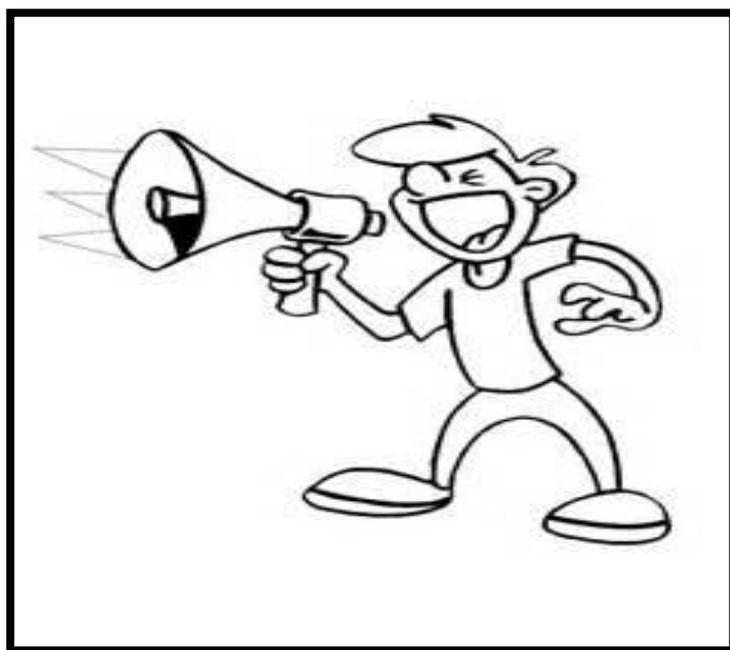




Versione facile da leggere

La voce di Stella



Giornalino della Comunità Alloggio “Villa Olimpia”

Cooperativa sociale Genova integrazione a marchio
Anffas, numero dodici.

Santa Giustina, Luglio 2018

Questo giornalino è scritto seguendo i consigli delle linee guida europee per dare informazioni facili da leggere.

Le linee guida servono a scrivere cose facili da capire per tutti, anche da persone che non parlano bene l'italiano o che trovano difficile leggere.

Le persone che hanno scritto le linee guida dicono che:

Buone informazioni aiutano le persone a trovare le cose che hanno bisogno di sapere. Le aiutano a prendere decisioni e a fare delle scelte.

Abbiamo aggiunto una rubrica che si chiamerà: “i nostri diritti”.

In questa nuova rubrica vi racconteremo del progetto “Io cittadino!” e parleremo dei diritti delle persone disabili.

Il giornalino è diviso in cinque parti:

- Itinerari liguri
- Cultura e spettacoli
- Rassegna stampa
- Tempo libero
- I nostri diritti

Nella rubrica del tempo libero ci sono:

-Una ricetta

-Un oggetto da costruire

-Una proposta di gita

Itinerari liguri e vicini alla Liguria

Una visita a Noli.

Noli è una cittadina in provincia di Savona, tra Finale Ligure e Spotorno.



Noli fa parte dell'associazione **I borghi più belli d'Italia.**



Noli si affaccia sul Mar Ligure e si divide in tre zone:

-Noli

-Voze

-Tosse

Voze si trova nell'entroterra.

A Voze c'è una famosa chiesa parrocchiale dedicata a San Pietro.

Tosse si trova nei dintorni di Spotorno.

A Tosse c'è la chiesa parrocchiale dedicata a Sant'Ignazio.

Entracque

Entracque è un paese che si trova in provincia di Cuneo, nella regione Piemonte vicina alla Liguria.



E' un paese che ha 842 abitanti.

Il nome Entracque deriva dal latino.

In latino **Intra aquas** significa località posta tra le acque.

Entracque è bagnata da tre corsi d'acqua:

- il torrente Gesso
- il rivo Bousset
- il rivo Colletta

In questo paese c'è turismo sia in estate che in inverno.



Sopra al paese si trova il rifugio **Genova Figari**.

Al rifugio Genova Figari spesso c'è stato il concerto di Ferragosto.

L'ultimo concerto c'è stato nell'anno 2008.

Vicino ad Entracque c'è il parco naturale delle **Alpi Marittime**, dove si possono vedere gli stambecchi e il lupo.

Ci sono due laghi:

-il lago della Piastra

-il lago delle Rovine

Nel paese si può visitare il museo dedicato al lupo.



Cultura e spettacolo

Lo spettacolo teatrale L'Uccello di fuoco.

Al teatro Chiabrera di Savona quest'anno c'è stato lo spettacolo teatrale L'Uccello di fuoco.

L'Uccello di fuoco è stato uno spettacolo di ombre e di danza con le musiche di Igor Stravinsky.



Igor Stravinsky è un musicista compositore e direttore d'orchestra russo.

L'Uccello di fuoco è una fiaba raccontata attraverso la musica.

Lo spettacolo racconta di un personaggio che si chiama Ivan.

Ivan cattura un uccello di fuoco.

L'uccello in cambio della sua libertà, dona una piuma magica a Ivan.

In caso di pericolo Ivan potrà scuoterla, per essere aiutato.

Ivan si innamora di una principessa che è prigioniera di un mago.

Il mago scatena dei demoni contro Ivan e tenta di trasformarlo in pietra.

Ivan scuote la penna, l'uccello gli viene in aiuto e lo salva.

Alla fine Ivan si sposa con la principessa.



Uno spettacolo teatrale su Beethoven.

Al Teatro Chiabrera di Savona c'è stato lo spettacolo:
Va, Va, Va Van Beethoven.

Lo spettacolo racconta le avventure del musicista Beethoven.

Beethoven era un musicista compositore tedesco nato nell'anno 1770 e vissuto fino all'anno 1827.



Nello spettacolo Beethoven aiutato da due allievi deve cambiare casa.

Durante il trasloco, Beethoven continua a comporre le sue opere.

Beethoven sta diventando sordo e per questo motivo è irrequieto e vuole cambiare casa.

Lo spettacolo racconta dei cambiamenti che ci sono nella vita di tutti.

Tutti possono avere un'occasione di crescita se affrontano i cambiamenti in modo positivo.



Rassegna stampa

Un grande cambiamento al canile.

Un anno fa il canile di Savona era al completo con tutte le gabbie occupate da cani randagi.

I volontari erano preoccupati per la situazione.

Durante gli ultimi mesi c'è stato un grande cambiamento.

Tutti i cani hanno trovato una nuova casa.



Tante persone hanno adottato cuccioli di cane e cani adulti, a volte malati.

In questo modo le gabbie si sono svuotate.



Dato che al canile di Savona ci sono tanti posti liberi, potranno ora ospitare cani di altri canili.

Articolo tratto dal Secolo XIX del 28 Maggio 2018

Passeggiare in città.

Street Workout è un'espressione inglese.

In italiano vuol dire **allenamento di strada**.

L'allenamento di strada è un allenamento sportivo di gruppo.



Gruppi di persone si allenano per le strade della città.

I partecipanti hanno le cuffie per tenersi in collegamento con l'allenatore.

I partecipanti ricevono anche informazioni sui monumenti che vedono nelle strade .

L'allenatore suggerisce alle persone gli esercizi da fare.

Questa attività favorisce:

- il benessere fisico
- stare bene insieme agli altri

- la cultura attraverso la conoscenza dei monumenti presenti in città.

L'obiettivo è quello di:

- muoversi a piedi in città
- usare meno le automobili
- fare allenamento fuori dalle palestre.



Articolo tratto dal Secolo XIX del 11/6/2018

Tempo libero

Una ricetta estiva.

La frutta è un alimento gustoso e sano.

Ecco un modo semplice per mangiare frutta in modo un po' diverso.

Ingredienti:

Per la ricetta servono pesche e albicocche fresche.



Come si prepara:

Mettete nel freezer albicocche e pesche senza il nocciolo.

Quando avrete voglia di mangiarle, prendete pesche e albicocche e tenetele un'ora fuori dal freezer.

Sbucciate pesche e albicocche e tagliatele a pezzi.

Poi prendete il frullatore e frullatele.

Otterrete una crema gelata molto gustosa senza bisogno di aggiungere zucchero.

Mettete la frutta gelata frullata in piccoli recipienti colorati.



Un oggetto da costruire

Come costruire un portavaso da giardino.



Cosa serve:

- una gomma d'auto usata
- una bomboletta spray di un colore che vi piace
- una pianta

Come si prepara:

Procuratevi una gomma d'auto usata che potete trovare facilmente da un gommista.

Trovate un luogo all'aperto dove poter colorare la gomma d'auto con una bomboletta spray.

Appoggiate la gomma d'auto su fogli di giornale per evitare di sporcare con la bomboletta.

Colorate tutta la gomma d'auto.

Lasciate asciugare per almeno due ore.

Fissate la gomma al muro esterno della casa.

Potete usare un lungo chiodo per appendere la gomma.

Una volta fissata al muro, appoggiate all'interno un piccolo vaso con una pianta fiorita.



Una giornata in moto.

Il 17 Maggio a Varazze c'è stata la manifestazione della **mototerapia**.

La **mototerapia** aiuta le persone a stare bene facendo provare belle emozioni.



Varazze è una cittadina che si trova in Liguria, in provincia di Savona.

Alla manifestazione della **mototerapia** hanno partecipato tante persone e tante associazioni.

Anche le associazioni di persone con disabilità erano presenti.

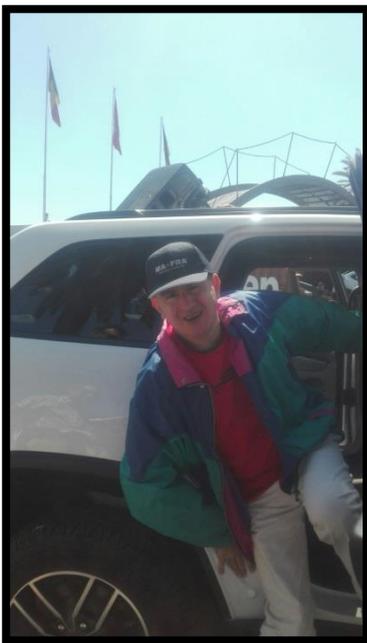
C'è stato uno spettacolo con le moto molto bello.

Le moto hanno fatto acrobazie in aria.

I piloti delle moto hanno fatto salire sulle motociclette tutte le persone che volevano fare un giro.

La mototerapia è stata organizzata da **Vanni Oddera**.

Vanni Oddera è un campione di motocross ed organizza manifestazioni in tutta Italia.



I nostri diritti

I 60 di Anffas.



Quest'anno Anffas ha festeggiato 60 anni di attività.

L'associazione è stata fondata nel 1958 da un gruppo di genitori di persone disabili.

Queste persone volevano difendere i diritti dei loro familiari e farli valere nella società.

A Stella Santa Giustina nella comunità di Anffas Villa Olimpia, in provincia di Savona, c'è stata una festa.

A questa festa hanno partecipato tante persone compresi i direttori dell'Anffas di Genova.

Sono state fatte molte cose:

-l'organizzazione di un rinfresco con molte cose buone

-la decorazione del salone della Comunità con i colori blu e bianco dell'Anffas.

Ogni persona indossava una maglietta blu o bianca con una rosa blu.

La rosa blu è il simbolo dell'Anffas.

In giardino ora c'è un albero piantato in questa importante giornata per ricordare i 60 anni di Anffas.



Scrivono il giornalino:

Enzo

Franca

Valentina

Gianpaolo

Cesare

Felice

Giovanni

I lettori di prova sono:

Giovanni

Enzo

Franca

Felice

Comunità Alloggio “Villa Olimpia”

Cooperativa sociale Genova Integrazione a marchio Anffas.