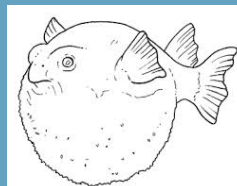
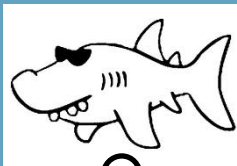
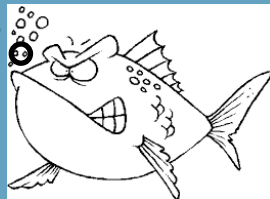
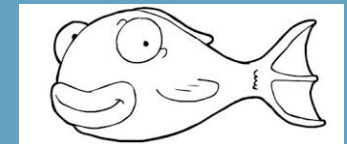
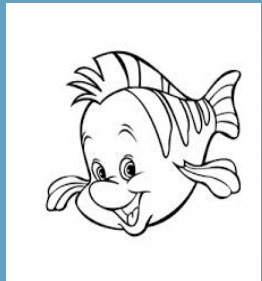
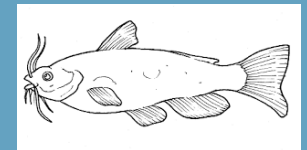
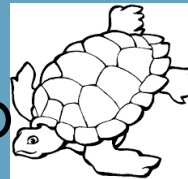
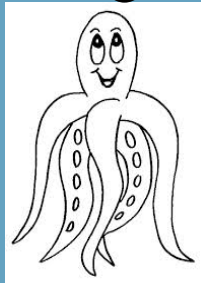
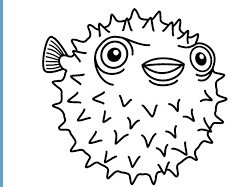
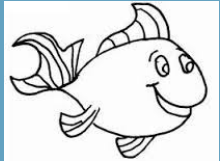


ALMANACCO 2014



 Sorge 7.28	 Tramonta 16.39	       Geranio Mi piace perché è divertente. E' bella, istruttiva e si fanno tante cose con le mani (Laura) ARTETERAPIA (Giulia) TEATRO Movimento e recitazione: la mia prima volta sul palco...emozionante (Andrea C.) Educazione alimentare Che bello! Abbiamo usato il mattarello...e che buoni gli gnocchi	
RUBRICA Il corpo in movimento 	ESERCIZI PER PALLAMANO Occorrente: paletti, cerchi colorati, palla. Posizionare i paletti a una distanza di 1 metro fra uno e l'altro, posizionare i cerchi in ordine sfalsato attaccati uno all'altro. Fare lo slalom tra i paletti palleggiando con le mani, passare dentro i cerchi dello stesso colore con la palla in mano, alle fine del percorso tirare in porta. Variante Fare lo slalom tra i paletti palleggiando con le mani, passare dentro i cerchi dello stesso colore con la palla in mano, alle fine del percorso passare la palla ha un compagno che tirerà in porta.		
Compleanni Elena 17 Fabietto 26	Artista del mese (Consigliato da Laura C.) Consiglio di ascoltare Michele Rodella che è bravo ed è anche un bel ragazzo! Ha begli occhi e una bella voce: la mia canzone preferita è "Una fumata bianca".		Libro consigliato da Laura C. "Il bosco dei lillà" di Lauretta. Raccolta di favole per ragazzi e genitori.



Sorge
07.30



Tramonta
17.15

RUBRICA

ESERCIZI PER PALLAMANO

Il corpo in movimento

Occorrente: paletti, palla.



Posizionare i paletti a una distanza di 1 metro fra uno e l'altro sfalsati fra loro.

Con la palla in mano, partendo da una distanza di 1 metro prima dell'inizio del percorso saltellare a piedi uniti, arrivati al primo paletto iniziare lo slalom palleggiando. Alla fine dello slalom tirare in porta.

Variante

Con la palla in mano, partendo da una distanza di 1 metro prima dell'inizio del percorso saltellare a piedi uniti, arrivati al primo paletto iniziare lo slalom palleggiando. Alla fine dello slalom passare la palla a un compagno che tirerà in porta.

Compleanni

Artista del mese (Consigliato da Fabio De.)

PISSARRO

Andare alla mostra di Pissarro mi è piaciuto molto: in una sala c'era un proiettore che trasmetteva la vita dell'artista. Ho visto anche i quadri che mi sono piaciuti molto, in particolare i paesaggi.



Fantacalcio

Abbiamo fatto il mercato di riparazione: sono venuti gli altri centri e ci siamo salutati prima della campagna acquisti (Andrea C.)



Educazione alimentare

Chiacchiere e frittelle...mmmmhhh che buone!!!



Il nostro giardino



“Al lavoro con i gerani”

Libro consigliato

da Giulia R.

“Alice nel paese delle meraviglie” di L. Carroll. Un libro interessante ed emozionante per grandi e piccini.



Sorge

06.36



Tramonta

17.50

RUBRICA

ESERCIZI PER PALLAMANO

Il corpo in movimento



Occorrente: bastoni, materasso, palla, 2 attrezzi per lo steep.

Posizionare i bastoni a una distanza di 50 cm fra uno e l'altro in serie, alla fine dei bastoni posizionare il materasso, dopo collocare gli steep a una distanza di 50 cm fra uno e l'altro.

Con la palla in mano fare lo skip fra i bastoni, appoggiare la palla a terra e fare la capriola sul materasso, riprendere la palla superare i due steep, palleggiare e tirare in porta.

Variante

Con la palla in mano fare lo skip fra i bastoni, appoggiare la palla a terra e fare la capriola sul materasso, riprendere la palla superare i due steep, palleggiare e passare la palla a un compagno che tirerà in porta.

Compleanni

FRANCESCA 13

DELIA 27

Artista del mese (consigliato da Andrea C.)

Dante Alighieri è un poeta che parla dell'Inferno e del Paradiso nel suo libro "La Divina Commedia".



Carnevale

Una bella festa il Carnevale...simpatia e divertimento al CDD



Burraco
Abbiamo aiutato a servire i panini



Mostra alfabeti differenti
Ci è piaciuto fare le foto in mezzo alla natura. Siamo diventati dei fotografi provetti!



Il nostro giardino



1° Torneo di biliardino
E' stato bello giocare con gli altri Centri e mangiare i panini del Mc Donald

Libro consigliato

da Andrea G.

"Il libro della giungla" di Rudyard Kipling. E' un romanzo per bambini e ragazzi.



Sorge
06.43



Tramonta
19.25

RUBRICA

ESERCIZI PER PALLAMANO

Il corpo in movimento



Occorrente: cerchi colorati, palla, paletti colorati.

Posizionare i cerchi sfalsati attaccati fra loro in modo da creare due percorsi colorati. Alla fine del percorso creare due corridoi di colori differenti riferiti ai cerchi.

Con la palla in mano seguire un percorso fra i cerchi dello stesso colore dopo, palleggiando, oltrepassare i corridoi dello stesso colore dei cerchi del percorso fatto. Alla fine tirare in porta.

Variante

Con la palla in mano seguire un percorso dello stesso colore fra i cerchi, dopo, palleggiando, oltrepassare il corridoi dello stesso colore dei cerchi del percorso fatto. Alla fine del percorso tirare in porta.

Alla fine del percorso passare la palla a un compagno che tirerà in porta.

Compleanni

26 Andrea G.

Artista del mese (consigliato da Andrea G.)

Checco dei Modà, mi piace tanto, mi piacciono le sue canzoni, in particolare "Se si potesse morire" che è la più recente.



Le storie di Angela

La signora Angela, ci ha tenuto compagnia con le sue favole



Alfabeti differenti mostra

In S.ta Maria Gualtieri abbiamo esposto i nostri quadri



Il nostro giardino



la Lavanda

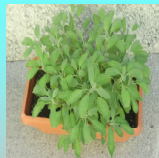


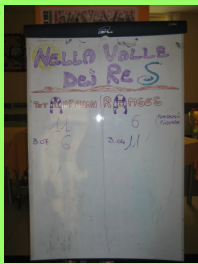
Il pranzo è servito: la sfida con il Centro Diurno Anziani vince l'esperienza!!!

Libro consigliato

da Elena P.

"Bambi" libro consigliato per bambini, che possono leggere anche gli adulti.

 Sorge 5.56	 Tramonta 9.53			Il nostro giardino 
RUBRICA Il corpo in movimento 	ESERCIZI PER PALLAMANO (esercizi di precisione) Occorrente: mattonelle di plastica o di materiale leggero, palla, orologio. Posizionare le mattonelle orizzontalmente a una distanza di 5 metri dal punto dove si tira. Dopo gli oggetti creare una linea a una distanza di 2 m. Lo scopo dell'esercizio avendo a disposizione un tempo massimo di 5 minuti è di spingere le mattonelle, colpendole con la palla, oltre la linea segnata dopo i bersagli. Variante Lo stesso esercizio può essere fatto a squadre dove vince chi per primo riesce a spingere tutti i bersagli oltre il traguardo.	 Campo con Ci siamo meritati la medaglia d'argento! Che caldo che faceva  Fantacalcio: la vittoria Siamo forti!!!!  Il pane Ci siamo sbizzarriti a creare varie forme di pane  Lo spettacolo Ci siamo divertiti e anche un po' emozionati 	il Basilico  Mostra Pissarro Abbiamo visto dei bei quadri al castello di Pavia 	
Compleanni 23 Debora	Artista del mese (consigliato da Elena P.) Max Pezzali, mi piace perché canta delle belle canzoni e mi piacerebbe conoscerlo.			Libro consigliato da Francesco Z. "Peter Pan" consiglio di leggerlo perché c'è il personaggio di Trilly.

 Sorge 5.27	 Tramonta 20.29			Il nostro giardino 
RUBRICA Il corpo in movimento		ESERCIZI PER PALLAMANO (esercizi di precisione)		
		Esercizio 1 Occorrente: 2 paletti, 1 cerchio, 2 corde, palla. Posizionale il cerchio fra i due paletti fissato con la corda in modo tale che rimanga sospeso verticalmente. Avendo a disposizione 10 possibilità, a una distanza di 3 m, tiare la palla cercando di farla passare all'interno del cerchio. Esercizio 2 Occorrente: coni, palla. Posizionare i coni seguendo una linea retta a una distanza di 1 m fra uno e l'altro. Fare lo slalom fra i coni e alla fine del percorso tirare in porta.		
Compleanni 21 Mauro				Replica spettacolo in RSA Che emozione forte e quanta paura!!
				In piscina a Sommo Ci siamo divertiti tanto in piscina!!
				
Artista del mese (consigliato da Sonia P.) Nek, mi piace perché canta bene, perché è bello. La mia canzone preferita è " Laura non c'è".		 		
		Libro consigliato da Sonia "Cuore e amore", consiglio questo libro perché il protagonista è il mio uomo ideale.		



Sorge
5.28



Tramonta
20.39

RUBRICA

Il corpo in movimento



ESERCIZI PER PALLAMANO (esercizi di precisione)

Occorrente: nastro adesivo di carta, palla.

Con il nastro di carta creare 3 quadrati sul muro di dimensione 50X50 cm posizionati a triangolo, due sopra e uno sotto.

Avendo a disposizione 10 tiri, da una distanza di 4 m, con la palla colpire nel centro i quadrati disegnati sul muro. I quadrati in alto hanno un punteggio di 5 punti, quello in basso di 10 punti.

Variante

Lo stesso esercizio può essere fatto a squadre a turno, oppure giocando su due campi contemporaneamente.

Compleanni

8 Sabina

10 Francesco

25 Carmen

Artista del mese (consigliato da Giulia Rognoni)

Antonello Venditti, mi piace la canzone "Sara".



Le Cornelle
Abbiamo visto
tanti animali



Torino Museo Egizio
Ci sono piaciuti i faraoni e
le mummie



Arenzano
Una bellissima
giornata al mare



Midollino al CSE Il Tiglio
Siamo stati contenti di es-
sere invitati



ASM
Una buona grigliata in
una bella giornata in
piscina



Il nostro giardino



Kalanchoe

Libro consigliato
da Andrea C.

"I Promessi Sposi", un libro
interessante parla di tante
storie spiacevoli e divertenti.

 Sorge 5.53	 Tramonta 20.19			Il nostro giardino  Elicriso
RUBRICA Il corpo in movimento 	IL TANDEM Procedimento Per prima cosa abbiamo smontato le ruote del tandem , con la carta vetrata, abbiamo tolto la ruggine, anche dal manubrio. Abbiamo cambiato copertoni e le camere d'aria perchè erano un po'consumati. Poi siamo andati dal ciclista a sistemare i freni che non frenavano tanto bene. Siamo andati al Grancasa a comperare i colori spray per il telaio, i colori li abbiamo scelti a votazione. Abbiamo scelto i pezzi del telaio da colorare, mettendo i giornali con il nastro sulle varie parti. Poi Andrea C. ha fatto il cestino porta oggetti in midollino per la bici, usando come campione il cestino di ferro nero che era montato prima. Un volta colorato lo abbiamo provato per andare a prendere il giornalino al centralino.	IKEA Abbiamo fatto le foto sull'ascensore e ci siamo divertiti a vedere gli oggetti. E' un posto molto spazioso 	 Questo mese noi eravamo in vacanza si occupava dei pesci Antonio che gli dava da mangiare tutti i giorni. 	 Siamo andati a prendere il tandem da Massimo a Bressana con il pulmino ed Emilio. L'abbiamo provato ma i freni non funzionavano tanto bene.... Il ciclista li ha sistemati.
Compleanni 6 Sonia 24 Flavio 25 Laura	Artista del mese (consigliato da Debora C.) Mi piace Palacio, giocatore dell'Inter, perché è un bravo giocatore. Poi mi è sempre piaciuto il nome Rodrigo e ho scoperto che è il nome di Palacio, il mio giocatore preferito.	 Mia e ' andata in vacanza come noi, e si diventerà a casa degli zii della Sonia. 		Libro consigliato da Debora C. "Il diario di Bridget Jones" Bridget ha un carattere particolare e cerca di cambiarlo.

 Sorge 5.33	 Tramonta 20.19	Preparativi per il mercatino Il nostro giardino la Salvia Renzo e Lucia dei "Promessi Estrosi" messi in scena da Panta Rei al Tetaro di S.Martino Siccomario. Grazie!!!! A Leroy Merlin a Montebello della battaglia a fare acquisti	
RUBRICA Il corpo in movimento	LA MASSOTERAPIA (il massoterapeuta dell'R.S.A. Matteo)		
	La massoterapia è una medicina riabilitativa e preventiva, un massaggio effettuato con sfioramento, frizione e pressioni leggere si trasforma in uno stato di rilassamento generale e di distensione psicofisica. La massoterapia ha una larga applicazione non solo nelle cure dei traumi e delle malattie, ma anche nelle persone tese e stressate. Sulla cute il massaggio produce una riduzione delle strato corneo, una migliore vascolarizzazione e un migliore trofismo, migliora l'elasticità, aumenta le funzioni (secrezione sebacea), facilita la penetrazione di sostanze, produce una vasodilatazione di tipo attivo con conseguente arrossamento, migliora la sensibilità propriocettiva. Il massaggio agisce soprattutto sul dolore con effetto sedativo, lo scorrere delle manovre in modo calmo e continuo, determina un effetto rilassante per azione diretta sui muscoli. La massoterapia si può effettuare con varie manualità e tecniche di massaggio di vario tipo come lo sfioramento lo sfregamento, l'impastamento, la percussione e la pressione.		
Compleanni 9 Alessandro	Artista del mese (consigliato da Francesco Z.) Gianni Morandi è un cantante che mi piace molto, soprattutto la canzone "Banane e lampone".		
Libro consigliato da Mauro B. "Gli Aristogatti"			

 Sorge 6.57	 Tramonta 8.42	 Mia ha trovato un nuovo amico... Sonia ha scelto di chiamarlo Eros  Il nostro giardino  Pranzo d'autunno giunto alla 4° edizio-     Mercatino a Cava Manara Ci siamo divertiti a vendere, per il secondo anno consecutivo, oggetti nuovi di nostra produzione...	
RUBRICA Il corpo in movimento	LO STRETCHING (il massoterapeuta dell'R.S.A. Matteo)		
Compleanni GIOVANNA 23 MICHELE 24	Artista del mese (consigliato da Michele D.G.) Vasco Rossi, mi piace tanto.		
Libro consigliato Edoardo M. Cenerentola, perché è bella.			



Sorge
6.42



Tramonta
16.40

RUBRICA

Il corpo in movimento

LA FISIOTERAPIA

(la fisioterapista del C.D.D Elisa)

NOVEMBRE

La fisioterapia (dal greco Φυσιο = naturale e θεραπεία = terapia) è una branca della medicina che si occupa della prevenzione, diagnosi, cura e riabilitazione dei pazienti affetti da patologie o disfunzioni congenite o acquisite in ambito neuro-muscolo-scheletrico e viscerale attraverso molteplici interventi terapeutici.

Questo include il benessere fisico, psicologico, emozionale e sociale.

Uno dei ruoli principali del fisioterapista e del personale medico in generale dovrebbe essere ascoltare il paziente e riuscire a capire i suoi veri bisogni.

Un altro aspetto essenziale della fisioterapia per il mantenimento del benessere dell'individuo è il movimento.

È grazie ad esso che riusciamo a ripristinare la giusta armonia del corpo ed anche a diminuire lo stress fisico e psicologico grazie al rilascio di ormoni specifici.

Compleanni

4 Fabio & Andrea C.

10 Simone

25 Giulia

Artista del mese (consigliato da Flavio B.)

Zuccherò, ha un timbro di voce che mi piace.

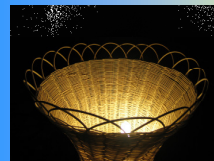
Economia domestica, come fare il letto!?



Partita di calcio con gli altri centri... ci siamo divertiti e c'era anche un bel tifo!!!



E' arrivata Matilde una tirocinante...un aiuto per Giovanna.



Lampada da salotto, altezza m1.80. Adesso illumina il salotto della famiglia Graia. Andrea C."E' stata dura, ma dopo 2 mesi mezzo ci sono riuscito e sono molto soddisfatto di questa lavorazione così grande fatta per la prima volta."



Il nostro giardino

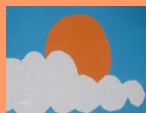


la Lavanda



Libro consigliato
Fabio Do.

"Biancaneve e i sette nani", perché me lo leggevano da piccolo.

	Sorge 7.18		Tramonta 16.49	Buon natale e felice anno nuovo!!!  Bello e prezioso ...è il nostro presepe  Il nostro giardino in inverno EDUCAZIONE ALIMENTARE: E la torta di Natale l'abbiamo fatta noi...  La nostra festa: Una festa grandecce!!!	
RUBRICA Il corpo in movimento	Il lancio del disco (il massoterapeuta dell'R.S.A. Matteo)				
Il lancio del disco è una specialità sia maschile che femminile dell'atletica leggera in cui l'atleta cerca di scagliare il più lontano possibile un attrezzo di forma lenticolare fatto di legno, con un'anima in metallo (il disco). Il lancio del disco è uno sport antico. Il Discobolo di Mirone, la celeberrima scultura che ritrae un atleta che si appresta a scagliare il disco, risale al V secolo a.C. Per effettuare un lancio, il concorrente si posiziona all'interno della pedana circolare, esegue normalmente una o più torsioni da fermo, poi inizia la fase rotatoria e, dopo un giro e mezzo, rilascia il disco. Il lancio è valido se l'attrezzo cade completamente entro i margini interni delle linee bianche delimitanti il settore di caduta. La distanza percorsa dal disco dipende non solo dalla spinta ma anche dalla traiettoria che l'atleta riesce a imprimergli, e dal comportamento aerodinamico dell'attrezzo. Per raggiungere la piena padronanza della tecnica di lancio è richiesta molta esperienza, quindi i discoboli di vertice sono attorno ai trent'anni o oltre.					
					
Compleanni 30 Edoardo		Artista del mese (consigliato da Carmen D.N.) Salvador Dalì perché fa dei bei quadri e li ho visti a Milano alla mostra a Palazzo Reale.		Libro consigliato Carmen D.N. La carica dei 101, perché l'ho sentito leggere e mi è piaciuto	