

## IL MESE DI GIUGNO

Ecco è arrivato il mese caldo che fa maturare il grano e le piante da frutta: le ciliegie, le fragole, le mele, le pere, susine ecc...

Gli scolari hanno finito la scuola, che gioia essere promossi!!!

Sono stati bravi e i genitori sono soddisfatti di loro e li porteranno al mare a fare i bagni.

È tempo delle ferie e abbiamo voglia di andare al mare visto che fa bene alle gambe per noi che siamo un po' vecchi, ma speriamo bene in qualche giornata di libertà!!

Ciao alla prossima!! Buone ferie a tutti!!

EVVIVA L' ESTATE!!

Germana Combale

## COMPLEANNI DI

### GIUGNO

QUESTO MESE VEDE COME  
PROTAGONISTI:

#### (CRAVERI) RSA

GIRAUDO MARGHERITA 15

OLIVERO CECILIA 17

CAVALLERO SEBASTIANO 22

#### RAF

GHIBAUDO CATERINA 21

CANAVESE TERESA 27

#### MELLANO/SORDELLA

CARAMAGNA ROSALBA 08

BERNARDI GIUSEPPE 14

POMERO LUISA 15

CHIARAMELLO ANTONIA 16

MARENGO LUISA 16

TESTA LORENZINA 19

#### NUCLEO ALZHEIMER

LAMBERTO BERNARDO 06

ANGARAMO CATERINA 18

#### AUGURI DI CUORE!

## CONTRO IL CALDO...

### 10 UTILI CONSIGLI!

Come ogni anno è arrivata l'estate...  
noi infermieri vi ricordiamo dieci  
buoni consigli contro la minaccia del  
caldo estivo.

- 1) Non uscire nelle ore più calde
- 2) Arieggiare l'ambiente dove si vive,  
ma non esporsi alla ventilazione  
diretta.
- 3) Bere almeno un litro e mezzo di  
liquidi al giorno
- 4) Niente bevande alcoliche, gassate,  
troppo zuccherate e troppo fredde.
- 5) I pasti devono essere leggeri  
preferendo pasta, frutta, verdura,  
gelati alla frutta.
- 6) Capo sempre riparato dal sole e  
impacchi con acqua fresca per  
abbassare la temperatura corporea in  
caso di mal di testa dovuto a eccessiva  
esposizione.

7) Abiti leggeri, larghi e chiari,  
evitando fibre sintetiche che  
ostacolano il passaggio dell'aria.

8) Non restare all'interno di  
automobili parcheggiate al sole.  
concedersi qualche giorno di vacanza  
in luoghi freschi.

9) Questo vale in qualsiasi stagione:  
non interrompere né cambiare di  
propria iniziativa le terapie mediche.

10) Se fosse possibile, concedersi  
qualche giorno di vacanza in luoghi  
freschi.



## GRAZIE BAMBINI DELLA SCUOLA MATERNA CELEBRINI...

Venerdì 7 giugno con i bambini coinvolti nel progetto "Orto del cuore" abbiamo partecipato alle ORTOLIMPIADI, anziani e bambini sono stati divisi in due squadre: quella rossa delle fragoline e quella verde delle cipolline. Le due fazioni si sono sfidate ad indovinare gli oggetti che l'educatrice Silvia disegnava sulla lavagna e poi una sfida a palla canestro ha decretato i vincitori... ma colpo di scena... le due squadre hanno concluso in parità!

E' stata una bellissima esperienza intraprendere questo progetto... sono nate molte verdure nel nostro orto ma è nata anche una bellissima amicizia tra il Craveri e il Celebrini che coltiveremo anche il prossimo anno.

Grazie alla maestra Nadia e a tutti i bambini dell'ultimo anno.



LA SQUADRA DELLE CIPOLLINE!



LA SQUADRA DELLE FRAGOLINE!

## USCITE... CHE PASSIONE!

Giovedì 13 giugno un nutrito gruppo di carrozzine si è recato a fare visita ai bambini della scuola materna “Celebrini”. Il sole ci ha accompagnato durante la mattinata; ad accoglierci le sei classi dell’asilo che con canti e balli hanno rallegrato tutti. Anche noi abbiamo cantato due canzoni tipiche dei nostri tempi... “Piemontesina Bella” e “Quel mazzolin di fiori”.



Giovedì 20 giugno invece ci siamo recati in Duomo dove siamo stati accolti da don Ricciardi che ci ha spiegato un po’ di storia fossanese. Ci siamo stupiti, entrando in chiesa, che fosse tutta “impacchettata”, il don ci ha spiegato che stanno facendo dei lavori di ristrutturazione alle vetrate.



Chissà dove andremo il prossimo giovedì?

## I PENSIERI DI MARGHERITA

Sono Margherita Gallo, sono nata nelle langhe, S.Stefano Roero, posti bellissimi dove c'è il vino arneis e le suore di S. Stefano Belbo fanno il vino Santo, cioè il vino buono per celebrare la Santa Messa, secondo la tradizione è molto ricercato.

Mia sorella è nata dopo di me, si chiama Candida ed è un'anima bianca di nome e di fatto. È molto giudiziosa, è bella come una stella ma è costretta a stare in carrozzina.

Oggi è il secondo giorno d'estate, ormai il grano ha già formato la spiga, in mezzo al grano ci sono i papaveri rossi ed il fiordaliso blu, vedo gli uccelli che si fanno il loro nido, mi piace l'estate !! abbiamo fatto "l'orto del cuore" ci sono: le fragole, l'insalata e poi tutti i gusti dalla salvia al rosmarino, dalla menta alla lavanda. L'orto è custodito da Luca.

Al Mons. Signori è stata organizzata una grande festa per visitare la

struttura e la grande tenuta di terra. In essa c'è un nocciolo, un allevamento realizzato da Gianni Fanton che ha prodotto la lattuga per sfamare le lumache. A questa festa hanno partecipato in molti.

La mia compagna di camera è un angioletto, l'unico difetto che ha è che non si ricorda dove mette la roba e poi di notte russa, ma io le sto sempre vicino.

Oggi è sabato e come attività si farà la ginnastica dolce, le educatrici non hanno paura di spostare le sedie, sono stupende e hanno per tutti una parola buona e danno il peso ad ognuna.

