntino che videro avvicinarsi sempre più, e una voce acuta e stridula urlò..... "Babbo Natale quest'anno tu non consegnerai alcun regalo!! Sarò io a farlo!!" Era la Strega Befana che aveva da tempo preso di mira Tippetete e faceva di tutto per rovinargli le feste.

Babbo Natale subito evitò la Cattiva Befana e girando la slitta partì a tutta velocità verso le colline dove avrebbe potuto trovare un posto in cui nascondersi. Alla fine delle colline con un guizzo Babbo Natale evitò un gigantesco ramo, mentre la cattiva befana non riuscì ad evitarlo e così fu colpita in piena testa cadendo a terra tramortita. Babbo Natale e Tippetete esultarono...avevo scampato un bel pericolo! Proseguirono il loro tragitto, Tippetete era felicissimo perché non aveva mai vissuto una simile esperienza: vedere Bianconiglio dall'alto lo lasciò letteralmente senza fiato! Finito di consegnare tutti i regali Babbo Natale riportò a casa Tippetete e gli regalò anche un bel maglione rosso che aveva con se. Rientrato in casa ancora non si capacitava di quanto gli era accaduto, questo era in assoluto il più bel Natale della sua Vita!



Perché si dice...

di Donatella Friello



Durante l'inverno grande protagonista delle conversazioni è il freddo e si sente spesso utilizzare, nella nostra zona, il termine "Bubolare". Ma da dove deriva questa parola bizzarra? Da una breve ricerca troviamo che "bubolare", molto diffuso in Toscana, deriva dal latino tardo "bubolare" che significa "voce cupa, lamento" riferito al verso del gufo (chiamato "bubo" in latino) per cui questo termine può essere utilizzato per riferirsi ad una persona particolarmente insopportabile che ha l'abitudine di lagnarsi spesso. Dalla Treccani notiamo un ulteriore significato che fa maggiormente al caso nostro: tremare a tal punto da battere i denti e fare un particolare verso con le labbra che sbattono tra loro "Bu,bu". Da qui deriva il verbo bubolare dal freddo.

In senso metaforico, alludendo al suono cupo, lo stesso verbo può diventare un'onomatopea (una parola che imita un suono) per indicare il rumore del tuono o del mare, come scrive nella poesia "Temporale" Giovanni Pascoli:

"Un bubolio lontano. . .Rosseggia l'orizzonte, come affocato, a mare: nero di pece, a monte, stracci di nubi chiare: tra il nero un casolare: un'ala di gabbiano."

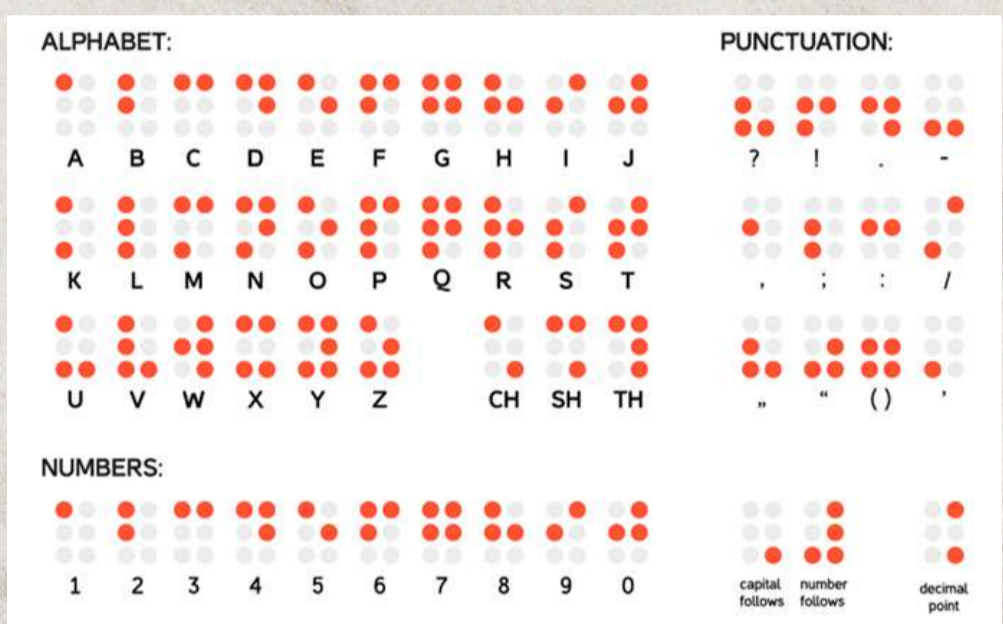
Un alfabeto differente

di Michaela Fellini

In occasione del 4 gennaio, data di nascita di Louis Braille, si celebra la Giornata Mondiale dell'alfabeto Braille: un sistema che ha cambiato completamente il modo di vivere di migliaia di persone con disabilità visiva, consentendo loro di scrivere, leggere e comunicare per iscritto.

Il braille è un sistema di scrittura e lettura per non vedenti messo a punto dal francese Louis Braille nella prima metà del XIX secolo, basato sulla combinazione di sei punti in rilievo e percepibili al tatto, che possono corrispondere a lettere dell'alfabeto, numeri, segni di interpunzione, simboli matematici, informatici, musicali e chimici.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità stima che nel mondo vi siano 1.3 miliardi di persone con problemi visivi, di cui 36 milioni affette da cecità totale. Per il non vedente, il braille è condizione essenziale di una piena autonomia e di una efficace integrazione nel tessuto sociale, scolastico, lavorativo e culturale. All'Istituto Don Ghinelli si parlerà dei 5 sensi, fra cui la vista, ed è di fondamentale importanza che, laddove sia deficitario un senso, si possano utilizzare capacità residue ed altri sensi per comunicare. In questo caso si userebbe il tatto invece della vista.



Gli sport invernali

di Vittorio Venzi



Gli sport invernali comprendono tutte quelle discipline sportive che si svolgono su neve e ghiaccio. Vengono praticate durante il periodo invernale in diverse aree del mondo. Gli sport invernali sono generalmente divisi in due grandi categorie: sport sulla neve (ad es. sci) e sport sul ghiaccio (pattinaggio). Lo sci alpino, disciplina olimpica dal 1936, è lo sport invernale per eccellenza, quello che richiama il maggior numero di spettatori. Consiste nella discesa su una pista innevata con gli sci nel minor tempo possibile, seguendo un percorso segnato da paletti. Tra le diverse specialità ci sono la discesa libera, il gigante, lo slalom e lo slalom parallelo. Lo sci alpino richiede tecnica e velocità, ma anche una buona dose di equilibrio. In Italia questo sport ha una

lunga tradizione ed alcuni nomi tengono alta la bandiera del nostro Paese nel mondo, tra questi rientrano Alberto Tomba e Federica Brignone. Quest'ultima è la sciatrice italiana più vincente in Coppa del mondo con 24 vittorie ed il maggior numero di podi con 62 piazzamenti. Ha inoltre ottenuto il collare d'oro al merito sportivo qualche giorno fa il 22 dicembre 2023 che rappresenta la massima tra le onorificenze del Comitato nazionale italiano e può essere ottenuto soltanto una volta nel corso della propria carriera. La sua storia mi ha colpito perché oltre ad essere una grande campionessa ha dimostrato molta forza di volontà riprendendosi con grinta da vari infortuni e dando sempre il massimo nelle varie competizioni.



Shopping natalizio

di Beatrice Michelacci

Il 18 dicembre sono stata al centro commerciale Romagna Shopping Valley di Savignano accompagnata da mio cugino Francesco e sua moglie Daria. È stata un'esperienza bellissima: il centro era addobbato per il Natale con luci e decorazioni ed era pieno di gente intenta ad acquistare i regali di Natale.

Mi è piaciuto molto l'albero di Natale gigante e le vetrine tutte diverse: alcune con enormi fiocchi, altre con sfere piene di brillantini e comunque tutte bellissime. Gli articoli esposti sembravano più belli del solito. Insieme ai miei cugini abbiamo girato per i vari negozi, poi ci siamo fermati in un negozio di abbigliamento grandissimo dove c'erano tantissimi articoli interessanti. Avevo l'imbarazzo della scelta ma alla fine ho optato per una felpa rossa natalizia con la scritta "Merry Christmas", che indosserò per le feste, ed una caldissima tuta grigia. Per completare il look ho comprato anche un meraviglioso bracciale in argento luccicante. Ho trascorso un pomeriggio sereno, pieno di gioia, chiacchiere e amore, coccolata dall'affetto dei miei cari che mi hanno fatto una bellissima sorpresa. Infatti non mi avevano avvistato con anticipo che sarei uscita e quando l'ho saputo la gioia è stata incontenibile. Quando i miei cugini sono arrivati ero pronta e tutta sorridente con la mia borsetta fucsia. Durante lo shopping, per non farci mancare nulla, abbiamo gustato un fantastico e buonissimo gelato. Indovinate a quale gusto? Ovviamente cioccolato!!! Non dimenticherò mai questa giornata e spero che ci sarà occasione di ripetere questa esperienza. Ringrazio di cuore i miei cugini ai quali voglio un bene infinito.



Natale

di Loredana Rossetti

Una volta il Natale era una festa più sentita rispetto a oggi. Ricordo da bambina la Novena di Natale, per nove sere ci riunivano in chiesa a pregare e alla fine il sacerdote ci donava una figurina che rappresentava un personaggio del presepe da mettere insieme fino a Natale. Fra vicine di casa ci si riuniva qualche giorno prima per preparare insieme i cappelletti del pranzo di Natale, questo era già una festa. In casa era tutto un fermento, i bambini insieme giocavano, si rincorrevano euforici nell'attesa della notte di Natale sapendo già che svegliandosi avrebbero trovato accanto all'albero i doni che Babbo Natale avrebbe portato quella notte. La sera della vigilia, nella grande sala da pranzo tutto era pronto, la tavola imbandita, i posti assegnati e, vestiti di tutto punto, si andava alla messa di mezzanotte con il cuore gonfio di gioia.



Il banchetto di Natale

di Marco Rossi



Il primo ricordo che mi viene in mente pensando al Natale è il calore e la convivialità dello stare insieme in famiglia, tra parenti e nonni portando da mangiare e da bere da parte di ciascuno di noi. Il natale quest'anno lo festeggio preparando il cibo in casa coi miei genitori e poi vado a casa di mia sorella e il suo fidanzato dove pranziamo con loro e i suoi genitori; e si mangerà 5 kg di cappelletti al formaggio, 6 kg di ravioli alle erbe e formaggio, antipasti, lasagne, contorni, secondi, e infine dolci.

Da bambino si festeggiava fino a scoppiare di cibo di solito con tortellini e cappelletti sia in brodo che asciutti, lasagne bianche, verdi, gialle, contorni di carne con dentro l'uovo ecc...

La vera magia del Natale però è lo stare insieme in famiglia e tra parenti e fra amici.

Tutto in questo periodo dell'anno crea atmosfera. Non ci sarà mai fine allo scaturire dell'atmosfera di San Nicola e a quello che crea lo spirito natalizio è il Natale stesso.

SOSTIENI I NOSTRI PROGETTI.

Contribuendo economicamente con l'invio di donazioni a: Beneficiario Prov. Ita della Cong. Servi della Carità - Opera Don Guanella - IBAN: IT19G0707067821000000515590 - Banca CREDITO ROMAGNOLO BCC CESENA E GATTEO. Per appuntamenti, informazioni, ecc. telefonare al numero 0541/930157 oppure fax 0541/933424, e-mail: gatteo.segreteria@guanelliani.it