

IL GIORNALINO

Mensile a cura degli ospiti e del personale della Casa Albergo della Fondazione Osiride Brovedani onlus



Ottobre 2023 - anno XIV, numero 10

Impegnati al 110%

Grandi lavori fervono nella nostra Fondazione! La struttura di via Eu-lambio da qualche settimana è tutta impacchettata in un abbraccio di impalcature foriere di grandi novità! Abbiamo infatti aderito al Superbonus 110%, l'incentivo legato alla ristrutturazione edilizia.

Quest'opera di riqualificazione energetica riassume la migliore espressione dei principi ambientali, etici e morali che può accogliere un progetto immobiliare. L'architettura originaria, datata 1977, risultava all'avanguardia ed avveniristica per l'epoca in cui fu concepita, in forza soprattutto delle grandi vetrate che garantiscono una gradevolissima illuminazione naturale. Sfortunatamente gli stessi punti di forza ne rappresentano i principali limiti dal punto di vista della prestazione energetica.

I lavori che stiamo eseguendo sono in grado di garantire all'immobile un miglioramento in questo senso, tale da renderlo efficiente ed attuale e regaleranno così ancora molti anni di servizio alla sua opera di bene. Siamo decisi a proseguire nella nostra missione a favore di tante persone. Immaginiamo che sarà sempre più forte il desiderio di vivere gli anni della terza età in un contesto riservato ma non solitario. Contiamo quindi di poter continuare il nostro lavoro, stando al passo con i tempi e utilizzando le tecnologie e i nuovi materiali disponibili.

Concretamente realizzeremo un cappotto per implementare l'isolamento termico, ricorrendo a materiali riciclabili e con una bassa emissione di sostanze nocive; sostituiranno i serramenti, compresa gran parte dei tetti vetrati, a favore di altri più performanti; cambieremo la centrale termica e saranno implementati gli impianti che sfruttano l'energia solare, installando ulteriori pannelli fotovoltaici e per la produzione dell'acqua calda.

L'adozione di queste soluzioni crea spazi abitativi più sani e confortevoli, migliora l'efficienza energetica, minimizza gli sprechi. Questo approccio, benefico per l'ambiente, porta anche risparmi a lungo termine e alza il valore degli immobili.

Forse tutto questo sta creando qualche disagio ai nostri ospiti, ma per rendere tutti contenti, approfittando del cantiere, abbiamo anche previsto l'installazione di un ascensore in ogni unità abitativa e poi, come solevano dire sempre le nostre nonne.... "un poco bisogna soffrire se belle si vuole apparire!".



Il nostro Diario

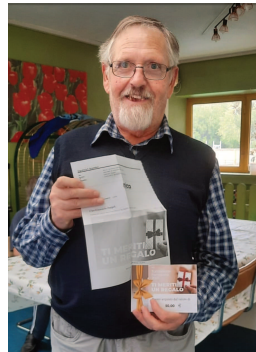


Che siamo in autunno lo si evince soprattutto dalle decorazioni che ornano il salone, create dalle abili mani delle nostre ospiti. Questi ricetti fanno davvero tenerezza!

Una delle giornate di fine settembre è stata particolarmente ricca di avvenimenti. Durante la mattinata un sorridente Giancarlo ha ricevuto dalle mani della nostra vicepresidente il premio per il Tombolone di Ferragosto: un buono per un acquisto nel suo negozio preferito di abbigliamento e nel primo pomeriggio si è svolto l'evento profumato di cui vi raccontiamo nell'articolo che segue. Appena il tempo di salutare e alcuni dei nostri ospiti, avendo aderito all'invito di A.ArtistiAssociati soc. coop., si sono recati in Sala Bergamas di Gradisca alla prova generale dello spettacolo "Iris e le altre" - la storia di quattro donne, quattro combattenti, quattro modi di affrontare la guerra e la lotta per la libertà.

Vi aggiorniamo anche sul nostro piccolo museo triestino, la "Casa di Osiride Brovedani", che ha partecipato alla VI Giornata Nazionale dei Piccoli Musei con un buon successo di pubblico: decine di visitatori hanno riempito le sale per conoscere la storia del nostro fondatore. Inoltre, siamo ora presenti sull'app AMuseapp, per cui ci faremo conoscere sempre di più!

Nel secondo fine settimana di ottobre Trieste ha ospitato la 55ma edizione della Barcolana, dove abbiamo trovato un nostro piccolo spazio. Grazie a Rete del Dono tutti gli scafi partecipanti alla Barcolana by night portavano le insegne di organizzazioni no profit: noi siamo stati associati a "Canaglia", imbarcazione classe UFO 28, dal caratteristico scafo giallo maculato.



Il profumo dei ricordi

Come "sentiamo" un profumo? Succede che le molecole odorose toccano le ciglia olfattive facendole vibrare: la vibrazione, diversa a seconda della sostanza, crea un impulso elettrico che raggiunge l'ipotalamo, sede di memorie, ricordi, creatività. È stato questo l'incipit dell'evento profumato organizzato dalla nostra consigliera Marzia Valli, incontro che ha riscosso notevole successo tra i numerosi ospiti presenti e a cui hanno partecipato anche la vicepresidente Monica De Riù e la consigliera Rita Ravalico. Le parole introduttive lasciano ben intendere quanto interessante e professionale sia stato l'intervento di Marzia. Dopo una panoramica teorica sul mondo dei profumi e la loro creazione, cui per anni lei stessa si è dedicata con passione, ci ha proposto di passare all'esperienza olfattiva personale.

Su morbidi nastri, ha depositato gocce di varie essenze in maggioranza naturali e note a tutti, ma anche sintetiche, dai nomi complicati e sconosciuti ai più. I nastri hanno circolato tra le mani curiose dei presenti e, annusati, hanno suscitato memorie del passato. Il primo odorava di essenza di legno di cedro, quello con cui venivano fatte le matite, per poi passare alla fava tonka, che ha stupito tutti, quando ci siamo ricordati della mitica coccoina, la colla pastosa dal profumo di mandola amara, lo stesso appunto della fava tonka. E che dire poi dell'etilmaltolo, aroma sintetico che richiama lo zucchero filato e ha ricordato le fiere che ci incantavano quando eravamo bambini?

Così Marzia ci ha guidati in un viaggio nel tempo, accompagnandoci a ritrovare ricordi sepolti attraverso una sorta di educazione al profumo, chiedendo di descrivere le semplici percezioni: l'odore annusato poteva essere secco o umido, caldo o freddo, dolce o amaro, persino rumoroso, morbido, ispido...

E per chiudere in bellezza, prima di dedicarci ai dolci preparati dalle nostre cuoche, ciascuno ha ricevuto un profumo creato dalla stessa Marzia. Quanta meraviglia: grazie!





Il profumo dei ricordi dei nostri ospiti

Frammenti di fragranze tessono un racconto, ed il naso diventa la via d'ingresso della memoria che ricompone ricordi: abbiamo chiesto ad alcuni degli ospiti presenti all'evento profumato di raccontare che cosa avessero provato.

"Sono stata molto impressionata in particolare da un profumo che ricordava l'odore dello zucchero filato, per un attimo mi sono sentita proiettata indietro nel tempo e mi sono vista camminare in Viale XX Settembre, a Trieste, durante l'affollatissima Fiera di San Nicolò con tutti i suoi odori e le prelibatezze del tempo." *Maria*



"La mia curiosità di conoscere sempre di più ha creato in me un forte interesse, mai avrei pensato all'esistenza dell'essenza di cedro! Così come mai avrei pensato di assistere ad un incontro dedicato ai profumi, che ci fosse tanto da dire a riguardo e che fosse possibile una simile esperienza". *Lello*

"Mi sono venute in mente le mie cugine, che usavano i profumi di ambra e lavanda che ho ancora in camera e che dopo tanti anni conservano ancora la loro fragranza originaria. Di mio, prediligo i profumi freschi e fioriti". *Maria Pia V.*



"Mi è piaciuto molto ascoltare tutti quei profumi, soprattutto quelli freschi, anche se io non ne faccio uso, e soprattutto non mi piace chi lascia la scia". *Fiorinda*

"Purtroppo tra le tante fragranze ho sentito una in particolare che mi ha rattristata perché mi ha fatto tornare in mente il mio povero marito che non c'è più". *Zita*

"Tendo a non usare profumi, ma assistere a quel bellissimo incontro mi ha dato l'opportunità di ricordare la mia giovinezza quando ad un certo punto mi sono messa in testa di creare il mio profumo. Usavo lo schiacciapatate, anche se forse non era l'attrezzo più indicato, ma l'ingegno mi aveva fatto venire in mente quella soluzione lì! Mettevo fiori di glicine e di acacia nel serbatoio e poi schiacciavo con forza per produrre la mia essenza personale. Un'altra mia creazione era il "distillato di vite", che vi spiego subito: quando si tagliavano i tralci di vite, questi rilasciavano un liquido che si diceva fosse curativo per la pelle. Mentre ascoltavo le spiegazioni della signora Marzia, mi sembrava di essere tornata bambina, rapita dall'entusiasmo della creazione, di quando si facevano le bambole con le foglie del granoturco e nella semplicità dell'amicizia". *Annita*

I festeggiati di ottobre



1. Barbara

10. Paolo

16. Greta

18. Anna

26. Susanna

L'angolo della nostra cucina



Ingredienti per 4 persone

filetti di orata 4 da 150 g
 funghi porcini 300 g
 aglio 1 spicchio
 burro 25 g
 farina 1 cucchiaio
 latte intero 100 ml
 pane grattugiato qb
 prezzemolo qb
 sale e pepe qb

Filetti di orata gratinati con funghi porcini

Iniziate dai funghi: eliminate la terra e strofinateli delicatamente con uno spazzolino umido. Affettateli non troppo sottili.

Scaldate il burro, fate dorare l'aglio e quando inizia a dorare eliminatelo, quindi versate i funghi.

Lasciateli cuocere per circa 10 minuti a fuoco medio mescolando di tanto in tanto. Salate e pepate.

Stemperate la farina con il latte e aggiungetela ai funghi, quando si addensa spegnete il fuoco e condite con il prezzemolo.

Sistemate i filetti di pesce in una teglia leggermente unta, conditeli, ricoprite con la crema ai funghi, cospargete con il pangrattato e cuocete in forno preriscaldato a 190° per 15 minuti.



BUON APPETITO!

Curiosità sui funghi

I funghi rappresentano il passato e il futuro dell'alimentazione. Sulla tavola di domani, spiccano come "novel food" grazie alle loro micoproteine, cioè le proteine che costituiscono le loro cellule, e che vantano un alto potenziale nutrizionale, una buona appetibilità e un basso impatto ambientale.

Sono ricchi di calcio, ferro, manganese e selenio, contengono anche folati e vitamine del gruppo B.

Freddure autunnali

Perché quando il cielo è nuvoloso si deve contare solo fino a sette? Perché altrimenti piove a dir... otto!

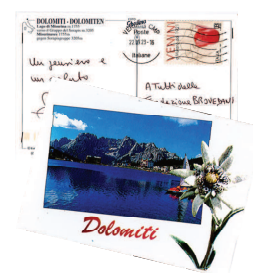


Essere freddi non significa necessariamente essere cattivi: i gelati ad esempio, sono buonissimi!

Saluti da...



CEFALONIA
 ROMA
 DOLOMITI



Fondazione
 Osiride
 Brovedani
 onlus

Sede operativa e Casa Albergo: via Eulambio 3, Gradisca d'Isonzo
 Sede legale e museo: via Alberti 6, Trieste
www.fondazionebrovedani.it - segr@fondazionebrovedani.it
 tel. 0481/967511 — fax 0481/967555