



FONDAZIONE  
**G.SCOLA**  
O N L U S

# Brugora *oggi*

N. 22 - Maggio 2018

Periodico d'informazione  
della FONDAZIONE G. SCOLA ONLUS

Autorizzazione del tribunale di Monza  
n. 1457 in data 27.04.2011



## **Sua Em. Angelo Scola**

**Il Cardinale emerito di Milano tra noi!**

**Il FAI incontra il monastero di Brugora**

**SGQ - Sistema di Gestione della Qualità** - Audit annuale in Fondazione  
**CUORE E SAPORI** Torta cioccolato - **I RIMEDI DI UNA VOLTA** Frutta e verdura

Residenza Sanitaria  
Assistenziale  
Nucleo Alzheimer  
Centro Diurno Integrato  
Mini Alloggi Protetti



**FONDAZIONE G. SCOLA ONLUS**  
Via Cavour, 27 - 20842 Besana in Brianza (MB)  
Tel. 0362.91711 - Fax 0362.919331  
www.fondazionegscolaonlus.com  
Partita IVA 00985740968  
Codice Fiscale 83000310157

**Centralino**  
Tel. 0362.91711

**Ufficio Relazioni con il Pubblico (URP)**  
Tel. 0362.917148  
Lunedì-martedì-giovedì-venerdì-sabato  
ore 9-12; mercoledì ore 15-17  
ufficio.urp@fondazionegscolaonlus.com

**Presidente**  
Avv. Aldo Perego  
Tel. 0362.917153 (su appuntamento)  
presidente@fondazionegscolaonlus.com

**Direzione Amministrativa**  
Tel. 0362.917153 (su appuntamento)  
ufficio.segreteria@fondazionegscolaonlus.com

**Direzione Sanitaria**  
**Direttore Sanitario**  
Dr.ssa Raffaella Pozzoli  
Tel. 0362.917148 (su appuntamento)  
ufficio.urp@fondazionegscolaonlus.com  
**Responsabile dei Servizi Assistenziali**  
Sig.ra Luisa Malacrida  
**Dr.ssa Anna Mariani**  
Settore B1, Alzheimer, BC3 - Martedì ore 17-18  
**Dr.ssa Diana Gerli**  
Settore BC2 - Mercoledì ore 17-18  
**Dr.ssa Federica Fumagalli**  
Settore A0, A1, A2, A3 - Lunedì ore 17-18  
**Dr.ssa Giulia Mottadelli**  
Settore A0, A1 - Venerdì ore 17-18  
**Dr. Davide Mazzoleni**  
Centro Diurno Integrato

- 1 **Editoriale**
- 2 **Il FAI incontra il monastero di Brugora**
- 4 **SGQ - Sistema di Gestione della Qualità**  
Audit annuale in Fondazione
- 5 **Una tradizione irrinunciabile**
- 6 **Santa Messa in Cena domini e lavanda dei piedi**
- 7 **Sua Em. Angelo Scola**  
Il Cardinale emerito di Milano tra noi!
- 10 **Allergie primaverili**  
Semplici consigli
- 12 **Storie di vita** Elena Tragni
- 14 **Il martire Arialdo**  
L'ultimo personaggio dipinto
- 16 **Cuore e sapori**  
Torta cioccolato e fragole
- 18 **"I rimedi di una volta"**  
Frutta e verdura, alimenti preziosi
- 20 **Posta**  
Riceviamo e pubblichiamo
- 21 **Agenda**

## Brugora *oggi*

**Numero 22 - Maggio 2018**

Periodico d'informazione  
della FONDAZIONE G. SCOLA ONLUS  
Autorizzazione del Tribunale di Monza n. 1457  
in data 27.04.2011 - Tiratura 2000 copie

**Direttore Responsabile:**  
Raffaella Pozzoli

**Comitato di Redazione:**  
R. Pozzoli, D. Redaelli, C. Rinallo, A. Riva

**Immagini fotografiche:**  
Sebastiano Ponessa, Servizio Animazione,  
Archivio Fondazione G. Scola

**Progetto grafico e impaginazione:**  
A&B - Besana in Brianza (MB)

**Direzione e Redazione:**  
URP Fondazione G. Scola  
Via Cavour, 27 - 20842 Besana in Brianza (MB)  
ufficio.urp@fondazionegscolaonlus.com

# La Fondazione guarda al futuro

**S**iamo quasi a metà del 2018 e la Fondazione sarà chiamata a verificare, alla luce della nuova normativa del cosiddetto "Terzo Settore", quello che potrà essere il suo futuro da un punto di vista giuridico ma, soprattutto, come potrà coniugare i suoi obiettivi di sviluppo con quelle che potranno essere le esigenze e le necessità degli Ospiti nei prossimi anni.

*Oggi, le disabilità che possono colpire le persone anziane, ma anche in età non avanzata, sono diverse ed è necessario considerarle sotto ogni punto di vista: sanitario-assistenziale, sociale, culturale.*

*La società intera dovrà occuparsene sempre di più e dare indicazioni di indirizzo generale su come affrontare le varie situazioni di disagio oltre che dare concreto supporto ai cittadini, alle famiglie e alle entità che a vario titolo se ne occupano.*

*La Fondazione G.Scola è già strutturata per offrire sollievo ad una disabilità orientata alle persone anziane e anch'essa dovrà verificare se esistono le condizioni per individuare nuove prospettive anche alla luce di un possibile ampliamento dell'offerta.*

*Pur considerando che della normativa legata al "Terzo Settore" si attendono i decreti attuativi per capire quelle che saranno le possibili strutture organizzative, la Fondazione è comunque impegnata a verificare le proprie potenzialità e a ricercare, all'interno degli ambiti di competenza e delle aree potenziali, le sinergie per uno sviluppo partecipato e condiviso.*

*Sostenibilità ed efficienza, qualità e livello di eccellenza del servizio, innovazione digitale, verifica dei modelli di cura, universalità ed equità, governance e livello di centralizzazione: è su questi temi e principi, che oggi sono considerati le linee guida per la sanità del futuro, unitamente alle precedenti considerazioni, che il Consiglio di Amministrazione dovrà misurarsi per delineare i possibili scenari futuri della Fondazione.*

*Cordiali saluti a tutti.*

*Il Presidente  
Avv. Aldo Perego*





# Il FAI incontra il monastero di Brugora

La Delegazione FAI – Fondo Ambiente Italiano – dell’ Alta Brianza, riferimento per il Meratese, il Caratese ed il Besanese, consapevole della grande ricchezza storica ed artistica di cui dispone il territorio della Brianza collinare, quest’anno ha deciso di organizzare la 26ª edizione delle Giornate di Primavera, ponendo l’attenzione sul nostro meraviglioso territorio. Nel fine

settimana tra il 24 ed il 25 marzo è stato infatti proposto un itinerario di riscoperta attraverso un percorso dal tema: “Besana in Brianza: un itinerario tra le arti, nei secoli” che si è articolato attraverso la visita di prestigiosi beni storici della nostra zona in collaborazione con il Comune di Besana in Brianza, l’Associazione culturale SS. Pietro e Paolo di Brugora, l’Associazione Eugenio

Corti e la Fondazione G. Scolla onlus.

Un impegno di preparazione durato mesi in cui tutti, tra cui la maggior parte volontari, hanno organizzato insieme questo momento che si è svolto rendendo possibile un itinerario con visita guidata di cinque beni storici: la Chiesa dei Santi Pietro e Paolo a Brugora, il Complesso del nostro antico Monastero in Fondazio-

ne Scola, la Villa Borella, Rossi, de Sabata, la Villa Prinetti, Miotti Filippini e Villa Corti.

Le visite sono state guidate e illustrate dai volontari del FAI, il Gruppo Giovani Alta Brianza e una decina di "Apprendisti Ciceroni" studenti del liceo Agnesi di Merate. Le Ville e la Chiesa dei SS. Pietro e Paolo erano accessibili a tutto pubblico accorso mentre il Monastero di Brugora era riservato esclusivamente ai soci FAI. Le visite si sono svolte il sabato e la domenica ininterrottamente dalle 10 alle 17,30 e, nonostante la variabilità del tempo, hanno richiamato qui a Brugora circa 2.500 persone su un numero di 6.000 complessivi in Besana in Brianza. La grande novità di quest'anno è che la Delegazione FAI del nostro territorio ha creato occasioni speciali anche per i bambini proponendo "Percorsi Kids" dai 4 ai 10 anni con guide dedicate, preparate alla fascia di età e con visite in orari a loro consoni. Questa attenzione speciale è stata molto apprezzata da circa 30 bimbi e dalle relative famiglie ed assume un significato che va ancor più a migliorare l'azione di promozione culturale che il FAI desidera portare in questo modo a tutti.

Tutto questo si è svolto all'interno dell'evento nazionale Giornate FAI di Primavera in collaborazione con la Commissione Europea, la Presidenza del Consiglio dei Ministri, il patrocinio del Ministero dei Beni e delle Attività culturali e del Turismo che hanno coinvolto Soprintendenze, Università, istituzioni pubbliche e private che con 120 delegazioni FAI e 50.000 volontari unitamente a 40.000 "Apprendisti Ciceroni" hanno reso possibile la conoscenza di luoghi storici ed arti-



stici "nascosti" di grande valore. La Sala del Coro con i suoi affreschi, la Chiesetta interna ed i chiostri del Complesso Monastico, la Chiesa di SS. Pietro e Paolo di Brugora sono stati tra i 185 luoghi d'arte scelti per l'evento FAI in tutta la regione Lombardia, a testimonianza dell'importanza del patrimonio culturale ed artistico che l'alta Brianza può offrire e promuovere in Italia e in Europa. Il Monastero è stato uno dei luoghi più visitati e questo porta merito sia alla bellezza storica e culturale che vanta che a tutte le persone che in qualche modo hanno preso parte all'evento, comprese quelle che durante il weekend hanno lavorato presso la Fondazione e che hanno reso possibile un'organizzazione ben realizzata e condivisa che ha avuto ottimi risultati.

Le giornate FAI di Primavera, oltre ad essere un incontro prezioso ed emozionante tra il FAI e i cittadini, sono un'importante occasione di condivisione ed opportunità. Mi sembra arricchente ricordare a tutti quali siano i sette valori promossi dal FAI con le sue attività, nel prendersi cura ogni giorno di natura e cultura: conoscenza, competenza, concretezza, coerenza, indipendenza intesa come libertà di pensiero e

di azione al di là delle differenze ideologiche, curiosità per la scoperta dei luoghi, "oziosità operosa" intesa come coltivare un tempo libero di qualità e fare in modo che i nostri Beni e le iniziative proposte siano occasioni per dedicarsi con intelligenza alle proprie passioni e coltivarne di nuove.

La tutela del patrimonio storico, artistico e paesaggistico è la principale missione del FAI: ne siamo stati coinvolti con grande partecipazione e ringraziamo tutti coloro che se ne sono occupati con dedizione e cura, rendendo possibile la conoscenza di alcune bellezze di Besana in Brianza con il Monastero di Brugora attraverso la principale stampa e canali TV regionali e nazionali. Anche questo evento FAI di portata nazionale testimonia il "ben fare" che ci siamo dati come direzione e obiettivo in Fondazione Scola e che desideriamo continuare a diffondere e difendere, affinché la nostra struttura, oltre ad offrire servizi di qualità, possa essere sempre più "viva" e partecipata in mezzo al suo territorio e alla sua gente con i suoi ospiti, i loro familiari e tutti coloro che operano ogni giorno all'interno e che con volontà e scelte costruiscono il miglioramento e l'innovazione. ■

# SGQ - Sistema di Gestione della Qualità

## Audit annuale in Fondazione

**L**a Fondazione Scola si avvale della seguente Mission: *“La Fondazione G. Scola Onlus è una struttura che eroga un servizio assistenziale per anziani parzialmente autosufficienti e non autosufficienti. Il servizio consiste nell’assicurare, sia a carattere residenziale che diurno, il soddisfacimento dei bisogni socio relazionali e sanitari dell’ospite, in modo personalizzato e ad un livello qualitativo tendente all’eccellenza,*



*Il Servizio di Fisioterapia*



*Il Servizio di Animazione*

*controllabile e riconosciuto dall’ospite stesso, dai parenti, e più in generale dai cittadini residenti nel territorio e dalle istituzioni. Gli accessi sono regolati dallo Statuto e da criteri aggiuntivi coerenti con gli indirizzi generali delle Istituzioni e con le necessità obietive dell’utenza potenziale”.*

Al termine delle due impegnative giornate di verifica ispettiva, il 27 e 28 febbra-

io u.s., la Fondazione Scola ha superato l’audit di sorveglianza con l’Ente Certificatore Certiquality.

Nel rapporto di audit :

- è emerso che il documento di analisi dei rischi, relativo alla ISO 9001:2015, riflette l’impegno ed il coinvolgimento del personale che ha contribuito alla stesura di uno strumento che risulta idoneo al monitoraggio dei rischi

dell’organizzazione, che risulta in fase di continua evoluzione, al fine di renderlo il più possibile adeguato alla struttura organizzativa;

- si evidenzia la professionalità del personale intervistato, che ha partecipato in modo attivo all’audit, confermando l’alto grado di coinvolgimento alla gestione dei processi;
- si sottolinea che il miglioramento dei servizi offerti agli Ospiti è parte integrante di un percorso che la Fondazione Scola ha intrapreso da diversi anni con l’obiettivo di assicurare il pieno soddisfacimento dei bisogni sanitari e socio-relazionali di ciascun ospite. Grazie a tutti per aver contribuito al raggiungimento di questo importante obiettivo. ■

# Una tradizione irrinunciabile

L'uovo di Pasqua è un oggetto tradizionale, divenuto nel tempo uno dei simboli della stessa festività cristiana, assieme alla colomba. Nel cristianesimo simboleggia la risurrezione di Gesù dal sepolcro. La tradizione del classico uovo di cioccolato è recente, ma il dono di uova vere, decorate con qualsiasi tipo di disegni o dediche, è correlato alla festa pasquale sin dal Medioevo. La tradizione del dono di uova è documentata fin dall'antichità dove era diffusa la tradizione dello scambio di semplici uova di gallina all'avvento della stagione primaverile. Alcuni popoli consideravano il cambio di stagione una sorta di primo dell'anno. Il Cattolicesimo riprese le tradizioni che vedevano nell'uovo un simbolo della vita, rielaborandole nella nuova prospettiva del Cristo risorto. L'uovo infatti somiglia a un sasso e appare privo di vita, così come il sepolcro di pietra nel quale era stato sepolto Gesù. Dentro l'uovo c'è però una nuova vita pronta a sbocciare da ciò che sembrava morto; l'uovo diventa quindi un simbolo di risurrezione. In questo modo la simbologia legata all'uovo entra quindi nel quotidiano. Nell'usanza delle famiglie comuni era solito abbellire le uova di gallina con decorazioni fatte a mano, a volte rudimentali. Spesso le donne e i bambini si impegnavano in quest'attività di precisione e creatività.



**La tradizione del dono di uova è documentata fin dall'antichità dove era diffuso lo scambio di semplici uova di gallina all'avvento della stagione primaverile.**

Ma nelle famiglie più abbienti l'uovo decorato diventava a volte segno di prestigio. Nelle famiglie aristocratiche venivano commissionate uova artificiali rivestite in materiali preziosi quali argento, platino ed oro, ovviamente destinate ai nobili. In tempi più recenti l'uovo di Pasqua più diffuso è il classico uovo di cioccolato arricchito al suo interno da un piccolo dono. La preparazione dell'uovo di Pasqua trova inizio anche più di un mese prima del giorno della Pasqua e si estende nelle più svariate dimensioni. Alla Fondazione



Scola è ormai tradizione ricevere in dono dalla cucina "Ristorazione Oggi" un uovo di 5 chili di fine cioccolato. Solitamente il grande uovo, che fa bella mostra di sé per le settimane precedenti alla Pasqua, contiene un'elegante sorpresa. Se l'aggiudica la prima persona che lo colpisce con il martello il giorno successivo a Pasquetta. Quest'anno la brillante sorpresa adorna il polso della signora Adele, ma il buon cioccolato è stato gustato con piacere da tutti: ospiti, operatori e volontari della nostra Fondazione. ■



**Evento in Fondazione** a cura del Servizio Animazione

# Santa Messa in Cena Domini e lavanda dei piedi

**G**iovedì 29 marzo 2018 si è svolta presso la Sala del Coro la Celebrazione Eucaristica in *Cena Domini* con il rito della *lavanda dei piedi*. In essa si ricorda l'Ultima Cena di Gesù con i suoi discepoli, consumata prima della sua passione, nella quale conse-

gnò ai discepoli il Comandamento dell'amore: *"Amatevi gli uni gli altri come io ho amato voi"*, (Gv 13,34), dopo aver lavato loro i piedi. Un gruppo di bambini e ragazzi si è offerto per svolgere questo gesto pieno di significato. Don Sandro Casiraghi ci spie-

ga che: *"Leggendo attentamente il Vangelo di S. Giovanni si riesce a capire che l'episodio (= rito, gesto, celebrazione liturgica, segno) ha un valore catechistico importantissimo. Innanzitutto è un richiamo al dovere del cristiano di esercitare la Carità, in senso com-*





*plessivo, di attenzione al prossimo: ma va molto oltre e in circostanze particolari. Il gesto raccontato all'interno della celebrazione dell'Ultima Cena ci ricorda che la conseguenza della partecipazione alla Comunione non è semplicemente un atto di riconoscimento del dono del Signore (il pane dell'Eucaristia), ma un invito a praticare l'attenzione verso il prossimo con atti concreti di aiuto, condivisione e servizio. Chi partecipa alla Santa Messa non può ricavarne solo la santa attenzione ad un precetto, ma deve impegnarsi ad esercitare ogni forma di servizio, di attenzione al prossimo, altrimenti la partecipazione alla messa si riduce semplicemente a un gesto che non raggiunge il suo scopo. È per questo che il rito è stato compiuto nel centro della Messa stessa: ne è la spiegazione (catechesi) e la realizzazione del vero partecipare a tutta la pratica*



*crisiana. Vivere la Messa vuol dire "fare la carità" nel senso di servire il prossimo. Ognuno, nella sua condizione di vita (giovane-vecchio, ricco-povero, sano-ammalato, dipendente-libero, bambino-adulto, volontario-assunto), da cristiano, deve imparare a compor-*

*tarsi da "servitore" (con spirito di dedizione) verso ogni persona. Tutto questo, se ci pensiamo, è il valore ultimo della morte in croce di Gesù: lui non ha fatto semplicemente un gesto di carità ma ha dato tutta la sua vita per noi. Ecco la Pasqua!". ■*



# Sua Em. Angelo Scola

## Il Cardinale emerito di Milano tra noi!

**Q**uest'anno la Santa Messa pre-Pasquale è stata celebrata da Sua Eminenza Cardinal Angelo Scola, Arcivescovo emerito di Milano. La celebrazione è avvenuta mercoledì 28 marzo 2018 presso la Sala del Coro della Fondazione alla presenza di mol-

ti ospiti che hanno ascoltato le attese parole del Cardinale e ricevuto la sua santa benedizione. La Santa Messa è stata concelebrata da Don Mauro parroco di Besana in Brianza, il diacono Renato e i seminaristi presenti presso la Comunità Pastorale territoriale. Non

solo gli ospiti sono stati onorati di questa importante celebrazione, anche le autorità della Fondazione, gli operatori e i collaboratori, i numerosi familiari presenti e i volontari che hanno operato per la buona riuscita di questo evento liturgico. In modo particola-



re tutta la Fondazione ringrazia Don Sandro Casiraghi per l'impegno che ha profuso nella preparazione di questo importante incontro, per la dedizione che quotidianamente dedica alle funzioni religiose sempre molto partecipate e all'immane opera di assistenza spirituale verso tutti coloro che ne portano desiderio e necessità.

Proprio Don Sandro ha voluto commentare questo importante evento con queste parole: *"A parte il fatto che anche per il Card. Angelo Scola la visita, con la celebrazione della Pre-Pasqua nella nostra comunità, ha costituito una novità per la sua persona (non avendo mai visto il Monastero di Brugora): la sua presenza in mezzo a noi ha avuto anche il significato di far presente la collocazione della Istituzione nel grande solco della attenzione diocesana alle realtà socio-assistenziali del territorio. La caratteristica nostrana della iniziativa besanese, pur semplicemente civile*



*e cittadina, ha potuto annoverare una sottolineatura di natura religiosa che, in un contesto di profondi valori popolari e cristiani, sono pur sempre punti di eccellenza. Anche le parole del presule hanno sottolineato questo tessuto sotteso alle funzioni assistenziali della Onlus "G. Scola". Credo che ognuno dei partecipanti all'evento abbia potuto sottolineare il coin-*

*volgimento fatto di contatto ("... ho visto e salutato il Cardinale Scola") e di gioiosa presenza per una celebrazione che non capita tutti i giorni. La disponibilità e la cordialità di questa presenza eccellente non fa che rendere onore alla nostra istituzione. Vista la partecipazione "corale" all'evento, c'è da augurarsi che altri fatti simili si ripetano." ■*

# Allergie primaverili

## Semplici consigli

La bella stagione porta con sé sole, giornate che si allungano e temperature più miti che consentono di trascorrere molto più tempo all'aperto, che sia al parco, al mare in collina o in montagna. Ecco che la primavera, per molti, diventa sinonimo di buon umore, energia e positività. Per molti, appunto, non per tutti. Il 33,6% delle persone associa la primavera all'arrivo delle allergie e, inevitabilmente al malessere che portano con sé.

È il risultato di un'indagine di ASSOSALUTE. Nella ricerca si rileva che le allergie rappresentano un problema di salute diffuso: circa il 40% ammette di soffrire di una qualche forma di allergia e, la quota di allergici ne soffre tutte le primavere.

Non si rileva discrepanze tra uomini e donne, quan-

do si parla di giovani, uno su quattro (under 30) si dichiara allergico.

I principali allergeni che si presentano nel periodo primaverile sono i pollini delle Graminacee, della Parietaria, le Composite (esempio l'Ambrosia), le Betullacee, le Oleacee e le Cupressacee.

### Ecco il calendario dei pollini:

- **Graminacee:** da aprile a giugno;
- **Parietaria:** da marzo a ottobre;
- **Composite:** da luglio a settembre;
- **Betullacee:** da gennaio a maggio;
- **Oleacee:** da maggio a giugno;
- **Cupressacee** (cipresso): da febbraio a fine marzo con possibile anticipazione a gennaio o continuazione fino ad aprile.

### Ma quali sono i sintomi più fastidiosi delle allergie?

Starnuti, prurito agli occhi, lacrimazione e naso chiuso. Insonnia, stanchezza, irrequietezza. Difficoltà di respiro e asma.

Fattori spesso limitanti per gli impegni di ogni giorno. Per controllare i sintomi delle allergie primaverili la maggior parte delle persone ricorre ai farmaci da banco (senza obbligo di ricetta).

Difficoltà a dormire e conseguente irascibilità sono tra gli effetti più fastidiosi per chi soffre di allergie primaverili. L'irritabilità e il cattivo umore provocati dall'allergia possono determinare situazioni di conflitto in famiglia, limitare la vita all'aria aperta e le interazioni sociali.

Ecco allora alcuni **semplici consigli** per combattere le al-



Graminacee



Parietaria



lergie e vivere serenamente la primavera:

- nell'arco della giornata, dove è possibile, **evitare di uscire all'aperto durante le ore di maggior concentrazione pollinica** (ore centrali e più calde);
- cercare di **respirare con il naso** piuttosto che con la bocca. Attraverso il naso, infatti, l'aria viene depurata di alcune particelle;
- **tenersi debita distanza dai**

**fumi, dai profumi e dalle polveri** che facilitano l'insorgenza di prurito, starnuti e tosse;

- **usare appropriate mascherine** durante i lavori all'aperto;
- **evitare di viaggiare in auto coi finestrini aperti**, optando per l'aria condizionata e filtri di areazione anti-polline da pulire spesso;
- **lavare spesso i pavimenti**; ma attenzione all'uso dell'aspirapolvere (a meno che non sia

dotato di filtri) che può sollevare le particelle allergizzanti;

- **tappeti e moquette, tappezzerie e tendaggi sono arredi rischiosi per gli allergici**; lì si depositano pollini, polveri difficili da rimuovere;
  - **fare la doccia e lavare i capelli quotidianamente**. I granuli pollinici in frammenti più piccoli spesso rimangono tra i capelli e la notte possono depositarsi sul cuscino, vengono così inalati;
  - **evitare di uscire subito dopo un temporale**; l'acqua rompe i granuli pollinici in frammenti più piccoli che raggiungono facilmente le vie aeree e in maggior profondità.
- Tenendo sotto controllo il calendario della fioritura, riconoscere i principali sintomi di un'allergia ai pollini e seguire alcune semplici regole per tenere a bada gli starnuti e godersi così l'arrivo della bella stagione senza rimanere senza respiro. ■



Betullacee

La signora

# Elena Tragni

**M**i chiamo Elena Tragni e sono nata il 4 dicembre 1932 a Meda (MB). Sono l'ultima di tre fratelli. Mia mamma era un'insegnante delle scuole elementari mentre mio papà era un imprenditore di trancia. Vivevo in una famiglia che ha consentito ai suoi figli di proseguire gli studi. Ho frequentato sia le scuole medie che le scuole superiori: le medie a Carate Brianza, mentre le scuole successive, il liceo linguistico, le ho frequentate a Milano fino al terzo anno. Mi recavo in treno. In quegli anni era periodo di guerra e si veniva promossi alla classe successiva senza svolgere i temuti esami.

Ho conosciuto mio marito in un incidente in macchina a Monza

È lì che ho conosciuto il mio futuro marito Luciano Parravicini. Quando ci siamo sposati abbiamo sempre vis-



suto a Carate Brianza. Dal matrimonio sono nati cinque figli: quattro maschi, Riccardo, Marco, Franco, Andrea e una femmina, Maria Irma.

Mio marito era un impiegato di banca mentre io face-

vo l'impiegata nella ditta di mio padre. Successivamente sono stata casalinga, mi occupavo dei bambini e della casa. Ho vissuto una vita semplice e ordinaria. Ci sono state due passioni che mi hanno resa speciale. Quando avevo sei anni mi sono avvicinata al mondo del pianoforte. In realtà ho avuto da sempre contatti con questo strumento. Mia mamma, infatti, oltre ad essere maestra aveva la passione del pianoforte. I suoi allievi venivano a casa nostra per imparare ed io, mentre giocavo con i miei fratelli, sentivo il suono di quel magico strumento. Ho iniziato da piccola a suonare per interi pomeriggi sotto la severa supervisione di mia mamma. A



volte mi faceva suonare anche due ore al giorno! Allora era quasi una tortura provare i brani tutto quel tempo. Con gli anni è diventato un vero e proprio piacere. Dei tre fratelli sono stata l'unica ad aver ereditato la capacità di suonare. Per questo motivo quando mi sono sposata, mia mamma mi ha regalato il suo pianoforte che avevamo a casa. Ho suonato fino a prima di venire a vivere qui e sono riuscita a trasmettere questo hobby a una sola delle mie figlie. Ovviamente ero appassionata di musica classica. Ascoltavo brani come Beethoven e Mozart in cassetta. Alcuni pezzi li riproducevo con il pianoforte. Mi è, inoltre, capitato spesso di andare al teatro la Sca-



la con mia mamma. La mia passione mi ha portato a conoscere anche Jonny Dorelli. Ricordo ancora che era venuto a casa nostra a suonare. Abbiamo riprodotto insieme il pezzo dell'Ave Maria di Schubert. È stato così emozionante che lo ricordo come se fosse accaduto oggi. L'altra passione che mi ha accompagnata durante tutta la vita è stata quella dello sci.

Mi è stata trasmessa dalla mia famiglia, in particolare da mio padre che adorava andare in montagna in inverno. Abituamente andavamo a Madesimo e Foppolo, ma tra le zone che mi sono rimaste nel cuore ricordo Sestriere. Praticavo lo sci in discesa e i miei genitori mi avevano comprato l'attrezzatura. Andavamo spesso durante il sabato e la domenica anche se è capitato di fare

delle settimane bianche. Anche ai miei fratelli è stata trasmessa la passione dello sci ed io stessa l'ho tramandata ai miei figli. Anche mio marito era in grado di sciare anche se non era abile come me! Durante l'estate invece avevamo una casa a Porlezza sul lago di Lugano. La casa mi è stata donata dai miei genitori e l'ho goduta con tutta la mia famiglia. Ho vissuto anche per un anno e mezzo in Inghilterra a studiare. Un'altra mia passione erano gli sport: il nuoto, i tuffi dal trampolino, le uscite in mare in canoa. I figli hanno imparato da me e da mio marito: andavamo a fare i giri in barca. Amavo anche giocare a tennis e andare in moto; a volte rubavo la moto ai miei fratelli per andare a girare al circuito di Monza. Riconosco che nella mia vita ho fatto diverse esperienze belle e interessanti che amo ricordare e raccontare ancora oggi. ■

# Il martire Arialdo

## L'ultimo personaggio dipinto

Il palcoscenico della *Crocifissione* che custodiamo come tesoro inestimabile, nella cappella interna della nostra Residenza ex-conventuale, deve essere letto con diverse coordinate. La prima è costituita dalla devozione che si rifà ai racconti evangelici. In questa linea troviamo il nucleo fondamentale della morte in croce di Gesù, i due ladroni, la Madonna, Maria Maddalena, l'apostolo S. Giovanni e S. Pietro.

Tutti gli altri personaggi sono dovuti alla memoria e fantasia artistica del pittore, legati al tempo in cui dipinge: 1512! Questa è la seconda coordinata che tiene conto delle intenzioni del pittore stesso e delle sue preferenze religiose. Gli abiti stessi dei personaggi, risalenti ai secoli '400 e '500, ci consentono di dare un nome ad ognuno. Eccoci davanti a S. Paolo, S. Ambrogio, S. Gerolamo, S. Benedetto, S. Tommaso d'Aquino, S. Domenico, S. Francesco, S. Chiara, ecc... Figure riempitive sono il grande Cavaliere e il popolano (ai piedi della croce). Il personaggio che difficilmen-



*Altare di Sant'Arialdo da Cucciago nella Basilica di San Calimero, Milano.*

*Foto di Giovanni dall'Orto*





*Sant'Arialdo viene mutilato prima di essere ucciso. Altare nella Basilica di San Calimero, Milano.*

*Foto di Giovanni dall'Orto*

**Nella carriera ecclesiastica assume il grado di Diacono. Fa parte, a Milano, del movimento dei Patarini, gruppo impegnato nel richiamo del clero agli impegni sacerdotali.**

te viene identificato è l'ultimo di estrema destra: è vestito da diacono, con paramenti liturgici che risalgono sec. XII. È il personaggio di cui vogliamo parlare.

Le vicende del martirio di questo santo fanno parte della storia milanese chiamata dei Patarini.

Arialdo nasce a Cucciago (Cantù), nel 1010, da famiglia benestante. Cresce in scuole religiose di Varese, frequenta poi ambienti culturali sparsi in Europa (Cluny, Laon). Nella carriera ecclesiastica as-

sume il grado di Diacono. Fa parte, a Milano, del movimento dei Patarini, gruppo impegnato nel richiamo del clero agli impegni sacerdotali (contro simonia e matrimonio del clero). Entra in contrasto con Guido da Velate, nominato vescovo di Milano con l'appoggio dell'Imperatore. Dotato di grande oratoria, fomenta la diffusione della pataria. L'anno 1057 segna l'inizio dell'aperto conflitto tra i seguaci di Arialdo e la Chiesa Milanese. Un Sinodo Diocesano, convocato per vo-

lontà di Papa Stefano IX, non portò pacificazione, a tal punto che Arialdo dovette fuggire da Milano. Tradito da amici, venne arrestato dai seguaci di Guido da Velate che lo reclusero nella Rocca di Angera. Li venne torturato e ucciso, gettato nel fondo del lago sottostante. Il cadavere venne poi ritrovato il 3 maggio 1067 e riportato con onore a Milano, dove fu sempre venerato. Il culto del martire venne confermato, a partire dal 1904, dalla Congregazione dei Riti di Roma. ■

# Torta cioccolato e fragole



**U**ova di Pasqua regalate dagli amici, dai colleghi, dai parenti: dopo averle aperte ci ritroviamo sommersi da gusci di cioccolato al latte e fondente, assieme a improbabili sorprese

in plastica e i soliti portachiavi. E se per i piccoli regali non ci sono soluzioni, ecco come riciclare le uova di Pasqua con una ricetta supergolosa ma anche molto raffinata.

**“La vita è come  
il cioccolato,  
è l'amaro che fa  
apprezzare il dolce”**

*Frederic Morton*



## La ricetta

### Tempo di preparazione:

Un'ora e 10 minuti.

**Porzioni:** 8/10 persone.

### Ingredienti:

*Per il Pan di Spagna al cacao:*

- 5 uova
- 30 g di cacao amaro
- 175 g di zucchero
- 200 g di amido di mais
- 1 bustina di lievito
- 1 buccia di limone

*Per la farcia:*

- 350 ml di panna liquida
- 30 g di zucchero a velo
- 150 g di fragole mature
- 200 g di cioccolato fondente al 70%

### Procedimento:

La prima cosa da fare è il Pan di Spagna.

Prendete una ciotola abbastanza capiente e montate a neve gli albumi.

In un'altra ciotola sbattete i tuorli con lo zucchero e, una volta raggiunta la consistenza giusta, incorporate gli albumi.

Aggiungete il cacao con il setaccio mescolando di tanto in tanto e fate la stessa cosa con l'amido di mais, fino ad ottenere un impasto omogeneo.



Aggiungete un po' di buccia di limone grattugiata e, continuando a mescolare, versate la bustina di lievito.

Amalgamate bene il tutto e cuocete per 30 minuti in forno a 200 gradi in uno stampo precedentemente imburrato e infarinato.

Il Pan di Spagna sarà pronto quando sarà asciutto e dorato.

A quel punto, aprite il forno e lasciatelo al suo interno per circa 5 minuti con lo sportello aperto.

È composto da un soffice Pan di Spagna farcito con panna e fragole e con una glassa di cioccolato fondente come copertura.

Il cioccolato bilancia il gusto acidulo delle fragole e crea una sintesi perfetta.

Questo dolce dai sapori contrastanti è ideale anche per una festa di compleanno perché oltre ad essere molto buono è anche molto raffinato e colorato.

Trascorso il tempo necessario estraete il Pan di Spagna dallo stampo, fate raffreddare completamente e poi tagliatelo in 3 strati.

Farcite ogni strato con 80 ml di panna montata e 30 g di zucchero a velo mescolati a 150 g di fragole e tagliate a fettine.

Ricomponete il dolce e poi dedicatvi alla glassa: sciogliete il cioccolato con la panna bollente rimasta e lasciate intiepidire.

Versate la glassa sulla superficie della torta e lasciatene un po' da parte: vi servirà per intingere qualche fragola intera intinta e decorare la torta. ■

# Frutta e verdura

Alimenti preziosi



**L**e diete e le ricerche in campo nutrizionale parlano che per una buona salute bisognerebbe assumere almeno **cinque porzioni di frutta e verdura al giorno di cinque colori diversi**.

Ma perché proprio cinque.

Una corretta alimentazione include un consumo quotidiano di tre porzioni di frutta e due di verdura: questa regola di benessere è nata anni fa negli Stati Uniti per educare a una dieta equilibrata ed è stata in seguito ripresa anche in Italia. Cinque

porzioni apportano il giusto fabbisogno di acqua, fibre, vitamine, minerali (contengono però poco sodio il cui eccesso è implicato nella eziologia della pressione alta sodio sensibile) e antiossidanti indispensabili per il benessere e il buon funzionamento quotidiano dell'organismo.

Le sostanze che conferiscono alla frutta e alla verdura il colore caratteristico hanno la funzione di proteggere l'organismo riducendo il rischio di stress ossidativo, tumori, ipercolesterolemia totale e LDL ipertensione arteriosa, diabete mellito, aterosclerosi, trombosi, eventi cardio-cerebrovascolari.

Ogni frutto e ortaggio possiede una certa composizione caratteristica e per tale motivo si consiglia di mangiarne più varietà possibili.

## **Frutta**

La frutta è in genere povera di calorie, è facile da consumare e dispensa subito energia.

Le tre porzioni di frutta si riferiscono a



circa 400 grammi al giorno di prodotto: esempio due mele e una banana sono la porzione giornaliera consigliata. La frutta si può mangiare in qualsiasi momento della giornata.

Preferire sempre masticare che bere, fa bene al senso di sazietà e garantisce che le proprietà nutrizionali dell'alimento che stiamo consumando restino inalterate.

### **Verdura**

La quantità è la stessa della frutta, 400 grammi, ma in questo caso occorre far distinzione tra cruda o cotta.

Se la vogliamo cuocere, il prodotto a crudo deve pesare 200-250 grammi a porzione, mentre se vogliamo consumare il prodotto crudo dobbiamo sempre restare nei 100-150 grammi. Un suggerimento per le verdure è di consumare una porzione cruda e una cotta al giorno. Anche il minestrone è ottimo e si può preparare con le verdure che più si preferiscono. Il vantaggio delle verdure è che si possono consumare in quantità perché poco caloriche, ma attenzione ai condimenti.

### **Meglio prediligere la frutta e la verdura cruda o cotta?**

Nella dieta devono essere presenti entrambe, ma la ricchezza nutrizionale è garantita soprattutto nei prodotti crudi. Tra le molecole termolabili spiccano soprattutto certe vitamine che notoriamente vengono degradate dal calore (soprattutto la C e i folati) Inoltre cucinando la frutta e la verdura per "bollitura" avviene una dispersione dei minerali nel liquido circostante.

**Rispettare sempre la stagionalità** della frutta e della verdura che consumiamo, assumiamo cibi freschi e non prodotti in serra. Anche però la frutta di stagione deve essere ben conservata per non perdere gran parte dei nutrienti. Consumiamo frutta e verdura in ogni occasione della giornata iniziando dalla colazione.

**Da questi alimenti ricchi e preziosi è necessario rimuovere pesticidi prima di essere consumati.**

Lavare bene frutta e verdura è sicuramente una buona norma igienica per rimuovere almeno in parte, i residui di sostanze indesiderate che potrebbero essere presenti sulla buccia di frutta e sulle verdure prima del consumo o della cottura; un la-

vaggio accurato permette inoltre di eliminare eventuali residui di terra e di polvere. È bene sempre lavare la frutta e la verdura anche quando viene dal nostro orto per evitare di ingerire sostanze potenzialmente nocive.



Lavare con acqua leggermente salata permette di rimuovere gran parte dei residui dei pesticidi normalmente presenti sulla superficie degli alimenti.

Viene suggerito di lavare due o tre volte uva, mele, prugne, pesche e pomodori. lavare bene l'insalata procedendo foglia per foglia.

Anche l'aceto risulta essere utile per lavare la frutta e la verdura. In una ciotola versare una parte di aceto e due parti di acqua (ad esempio 1 bicchiere di aceto e 2 bicchieri di acqua) immergere la frutta e la verdura in questa soluzione per 15-30 minuti. Strofinare bene con una spazzolina. Sciacquare sotto l'acqua fredda per 15-30 secondi.

In sostituzione dei detergenti "lavafrutta" e "lavaverdura" che possiamo trovare in vendita è possibile preparare uno spray al bicarbonato e limone. Per questo rimedio casalingo servono 1 cucchiaino di succo di limone, 2 cucchiaini di bicarbonato di sodio, 1 tazza d'acqua. Unire in una ciotola tutti gli ingredienti indicati e mescolare fino a quando il bicarbonato non si è sciolto. Versare la soluzione ottenuta in un flacone con spruzzino e vaporizzare il preparato sulla frutta e sulla verdura. Lasciare agire per 5 minuti e poi risciacquare abbondantemente.

Consumare la buccia di frutta biologica e di provenienza certa sempre dopo averla accuratamente lavata da ogni residuo di terra e di polvere. ■

# Riceviamo e pubblichiamo

Non importa se non mi riconosce, se non sa chi sono,  
per me rimane un prezioso dono.  
Lei non comprende il mio stato, il mio rimpianto,  
ma io l'amo per come è e di bene gliene voglio tanto  
e prometto che fino a quando con noi rimarrà da parte mia nulla le mancherà!

Con affetto: Una figlia che ama la sua mamma.

*Managersa Ferrario*

## IL BIMBO E L'ANZIANO

Spesso nella vita il bimbo è accanto all'anziano. L'uno con molta esuberanza, l'altro con poca speranza. Camminano insieme, tenendosi per mano.

L'uno tutto sorriso, l'altro tutto dolore;  
L'uno guardando la terra, l'altro guardando il cielo.  
Eppure si amano bambini ed anziani  
Forse perché entrambi sono deboli e fragili.  
Di certo però sappiamo che il buon Dio ama e protegge le sue creature per un'eterna e comune felicità!

## ALLA MIA MAMMA

Non scrivo per diletto ma solo per ricordare com'era la mia mamma prima d'invecchiare: Attiva, dinamica, con tanta voglia di fare, Il suo motto era: agire, fare e molto lavorare. Ma il destino ha cambiato il suo programma Ed ora quasi non sa di essere mia mamma. A volte confusamente parla o non dice una sola parola, a volte sorride e questo mi consola. So che la sua condizione non è più normale ma il mio amore per lei è sempre uguale. Vive nel suo mondo sfuocato ed irrealistico non so cosa darei per entrarci e qualcosa interpretare. Le cellule della sua mente, forse, stanche di lavorare hanno chiuso le loro finestrelle per farla riposare.. Quando le faccio visita, a volte la trovo assopita, ma questo ormai fa parte della sua vita. So certamente che in tutto è ben curata. Tutti le vogliono bene ed è anche coccolata.

*A tutto il personale  
della Fondazione G. Scola*

*19 Aprile 2018*

Vorremmo esprimere un sincero ringraziamento a tutte le persone che, a titolo diverso, sono state vicine alla nostra mamma Luigia Ratti in questo ultimo anno della sua vita. Con voi, con la vostra disponibilità e professionalità, con il vostro affetto e con le vostre cure premurose, la mamma si è sentita amata e coccolata!

*Grazie di cuore  
ed un abbraccio.*

*Le figlie  
Grazia e Ornella*

*Spett.le Fondazione G. Scola  
Besana in Brianza*

*A tutto il personale della casa di Cura G. Scola.*

*Per un familiare è sempre difficile far ricoverare un proprio caro non più autosufficiente in una casa di cura, le preoccupazioni e timori sono molti, ma grazie alla professionalità, all'umanità alla passione e alla qualità dell'assistenza nella cura della persona, al costante coinvolgimento nelle attività sociali hanno consentito a nostra madre Draghi Giovanna, di vivere questi quattro anni di permanenza nel nucleo Alzheimer e poi nel nucleo 2C, con serenità in un ambiente accogliente, familiare, curata e seguita con attenzione. Un grazie di cuore alle Dott.sse Mariani e Gherli, allo staff paramedico, alle animatrici, ai fisioterapisti al personale di reparto e a tutte le persone della struttura, ognuna ha contribuito a rendere serena e felice anche questa ultima parte della sua vita.*

*I figli Ezio e Claudio e i familiari*

*24.3.2018*

*Cari tutti*

*volevo ringraziare TUTTI ma proprio TUTTI per l'accoglienza prestata a mia mamma SIORE MARIA reparto 3B*

*La mamma era ben voluta, ma penso che anche lei si godesse volere bene. Ci siamo trovati molto bene con tutto il personale, le infermiere, la dottoressa Mariani e le volontarie. Purtroppo il viaggio insieme è stato interrotto, ma vi potremmo sempre nel cuore.*

*Un abbraccio a tutti*

*Silvana e Maria*

**Ufficio Relazioni con il Pubblico (URP)**

Tel. 0362.917148

ufficio.urp@fondazionegscolaonlus.com

lunedì-martedì-giovedì-venerdì-sabato

ore 9-12; mercoledì ore 15-17

## MAGGIO 2018

Lunedì 14

### FESTA DELLA MAMMA con il CORO ANTA

Sala del Coro, ore 15.45

Lunedì 28

### ALEX in concerto e AUGURI ai festeggiati del mese di Maggio

Sala del Coro, ore 15.45

## GIUGNO 2018

Lunedì 25

### NADINE in concerto e AUGURI ai festeggiati del mese di Giugno

Sala del Coro, ore 15.45

Con grande piacere desideriamo dedicare i nostri più affettuosi auguri alla carissima signora **Isolina Cesana** per le sue **104** primavere!



**FONDAZIONE G.SCOLA**

**5 per mille**

**Sostieni le nostre iniziative con una firma.  
La solidarietà in un gesto  
che non costa nulla.  
I fondi verranno utilizzati per progetti  
a favore dei nostri ospiti.**

**Grazie** **Inserisci il codice fiscale  
della Fondazione G. Scuola Onlus**

Beneficiario del contributo in Italia: ente organizzatore non lucrativo di utilità sociale, dello sport, dell'assistenza sociale e delle associazioni e fondazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'art. 10, c. 1, lett. a), del D.Lgs. n. 460 del 1997

ESNA  
Codice fiscale del beneficiario (eventuale)

**Codice fiscale 83000310157**

RESIDENZA SANITARIA ASSISTENZIALE NUCLEO ALDIERI CENTRO DIURNO INTEGRATO MINI ALLOGGI PROTETTI

FONDAZIONE G. SCOLANUS Via Cavotti, 27 - 20143 Besenò in Brianza (MI) Tel. 039 6074 - Fax 039 609330 uffici@fondazionegscolanus.com www.fondazionegscolanus.com Pavia Via degli Scapoli - Codice Fiscale 83000310157

## Orario delle funzioni religiose in cappella

Domenica e festivi S. Messa ore 9.45

Giovedì S. Rosario e S. Messa ore 15.45

## I proverbi di una volta

### April aqua a baril.

D'aprile ogni goccia un barile.

### Magg l'è on gran bell mes: fior, magioster e scires.

Maggio è un gran bel mese:  
porta fiori, fragole e ciliege.



### Giugn, ol scighezz in pugn.

Giugno, il falchetto in pugno.



# RESIDENZA APERTA

*Vedere, toccare, sentire, odorare, gustare*



Residenza Sanitaria  
Assistenziale



Nucleo  
Alzheimer



Centro Diurno  
Integrato



Mini Alloggi  
Protetti

## Giovedì 14 giugno 2018

15.30 **Celebrazione Eucaristica** in Sala del Coro, dedicata al 60° Anniversario di Ordinazione Sacerdotale di Don Sandro Casiraghi.

## Venerdì 15 giugno 2018

19.00 **Visita guidata all'ex Monastero Benedettino:** la Chiesa dei SS. Pietro e Paolo, i Chiostrì, la Cappella e la Sala del Coro con gli affreschi cinquecenteschi (gradita la prenotazione a [ufficio.urp@fondazionegscolaonlus.com](mailto:ufficio.urp@fondazionegscolaonlus.com)).

## Domenica 17 giugno 2018

15.00 **Visita accompagnata ai reparti** (gradita la prenotazione).

15.30 **Dai chiostrì, al Giardino della Superiora, al Parco, la Fondazione G. Scola si presenta:**

**I Servizi** illustrano il proprio lavoro;

**Musica e Ballo** con "Walter Group";

**Area bimbi** con gonfiabili, trucca-bimbi, laboratori ludici e creativi.

16.00 **Merenda** nel Parco per gli ospiti e i familiari.

17.30 **I saluti della Fondazione** con l'aperitivo e i piatti della sua cucina.