

INSIEME??

Si PUÒ!!

IL GIORNALINO
DELL'ASSOCIAZIONE
INSIEME SI PUÒ

Anno 18 | Data 02/12/22 | Nr 721 | C.S.R.E. & G.A. "Chiara Aquini" | Via Vittorio Veneto 136, 33010 Reana del Rojale (UD) | Giornalino di

Giorno	Spuntino di metà mattina	Attività mattina	Pranzo			Attività pomeriggio
			Primo	Secondo	Frutta	
Lunedì	Kiwi	Intervento Straordinario in loco	Pasta al pesto	Uovo sodo + maionese e radicchio	\	Intervento Straordinario in loco
	\		1	3	\	
5/12	Tutti		Tutti	Tutti	\	
Martedì	Tramezzino olive e philadelphia con Gazzosa	Intervento Straordinario in loco	Tortellini panna e prosciutto	Torta salata speck e radicchio	\	Intervento Straordinario in loco
	1, 7		1	1	\	
6/12	Maurizio		Maurizio	Maurizio	\	
Mercoledì	Yogurt misti	Intervento Straordinario in loco	Pizza tonno e cipolla	radicchio variegato e carote	\	Intervento Straordinario in loco
	7		1, 4, 7	\	\	
7/12	Maurizio		Maurizio	Maurizio	\	
Giovedì	\	C.S.R.E. Chiuso	\	\	\	C.S.R.E. Chiuso
	\		\	\	\	
8/12	\		\	\	\	
Venerdì	\	C.S.R.E. Chiuso	\	\	\	C.S.R.E. Chiuso
	\		\	\	\	
9/12	\		\	\	\	

L'ANGOLO DELLA COMUNICAZIONE

di Alessio Cantarutti -
Coordinatore Responsabile -

Si informa che:

- siamo ancora tutti caldamente invitati ad attenerci alle disposizioni per il contenimento del rischio contagio da COVID-19 e Vi ringrazio della Vs. certa e costante collaborazione;

- si ricorda che, ogni variazione della stato di salute dell'Ospite o di un familiare convivente, va comunicato anche per iscritto tramite il modulo "Allegato 6 - Scheda variazione stato salute" e nel caso si manifestasse febbre > 37,5°C o uno dei sintomi, l'Ospite non potrà partecipare agli interventi straordinari presso i locali del C.S.R.E. "Chiara Aquini";

- per contattare il C.S.R.E. è possibile utilizzare il numero fisso 0432 857786;

RingraziandoVi per la pazienza e per le attenzioni e restando a disposizione per eventuali chiarimenti, porgo cordiali saluti.

Ricordiamolo

UN PIANETA MIGLIORE

È UN SOGNO CHE INIZIA

A REALIZZARSI QUANDO

OGNUNO DI NOI DECIDE

DI MIGLIORARE SE STESSO

GANDHI



Le orchidee

di Federica Benati

A mia mamma piacciono molto le orchidee. Una volta ad un compleanno gliene ho regalata una. L'ha messa sul davanzale del salotto.

In merito alle orchidee su internet ho trovato dei consigli per farle vivere meglio.

Temperatura e luce

Le migliori condizioni per le orchidee sono una temperatura minima notturna di 16°C e una temperatura massima diurna di 24°C. La temperatura diurna ideale è tra i 20°C e 22°C. L'orchidea ha in effetti bisogno di tanta luce ma non tollera la luce diretta del sole, sicuramente non nei mesi estivi. Una collocazione ideale è su un davanzale rivolto verso (nord) est o (sud)ovest. Se le foglie ingialliscono può essere il segnale di troppa luce solare

diretta. La caduta di fiori o di foglie verde scuro potrebbe indicare una possibile carenza di luce.

Acqua e umidità

Non annaffiare il cuore della pianta ma solo la terra del vaso. L'acqua piovana è meglio dell'acqua di rubinetto che spesso è eccessivamente calcarea. È preferibile annaffiare all'inizio della giornata e anzi, la cosa migliore sarebbe immergere il vaso per 5-10 minuti in un secchio pieno d'acqua. In questo modo la sua orchidea sta bene per sette giorni senza acqua. Nel suo ambiente naturale l'orchidea gode di un alto grado di umidità. Se vuole quindi coltivare o moltiplicare la pianta, questo avviene meglio in luoghi umidi, come una cucina, bagno o serra.

Terriccio e concime

È importante che il terriccio dell'orchidea sia ben areato in modo da offrire un drenaggio umido. L'ideale è quindi il terriccio speciale per orchidee che si trova in quasi tutti i centri di giardinaggio. Preferibilmente non usi il normale terriccio da vaso. Inoltre siccome in questo terriccio areato per orchidee si trovano poche sostanze nutritive, è meglio concimare le orchidee attraverso l'acqua di irrigazione con lo speciale concime per orchidee in vendita. La concimazione è necessaria nei mesi da marzo ad ottobre, circa per due volte al mese.





SIMONE ci ricorda che
Sabato 3 dicembre
al Teatro Adelaide Ristori
(Cividale del Friuli)
alle ore 20:45
con ingresso libero verrà
presentato lo spettacolo...

Spiedini di maiale alle erbe -

di Marco Gaspero

Ingredienti

- 1 filetto di maiale di circa 600g
- 200 ml di Kefir bianco magro
- 1 rametto di rosmarino
- 1 rametto di timo
- 1 rametto di mirto
- 1 cipollotto rosso
- 1 spicchio d'aglio
- 1 scalogno
- 1 ciuffo di prezzemolo
- 1 cucchiaio di olio EVO
- Sale
- Pepe in grani

Preparazione

1. Sbuccia l'aglio e lo scalogno e tagliali a pezzetti. Sfoglia il rosmarino, il timo e il mirto e tritali. Taglia il filetto a cubotti e mettilo in una pirofila. Unisci il trito di erbe, l'aglio, lo scalogno e il kefir, mescola e lascia marinare per almeno 3

ore (ma anche 7 e 8). Priva il cipollotto della radice, delle foglie esterne e della parte verde più dura, quindi affettalo.

2. Preleva i cubotti di carne dalla marinata, tamponali bene con carta assorbente, quindi infilzali su spiedini e cuocili su una piastra oliata e ben calda, su tutti i lati, per 15-20 minuti.

3. In alternativa, puoi cuocerli anche in forno già caldo a 230°C, posizionando una teglia piena di acqua sotto gli spiedini, in modo da raccogliere il grasso che cola. A fine cottura, regola di sale e pepe macinato. Servi gli spiedini guarnendo con il cipollotto affettato e il prezzemolo tritato.



Salviamo il pianeta

di Luigi Cerizzo



Tutti possiamo fare qualcosa per salvare il nostro pianeta e gli animali, soprattutto quelli del Polo Nord. L'articolo che ho letto "Consigli per salvare il pianeta" parla di un gruppo di ricercatori che hanno fatto uno studio sul comportamento di un piccolo lepidottero: si tratta della Pieride del navone, una farfalla bianca con le striature verdi sulle ali diffusa in tutta Europa.

Gli scienziati hanno fatto un esperimento in laboratorio ricreando le condizioni di un autunno particolarmente caldo e lungo, tenendo le crisalidi a 25 gradi per circa quattro mesi. Si è scoperto che il caldo imprevisto fa perdere a loro molte energie e molto peso. Questo riduce la possibilità che sopravvivano fino a diventare adulte in primavera.

Quello dei cambiamenti climatici è un argomento molto interessante ed importante. Ciascuno può contribuire ad esempio sostituendo la plastica con oggetti in carta, non buttando rifiuti nei fiumi e nei mari (ciascuno di noi ma anche le navi ad esempio cariche di petrolio). In casa sarebbe utile spegnere le luci che non servono, non consumare acqua calda senza motivo o lasciare le porte aperte con il riscaldamento acceso.

Foto Ricordi

di Emanuela Monai

- A.** In questa prima foto sono andata a fare una camminata con alcuni compagni del centro di Reana. Ho fatto la foto a Giulio, Savina, Mario;
- B.** Qua ho fotografato le montagne con la neve, le piante il prato una casa, le palme;
- C.** Il papà in questa foto ha portato a casa per la festa dei Santi le favette colorate. Una confezione l'abbiamo regalato a Denis e Laura;
- D.** La mamma assieme a noi ha preparato i dolcetti di zucca, abbiamo confezionato i piatti di zucca con lo zucchero a velo;
- E.** le zucche le ho messe vicino al caminetto una gialla e i tre verdi;
- F.** Ho fotografato la torta del compleanno di Denis. Era molto buona, aveva frutta, crema, lamponi, meringa e panna;

G. la mamma in cucina e cura le mele per la torta;

H. Qua il frutto del lavoro. Abbiamo fatto la marmellata di pesche messa nei vasetti;

I. C'erano Federica la mamma e la cugina di papà;

L. Qua sono nella mia camera vestita bene con la maglia celeste;

M. Federica invece è vestita di blu;

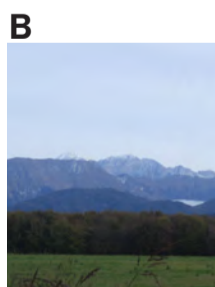
N. Una crostata di albicocche e pesche;

La mamma ha fatto la frolla a forma di fiori;

O. La torta di zucca e torta di mele. Federica ha fatto la torta di mele mentre io ho aiutato a fare la torta zucca.



Savina, Giulio e Mario



Montagne in lontananza



Le favette colorate



Con la zucca si fanno ottimi dolci



Le nostre zucche



La torta di Denis



La mamma a curar le mele



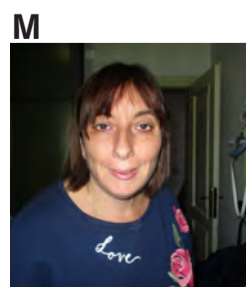
Vasetti di marmellata



Fede, mamma e cugina



Io



Fede



Crostata pesche e albicocche



Torta di zucca e torta di mele

Lavoriamo per il mercatino

di Silvia Ballarin

Lunedì mattina con Michela, Teresa, Mario e Monica abbiamo preparato le etichette per confezionare il sapone. Abbiamo messo l'arancia e un bastoncino di cannella. Le stiamo preparando per il mercatino. Sono molto contenta di come sono venute!