

IL MESE DI GIUGNO

Ecco la poesia della nostra amica

Germana

Ecco è arrivato giugno con la
falce in pugno.

Il grano è già un po' maturo,
nel grano ci sono tanti
papaveri
e l'erba zizzania che il
mio papà raccoglieva e
poi la faceva seccare e poi la
bruciava... viva l'estate!



BUON COMPLEANNO

QUESTO MESE VEDE COME

PROTAGONISTI:

RAF

Ghibauda Caterina 21

Canavese Teresa 27

RSA (Craveri)

Paccani Elvio 21

NUCLEO ALZHEIMER

Angaramo Caterina 18

MELLANO/SORDELLA

Caramagna Rosalba 08

Bernardi Giuseppe 14

Quaranta Maddalena 29



MIRABILIA CHE ... MERAVIGLIA!

Anche quest'anno la nostra residenza ha ospitato alcuni artisti di Mirabilia, in particolare il brillante trio composto da Nando, Maila e Marilù. La giovane famiglia ha alternato momenti di musica con strumenti fai da te con momenti di giocoleria. Il folto pubblico ha risposto con entusiasmo e tanti applausi che hanno riscaldato il cuore di questi artisti.

Grazie e alla prossima!



VISITE DEI BAMBINI

Nel pomeriggio di mercoledì 14 giugno alcune classi della scuola materna Dompè sono venuti a farci visita... i bambini ci hanno allietato raccontandoci la storia “Del più furbo” con canti e letture.

Invece, giovedì mattina ci siamo recati alla scuola dell’infanzia “Celebrini” a trovare le insegnanti e i bambini... che festa al nostro arrivo! Tutti seduti sulle loro panchette hanno cantato e mimato molte canzoni...anche noi abbiamo ricambiato con alcuni pezzi della tradizione piemontese, come per esempio “Piemontesina Bella”. Ai bambini delle due scuole sono stati consegnati alcuni fiori colorati dai nostri ospiti, sui quali abbiamo scritto frasi di auguri per una BUONA ESTATE!



OGGETTI DEL PASSATO PER...

NON DIMENTICARE

Giovedì 22 giugno abbiamo trascorso un insolito pomeriggio in compagnia di un gruppo arrivato da Roccasparvera per raccontare una storia legata agli oggetti e alla vita di una volta, ambientata nei primi anni del '900 nelle borgate di montagna. Iniziava così il racconto di Pietro dalla sua nascita, tutto fasciato, come l'usanza del tempo voleva fino alla sua età adulta con la moglie Caterina e i numerosi figli, passando per la guerra in Russia, nel corpo degli alpini e il lavoro in campagna, con le vacche e le "cioche".

Il pubblico presente era rapito dalle parole del narratore e dalla musica allegra dei tre musicisti...un pomeriggio indimenticabile, visto che a distanza di giorni si commentavano ancora alcuni episodi della storia.



10 REGOLE D'ORO PER COMBATTERE IL CALDO E I COLPI DI CALORE

Come ogni anno, in questo periodo arrivano i consigli del Ministro della salute per proteggersi da eventuali rischi. Seguire le regole è molto semplice, occorre tenerle bene a mente per evitare che il corpo si surriscaldi troppo e al contrario si mantenga sempre ben idratato.

1. Ricordati di bere spesso.
2. Evita di uscire nelle ore più calde del giorno (dalle 11 alle 17).
3. Apri le finestre di casa al mattino e abbassa imposte e tapparelle di giorno per non fare entrare il sole.
4. Rinfresca l'ambiente in cui soggiorni.
5. Ricorda di coprirti quando passi da un ambiente molto caldo a uno con aria condizionata.
6. Quando esci proteggiti con cappelli e occhiali scuri.
7. Indossa indumenti chiari, non aderenti, di fibre naturali (lino o cotone); evita le fibre sintetiche che impediscono la traspirazione e possono provocare irritazioni, pruriti e arrossamenti.
8. Bagnati spesso polsi e braccia e bagnati subito con acqua fresca in caso di mal di testa provocato da colpo di sole o di calore, per abbassare la temperatura corporea.
9. Consulta il medico se soffri di pressione alta (ipertensione arteriosa) e non interrompere o sostituire di tua iniziativa la terapia.
10. Non assumere regolarmente integratori salini senza consultare il tuo medico curante.