

# LA VOCE

di  
*Coronata*

---

## ESTATE



E' iniziata l'estate! Fa caldo , anzi molto caldo, ma quest'anno è molto ventilato. Speriamo che non sia una estate torrida e neanche troppo umida. Nei nostri sogni vorremmo andare in piscina e a fare i pic nic in campagna, andare a mangiare una pizza in riviera e un gelato in spiaggia. Le possiamo fare queste cose?

Non le possiamo ancora fare purtroppo perchè c'è il Covid, questo maledetto virus, che sta bloccando i nostri desideri. Sta bloccando tutto! Speriamo di realizzare almeno qualcuno di questi sogni. Intanto possiamo mangiare in giardino, fare qualche festa, delle merende con il gelato, ordinare delle pizze da mangiare alla sera in giardino. Speriamo anche di fare qualche bel giro con il pulmino tuttiinsieme e andare a fare due passi ai Parchi di Nervi. Noi speriamo .....

# UNA BELLA ATTIVITA'

## IL GRUPPO AUTORAPPRESENTANTI



Una volta alla settimana a Coronata si riunisce il Gruppo Autorappresentanti. Nel Gruppo ci sono: Adelina, Marco, Gianfranco, Alessandro, Eliana, Ivo, Anna e Luciano che, aiutati dalla facilitatrice Daniela parlano di cose interessanti.

Questa attività ci ha insegnato molte cose e ci ha resi più responsabili nei confronti degli altri. Essere Autorappresentanti infatti vuol dire parlare per se stessi ma se necessario anche per chi è più in difficoltà e non può parlare. Gli Autorappresentanti nascono dal progetto "lo Cittadino" Questo progetto ci ha spiegato che le persone con disabilità hanno dei diritti. Uno di questi diritti è l'autodeterminazione, cioè il diritto di fare delle scelte, di essere aiutati a farle ed essere ascoltati. Fare delle scelte significa dire cosa desideriamo e cosa ci piace per avere una buona qualità della vita e cosa non ci piace. In questo modo facciamo sentire la nostra voce. Infatti il simbolo del progetto "lo Cittadino" è un megafono. . Il megafono fa sentire la voce più forte.

Prima del Covid gli Autorappresentanti hanno incontrato i politici della Regione Liguria, del Comune di Genova e il Presidente Dellaluna; qualcuno di noi è stato a Roma all'assemblea nazionale di Anffas e abbiamo incontrato gli autorappresentanti degli altri Centri in una riunione che si chiama Macrogruppo.

Quando è arrivato il Covid abbiamo smesso di uscire ma non abbiamo smesso di lavorare. Così ci siamo occupati della Comunità di Coronata. Infatti abbiamo preparato documenti facili da leggere che parlano del coronavirus, dei comportamenti da adottare per non ammalarsi e del vaccino. Adesso stiamo lavorando ad un questionario sulla vita di Comunità e il 7 di luglio 2021 siamo stati invitati a partecipare all'assemblea dell'associazione Anffas che si svolgerà on-line, cioè a distanza con il computer.





# TI HO PORTATO LA MERENDA!

Ciao, siamo Gian e Michi e vogliamo consigliarvi delle merende di quando eravamo bambini.

"Ti ho portato la merenda!" era quello che ci dicevano le nostre mamme e nonne nel pomeriggio verso le quattro.

Ecco di seguito le nostre merende:

pane, burro e zucchero; pane, burro e marmellata; pane, burro e acciughe; pane, burro e miele; pane con il sugo condito; pane, pomodoro, olio e sale; pane e stracchino; pane, caffè e zucchero; pane e latte condensato; pane e cioccolato; pane e banana; pane e nutella; pane, olio e sale; pane e fichi; semolino dolce; uovo sbattuto con zucchero e caffè; riso, latte con lo zucchero; budino, latte con caffè o cioccolato con i biscotti.



Queste merende antiche di una volta possono essere un'idea per i bambini di oggi e gli adulti di adesso.

Buona merenda!

# VACANZE TANTO DESIDERATE

Siamo Anna e Marco e siamo fidanzati. Vogliamo descrivervi la nostra emozione pensando alle nostre prossime e vicinissime partenze per le vacanze. Non andremo insieme, ma siamo molto felici. Io, Anna, andrò in Val d'Aosta. Io, Marco, andrò in campagna a Arquata.

Siamo molto contenti di fare queste vacanze, dopo più di un anno che siamo chiusi in Comunità!

Quando torneremo vi racconteremo come com'è andata.

# La nostra estate

*iniziamo con queste foto...*







*nei prossimi numeri continuerà il racconto fotografico della nostra estate !!!*





# *Pensieri che arrivano al cuore*

Il nostro angolo di poesia

## **UN CUORE DA GUARIRE**

*di Marco P. e Gino*

Per aggiustare il mio cuore  
lo trapianto in un vaso più grande.  
Il mio concime:  
coccole e luce.  
Per curare il dolore:  
cuciture e una pausa.  
Il crepacuore è la paura e il buio.  
Stare meglio è il mio progetto.



## **MAMMA**

" Per me non esiste una mamma migliore  
di quella che mi è stata data,  
la sceglierei di nuovo tra mille altre vite."

Ho trovato su internet questa frase e  
la voglio dedicare a tutte le mamme  
di Coronata.

Ivo

