

# S PUNTI di SVISTA

PERIODICO CULTURALE E DI ATTUALITÀ A CURA DELLA COOPERATIVA IL GRANELLO DON LUIGI MONZA

**Punti di Svista** è un periodico della Cooperativa sociale Il Granello Don Luigi Monza. Il nostro intento è quello di dar voce alle persone che frequentano i nostri servizi, alle figure educative e a chi fa parte della realtà del Granello. In questo spazio abbiamo la possibilità di indagare i nostri interessi e

passioni, di condividere ciò che accade nelle nostre sedi e di parlarvi di alcune attività che svolgiamo. Uno strumento che ci permetta di raccontarci sia a chi già ci conosce sia a chi ci incontra per la prima volta.

Buona lettura!



DAL 1987 AL SERVIZIO DI  
PERSONE CON DISABILITÀ.

CISLAGO  
SARONNO  
TURATE  
FAGNANO OLONA  
GUANZATE  
UBOLDO  
GERENZANO  
CARNAGO

Aiutaci anche tu  
DONA IL TUO

**5Xmille**

per un bene  
iNfinito.

SCRIVI  
**01666500127**



# Cooperativa Sociale Il Granello

Siamo arrivati già alla metà dell'anno: ripensare a tutto quello che ci ha già regalato il 2024 e guardare al futuro ricco che ci aspetta ci deve rendere consapevoli della potenza che ha la nostra Cooperativa.

L'abbiamo ripetuto spesso in questi mesi, soprattutto in occasione dell'evento **Tutti pazzi per il musical**, del 27 aprile scorso... da quasi 40 anni il Granello si occupa di assicurare il Progetto di Vita a centinaia di persone con disabilità e vedere nuovi centri nascere, altri svilupparsi, altri ancora specializzarsi... vedere le liste d'attesa di decine di persone che non aspettano altro che entrare nel mondo della nostra Cooperativa... vedere il gruppo del personale diven-

tare sempre più consistente... vedere la grande fiducia a noi data... tutto questo ci dà la misura di quanto importante sia il nostro lavoro e il nostro contributo. Gli educatori, durante la serata, hanno voluto far sentire la propria voce, il proprio punto di vista...



il Granello  
Cooperativa Sociale  
Via Giuseppe di Vittorio 11 | Assago (MI)

Regione Lombardia

IL CAST DELLA COOPERATIVA SOCIALE IL GRANELLO DON LUIGI MONZA PRESENTA

Sostieni il PROGETTO  
Ristrutturazione EDULAB II° Lotto

Pinocchio... un bambino speciale  
CREASE  
Principe e Stelle

**Tutti pazzi per il musical**

SABATO 27 APRILE 2024

TEATRO REPOWER  
Via Giuseppe di Vittorio | ASSAGO  
ORE 20.45

"Educare viene dal latino "ex-ducere" che letteralmente significa "trarre fuori", "condurre fuori". È proprio questo che facciamo: guardiamo, ricerchiamo, estrapoliamo, accentuiamo, sottolineiamo aspetti utili alla vita. È il Progetto di Vita su cui noi lavoriamo; e il Progetto di Vita è un diritto di ogni singolo essere umano."

Eravamo più di 1200 al teatro Repower di Assago con 150 persone in scena e dietro le quinte. Siamo riusciti a urlare da uno dei più importanti palchi milanesi "questi siamo noi", raccontando da dove siamo partiti, cosa ci ha mosso, quale sia il nostro lavoro, il nostro progetto e il nostro obiettivo.

Vogliamo festeggiare un grande traguardo che, insieme a lei, ha raggiunto tutta la nostra Cooperativa: Francesca Giudici del Servizio di Formazione all'Autoronomia di Saronno ha firmato il contratto a tempo indeterminato per lavorare presso il punto vendita di Zara Uomo del Centro Commerciale di Arese. Siamo orgogliosi del percorso e certi che questo sia un punto di partenza per lei e per tante altre persone del Granello.

Continuano le attività organizzate grazie al progetto "Futurinclusion" destinato a persone adulte con disabilità, in particolare con autismo; l'obiettivo è proporre momenti di socializzazione essendo questo uno degli aspetti più importanti su cui lavorare. I prossimi eventi in programma per luglio sono:



Il 2 giugno si è svolta la prima edizione del **Granello Wine Festival** presso la nostra tensostruttura sita all'interno del parco degli Aironi a Gerenzano. Un evento molto apprezzato dai partecipanti e dagli organizzatori.

Al nostro bar&ristorante Inperfezione continuano eventi che vedono la partecipazione di tanti ospiti esterni, capaci di regalare cene con delitto, serate latino americane e molto altro ancora...

Vi aspettiamo questa estate a gustare le nostre delizie proposte allo chalet per una pausa gustosa durante i vostri caldi pomeriggi!

Grati del supporto ricevuto, vi ringraziamo e vi invitiamo a seguirci sulle nostre pagine social per rimanere sempre aggiornati!

Il Direttore dei Servizi Educativi  
Luca Landolfi e il Granello

**Amministrazione e sede legale**  
Via E. Mattei, 141 | 21040 Cislago  
T. 02 96409059  
amministrazione@granello-coop.it

**Direzione Servizi Socio Educativi**  
Via E. Mattei, 141 | 21040 Cislago  
direzioneeducativa@granello-coop.it

# Sommario

---

## COMUNITÀ Aria - Saronno

In questo episodio de "Punti di Svista"... Paolo in pensione \_\_\_\_\_ 5

## COMUNITÀ - Fagnano Olona

Le nostre palestre di vita \_\_\_\_\_ 7

## COMUNITÀ GEMMA E VITTORIO - Uboldo

Il Marocco e la ricetta per la buona convivenza! \_\_\_\_\_ 9

## CSE Acqua - Saronno

Un incontro speciale... "tra luci e ombre" \_\_\_\_\_ 10

## CSE Luna - Carnago

Carnago ai fornelli! \_\_\_\_\_ 12

## CSE - Fagnano Olona

Alla scoperta di Fagnano Olona \_\_\_\_\_ 13

## CSE Fuoco - Saronno

Parole e pensieri: un racconto dell'esperienza  
lavorativa al ristorante In-perfezione \_\_\_\_\_ 15

## CSE - Guanzate

La celiachia \_\_\_\_\_ 17

## SFA - Fagnano Olona

Gruppo racconto \_\_\_\_\_ 20

## SFA - Saronno

Io vivo sano \_\_\_\_\_ 22

## SFAL - Cislago

Lavoriamo per il nostro domani \_\_\_\_\_ 25

## SFARM - Guanzate

Manutenzione parchi \_\_\_\_\_ 26

## IN QUESTO EPISODIO DE "PUNTI DI SVISTA" ... PAOLO IN PENSIONE

Il pensionamento di Paolo è la notizia del mese, come reagirà la comunità davanti a questo cambiamento?...

Per scoprirlo dovrete aspettare il prossimo numero del nostro giornale; in questo numero abbiamo intervistato i ragazzi e raccolto i loro pareri su Paolo e se qualcuno si stesse chiedendo chi fosse Paolo, è questo ragazzino qui sotto:



Paolo prima di essere un operatore, è stato un volontario e anche abbastanza prezioso: è sempre stato lui il nostro Babbo Natale. Avendo quasi 300 utenti al Granello, potrebbe fare concorrenza a quello vero...



Ma è anche un devoto operatore della Comunità Aria e tra un computer sistemato, una grigliata a Pasquetta e una partita a calcetto si è sempre fatto voler bene.

**Omar:**

Mi mancherà perché è stato il primo educatore tutt'ora in servizio che ho conosciuto quando svariati anni fa veniva ancora al mio appartamento ad aiutarmi per tutte le mie esigenze, per me in particolare ha rappresentato una figura di riferimento, riesce ad essere una persona molto buona pur tenendo il suo giusto ruolo di operatore che fa valere ogni regola.

**Luigi:**

Paolo mancherà credo a tutti, ma è dovuto andare in pensione per una questione di legge, alla fine comunque sappiamo che avrà ancora dei momenti dove verrà in comunità, quindi mi fa piacere il mantenimento del rapporto con lui che è sempre stato un operatore puntuale preciso e professionale, sono in assoluto le qualità che spiccano di più in lui.

**Bianca:**

È sempre stato gentile ed è bravissimo a cucinare soprattutto le grigliate, sono emozionata per lui che va in pensione, per fortuna continuerà a venire in comunità anche dopo, perché già mi manca!!!

**Katy:**

Paolo mi ha aiutata in tante cose... ricordo quando venne al parco degli Aironi per il mio compleanno... mi divertiva cucinare con lui, sento la sua mancanza e so che continuerà a mancare qui in comunità.

L'equipe della comunità aria ringrazia il prezioso lavoro di Paolo di questi anni, persona empatica, disponibile e precisa che è riuscito a creare un clima di "casa" all'interno della comunità.

Paolo, da tutti noi, grazie.



**Comunità Aria**

Via E. Torricelli, 23 | 21047 Saronno

T. 342 0341459

[aria.comunita@granello-coop.it](mailto:aria.comunita@granello-coop.it)

# LE NOSTRE PALESTRE DI VITA



Breve chiacchierata con S. e M., che ci raccontano l'inizio di questo loro percorso.

*Quando avete iniziato questa esperienza legata alla palestra di vita indipendente?*

**M.** Ho iniziato questo percorso a partire dal mese di febbraio di quest'anno, ma devo dire che per me non è stata la prima volta: tempo fa avevo frequentato la palestra di vita, dove però mi fermavo un solo giorno alla settimana, mentre ora

mi fermo per due giorni e per due notti. Mica male!

**S.** Io ho iniziato poco dopo, ma a differenza di M. per me questa è la prima volta che frequento la palestra di vita. Anche io mi fermo per due giorni: al mercoledì e al giovedì.

*Perché secondo voi è importante la palestra di vita?*

**M.** Perché un domani, se andrò a vivere da solo o insieme a qualcuno, saprò già come funziona una casa: quali cose devono essere fatte e come devo farle. È un'esperienza che aiuta ad essere più responsabili.

**S.** A me sta servendo a diventare più autonomo: sicuramente per responsabilizzarmi e per riuscire a comprendere cosa serve in una casa, dove non sono da solo e dove vivono anche altre persone che condividono gli stessi spazi. Mi sta servendo anche a capire che si possono fare delle dimenticanze o degli errori, ma insieme agli educatori sto cercando di migliorare anche quest'aspetto.

*Come funziona la vita in casa? Di cosa vi occupate?*

**M.** La vita in casa mi piace e mi trovo bene. Mi occupo di cucinare per la cena, preparare e rifare il letto, aiutare nelle pulizie, fare la lista della spesa e di andare al supermercato insieme agli educatori. Partecipo sempre alle faccende domestiche, e mi piace anche collaborare con gli altri o aiutare nel fare qualcosa.

**S.** Anche per me la vita in casa è piacevole. Mi occupo della cura della casa e partecipo alle attività domestiche. Per me è importante ricordarmi di preparare bene lo zaino e la sacca con dentro tutto ciò che mi servirà nei due giorni in cui resto in comunità: vestiti da tenere in casa, cambi, caricatore del telefono, e anche pensare alle cose che mi serviranno al venerdì per il calcio. Per me questo è già un allenamento utile per essere responsabile delle mie cose.

*Cosa vi piace di più della palestra di vita?*

**M.** Mi piace sapere che posso sempre parlare con qualcuno ma la cosa che preferisco è cucinare (..e anche mangiare). Mi dà soddisfazione perché lo faccio io, ma alla fine il risultato viene condiviso con tutti gli altri. Me la cavo in questo. La cosa che mi piace meno è occuparmi della lavatrice, ma nonostante sia noiosa va fatta per avere le cose pulite da utilizzare.

**S.** Mi piace che io stia imparando a fare delle cose da solo e mi sto rendendo conto che questo mi mancava. Ora mi viene automatico pensare che ad una certa ora bisogna iniziare a pensare alla cena, scegliere insieme agli altri cosa vogliamo mangiare e insieme iniziare a cucinare. Capire quanto tempo servirà



e a che ora sarà pronto non è facile, ma se ho dei dubbi, so che posso chiedere agli educatori. Cerco di organizzare una tabella di marcia mentale che mi aiuti a ricordare tutto. La cosa che mi piace meno è preparare il letto, perché ogni volta litigo con il materasso e con gli angoli ma bisogna farlo per dormire nel letto.

*Come vi trovate con gli altri ragazzi in casa?*

**M.** Mi trovo bene con i ragazzi della comunità. Conosco già tutti perché insieme frequentiamo lo SFA, ma ora diciamo

che li sto conoscendo meglio. Non è sempre facile condividere la stanza con un'altra persona e sto capendo che bisogna avere pazienza.

**S.** Anche io mi trovo bene con gli altri ragazzi della comunità. Non ho problemi e mi sento tranquillo perché posso chiacchierare di tutto e questo mi fa sentire più libero e aperto verso di loro.

Diciamo che ci si sta conoscendo anche in una sfera più privata, cosa che allo SFA o durante il lavoro non è possibile. A me la condivisione della camera invece piace, perché nella mia vita mi è capitato in poche occasioni, tipo in vacanza o in situazioni di famiglia: ora so che quando mi sveglio non sono da solo e per me cambia...

**Comunità Fagnano Olona**

Via Roma, 31 | 21054 Fagnano Olona

T. 349 3364291

sfa.fagnano@granello-coop.it

# IL MAROCCO E LA RICETTA PER LA BUONA CONVIVENZA!

I ragazzi della Comunità di Uboldo hanno preparato il cous cous, tipico piatto della cucina marocchina. Questa pietanza è a base di carne e verdure, ma il sapore esplosivo che lo rappresenta è racchiuso nelle spezie scelte per la sua preparazione.

Ecco gli ingredienti necessari:

- Cous cous – 500g
- Carne bovina – 600g
- Ceci – 100g
- 1 cipolla
- Metà zucca
- 3 zucchine
- 2 pomodori
- Metà verza
- 3 carote
- Passata di pomodoro
- Sale q.b.
- Olio extra vergine q.b.
- Spezie (curcuma, zenzero, pepe, paprika, prezzemolo)
- Acqua q.b.

A seguire sono descritti i passaggi per la preparazione: prima di tutto bisogna tagliare la cipolla e farla rosolare per circa 10 minuti nell'olio insieme alla carne. Successivamente aggiungere i pomodori tagliati grossolanamente e le spezie. Girare tutti gli ingredienti fino a quando le cipolle e i pomodori non appassiscono, poi salare, aggiungere la passata e l'acqua bollente fino a coprire la carne. Cuocere a fiamma bassa per un'ora.

Nel frattempo cuocere il cous cous a vapore per 30 minuti, successivamente sgranarlo. Trascorso il tempo di cottura della carne aggiungere la zucca, la verza, le zucchine e le carote a pezzi. Coprire di acqua le verdure e cuocere per 30 minuti a fuoco basso. Trascorso il tempo, prendere un piatto, versare il



cous cous inumidito dal sugo, adagiare la carne nel centro e le verdure attorno.  
BUON APPETITO!

**Giovanna:** mi è piaciuto molto assaggiare questo piatto e anche prepararlo insieme alla mia educatrice Assia.

**Emanuela:** è stato bello preparare questo nuovo piatto tutti insieme!

**Stefano:** non avevo mai assaggiato un piatto marocchino, mi è piaciuto molto, soprattutto il sapore speziato.

**Emma:** sono felice di aver assaggiato sapori nuovi, spero di rimangiare il

Comunità Gemma e Vittorio

Via Maddalena, 13 | 21040 Uboldo

T. 342 5428891

microcomunita@granello-coop.it



## UN INCONTRO SPECIALE... TRA "LUCI E OMBRE"

Il giorno 16 maggio alcune ragazze del CSE Acqua si sono recate presso la scuola dell'infanzia "Colombo Morandi" di Uboldo, per trascorrere una mattinata con i bambini, condividendo con loro un'attività creativa allo scopo di promuovere l'inclusione e la socializzazione.

L'attività che prende il nome di "Luci e Ombre", consisteva, innanzitutto, nel raccontare una storia, al buio e con l'utilizzo di un piccolo teatro di cartone, realizzato dalle ragazze stesse. Quest'ultime, muovendo delle sagome che rappresentavano i vari personaggi della storia, proiettavano la loro ombra su un foglio di carta velata, con la finalità di far comprendere ai bambini il significato del concetto di luci e ombre.

Nella seconda parte dell'attività, invece, i bambini, aiutati dalle nostre ragazze, hanno

sperimentato concretamente il significato di luci e ombre: su un rotolo di carta igienica è stato applicato un foglio di carta stagnola, con un piccolo disegno fatto sopra (un cuore, una stella oppure la luna), del quale, i bambini, grazie ad una torcia, ne proiettavano l'ombra sul muro.

Abbiamo pensato di farvi raccontare l'esperienza direttamente dalle ragazze che vi hanno partecipato!

*Cosa ti è piaciuto particolarmente?*

**Manuela:** Mi è piaciuta principalmente la parte iniziale dell'attività, quando abbiamo raccontato la storia, dove io muovevo i personaggi, la montagna, l'aereo, la stella e la luna. Nella seconda parte dell'attività guardavo i bambini che proiettavano le immagini sul muro: è stato bello vederli felici e divertirsi nel fare questa attività!



L'asilo mi è molto piaciuto: c'erano tanti disegni alle pareti e i colori erano allegri.

**Emanuela:** Ero emozionatissima per questa esperienza! Anche a me è piaciuta molto la prima parte, nella quale mi sono divertita a muove-

re le sagome di cartone dei personaggi. Dovevo prestare attenzione ad ascoltare la storia e a far comparire i protagonisti

**Ilaria:** E' stata una bella esperienza! La seconda parte è stata la più divertente, perché i bambini erano stupiti nel vedere

*i bambini della scuola dell'infanzia?*

**Manuela:** Mi piacciono i bambini! Mi sono divertita tanto e mi piacerebbe rifarlo.

**Emanuela:** I bambini erano piccoli e una bimba era molto simpatica: sorrideva sempre e si è avvicinata per salutarmi prima di andare via. Sono rimasta molto contenta!

**Ilaria:** I bambini facevano un po' i monelli e io era un po' confusa all'inizio, però poi ho visto come si divertivano a proiettare le ombre e ho iniziato a divertirmi anche io!

*Ti piacerebbe ripetere l'esperienza?*

**Manuela:** Sì, certo! Non vedo l'ora di rifarla!

**Emanuela:** Sì, mi piacerebbe rifarla, soprattutto perché sono rimasta soddisfatta nell'aver potuto aiutare i bambini con la carta stagnola.

**Ilaria:** Sì, la rifarei volentieri. Ci hanno ringraziato tante volte: è stato emozionante e mi sono sentita tanto soddisfatta!



sti nel momento giusto! Nella seconda parte è stato bello collaborare con una bambina, molto simpatica, che mi ha chiesto di aiutarla a bucherellare la carta stagnola con sopra il cuore che aveva disegnato.

proiettate le ombre dei propri disegni fatti sul rotolo di carta igienica. Le loro espressioni divertite hanno fatto ridere anche me!

*Come ti sei sentita a passare la mattinata con*

**CSE Acqua**

Via E. Torricelli, 23 | 21047 Saronno

T. 344 0314736

cse.acqua@granello-coop.it



# CARNAGO AI FORNELLI!

Al CSE Luna di Carnago, tra le attività settimanali proposte, c'è il laboratorio di cucina in cui i nostri ragazzi si mettono alla prova e sperimentano la loro creatività.

L'estate si sta avvicinando e in questo periodo, si sa, la voglia di qualcosa di fresco si fa sentire, e noi abbiamo proprio pensato di utilizzare la frutta come ingrediente principale per i nostri dolci come i biscotti alla straciatella senza lattosio e i sorbetti senza glutine, e la verdura per i primi e i secondi, come l'insalata di riso e gli sformatini di patate con carote e zucchine.

Il primo step consiste nella scelta della ricetta da preparare ed è molto importante per noi non solo accontentare i palati di tutti ma soprattutto includere piatti realizzati per chi ha particolari esigenze quali intolleranze o allergie.

Successivamente si scrive la lista della spesa e ci si reca al supermercato dove si selezionerà tut-



to l'occorrente. In questo passaggio si impara anche a saper gestire al meglio i soldi a disposizione e si stabilisce di volta in volta anche un budget da rispettare.

Si passa poi alla suddivisione degli alimenti che andranno sistemati nella dispensa o in spazi refrigerati in base alle indicazioni di conservazione poste sulle confezioni.

Anche la suddivisione dei compiti e delle azioni da effettuare ci aiutano a lavorare e a creare la giusta collaborazione che in cucina risulta fondamentale per portare a termine la nostra preparazione: tagliare il cibo ci permette

di sviluppare la coordinazione oculo-manuale oltre che a rimanere concentrati; manipolare diversi materiali e consistenze migliora l'attività motoria di mani e dita; la cottura dei cibi ci permette di osservare i tempi di cottura, la regolazione della temperatura e la gestione degli imprevisti.

Oltre agli aspetti prettamente funzionali non vanno sottovalutati quelli legati all'autostima, in quanto l'idea stessa di creare qualcosa di precedentemente inesistente fa emergere la curiosità, l'impegno e la dedizione in ognuno di noi: una ricetta può essere realizzata e poi degustata e ciò ci fa rendere conto delle nostre capacità contribuendo inoltre a rafforzare il nostro senso critico.

Ecco perché non diventiamo solo chef per un giorno ma memorizziamo delle azioni che possono far parte della nostra vita quotidiana ricordandoci sempre che in cucina ci vuole un pizzico di fantasia e tanto amore.

**CSE Luna**

Via Dante Alighieri, 11 | 21040 Carnago

T. 340 1095844

cse.carnago@granello-coop.it

# ALLA SCOPERTA DI FAGNANO OLONA

Alcuni ragazzi del C.S.E. di Fagnano Olona sono andati alla **scoperta** del territorio. Hanno iniziato il loro lavoro facendo delle passeggiate nel paese così da scoprire quali servizi offre e quali negozi sono presenti, come ad esempio il Comune, la biblioteca, la farmacia, il supermercato, la pizzeria e molti altri. Successivamente è stata creata una piantina rappresentante le strade percorse dai ragazzi e i negozi scoperti durante le svariate uscite. Sono stati fatti molti giochi didattici che miravano ad insegnare ai ragazzi le diverse direzioni e a dare correttamente le indicazioni stradali. Il laboratorio ha rappresentato un'occasione utile per comprendere il valore e l'utilizzo del denaro, e queste nozioni sono state messe alla prova proprio durante le uscite sul territorio: insieme abbiamo avuto la possibilità di fare colazione al bar, passeggiate al mercato e piccoli acquisti per il paese...

Il **percorso di orientamento** sul territorio si è concluso imparando ad usare il navigatore sul proprio cellulare e provando a raggiungere un luogo non conosciuto seguendo le indicazioni del telefono: in questo modo si è arrivati alla biblioteca comunale.

Questa attività, oltre a permettere di esplorare il paese, ha anche fatto in modo che si incontrassero persone nuove e ciò ha ampliato la socializzazione.

Ecco alcuni pensieri dei ragazzi circa questo laboratorio:



## CSE - Fagnano Olona

**Marco:** ho imparato delle nuove strategie per orientarmi, ad esempio usando i punti di riferimento.

**Andrea:** mi è piaciuto perché ho imparato a distinguere la destra dalla sinistra e anche i vari servizi del territorio.

**Corrado:** sono felice di questa attività perché abbiamo imparato ad usare il navigatore sul nostro cellulare.

**Eleonora:** mi è piaciuto raggiungere la biblioteca seguendo il navigatore, ho imparato una cosa nuova!

**Anna:** la cosa che più mi è piaciuta è stata creare la piantina di Fagnano Olona, disegnando le strade e mettendo le foto dei negozi.

**Lorenza:** questo laboratorio è stato utile perché abbiamo imparato ad utilizzare meglio il denaro, grazie alle varie uscite sul territorio.



**Roberto:** è stato soddisfacente vedere che la piantina del paese prendeva forma: ogni settimana aggiungevamo le foto nei nuovi negozi che trovavamo.

**Riccardo:** mi è piaciuto fare i giochi al computer, utili per imparare le varie direzioni e le indicazioni stradali.



Marco  
Andrea  
Corrado  
Eleonora  
Anna  
Lorenza  
Roberto  
Riccardo

CSE Fagnano Olona

Via Roma, 35 | 22070 Guanzate

T. 377 1629485

cse.fagnano@granello-coop.it

# PAROLE E PENSIERI: un racconto dell'esperienza lavorativa al ristorante In-perfezione

E così, anche per i ragazzi del CSE Fuoco, è iniziata l'esperienza di servizio al ristorante In-Perfezione. Dopo un primo periodo di formazione in aula e dopo una prima parte di formazione sul campo a ristorante chiuso, un gruppo di ragazzi, a febbraio 2024, ha iniziato a svolgere il servizio ai tavoli durante l'orario di apertura, occupandosi anche della sistemazione, in affianca-

mento a coloro che già svolgono il ruolo di camerieri da tempo. Con Valeria, durante una delle attività del nostro centro, abbiamo quindi deciso di intervistare i ragazzi in questione. Lasciamo a loro la parola per conoscere meglio il loro ruolo all'interno del ristorante, capire quali sono i compiti da loro svolti e scoprire le impressioni dopo questo primo periodo di lavoro.

**Omar:** "L'esperienza lavorativa al ristorante In-Perfezione sta andando molto bene. Al ristorante devo riempire le formaggie, i cestini del pane e accompagnare le persone al tavolo corretto; mi piace molto fare il cameriere e mi sto trovando bene in questo ruolo, e anche con i miei colleghi. La difficoltà maggiore è quella di ricordare il numero del tavolo che devo servire e quindi portare i piatti ai clienti giusti; nonostante questa difficoltà è il compito che preferisco svolgere, è bello parlare con i clienti."

**Valentina:** "L'esperienza lavorativa al ristorante sta andando molto bene, mi piace molto e mi sento utile per gli altri, anche se devo ancora imparare e migliorare alcuni aspetti. Faccio ancora un po' fatica a portare i piatti nel modo corretto, ma piano piano va sempre meglio."





**Cristian:** "Mi trovo molto bene al ristorante In-Perfezione, mi piace quello che faccio e quello che sto imparando di nuovo; non sto incontrando grandi difficoltà, perché mi piace mettermi in gioco e migliorare sempre di più. I compiti che preferisco maggiormente sono quelli che riguardano il contatto con i clienti, ossia servirli, ma anche apparecchiare e sparecchiare i tavoli quando necessario."

**Andrea:** "Al ristorante ho il compito di servire le persone ai tavoli che mi vengono affidati dalla caposala. Mi sto trovando molto bene e sto imparando tante cose; mi piace portare i piatti ai clienti e relazionarmi con loro. All'inizio avevo qualche difficoltà: non ricordavo i nomi dei piatti scelti e il numero del tavolo da servire. È bello fare il cameriere e avere il contatto con i clienti"

Per Valeria è stato molto utile e bello poter intervistare alcuni compagni

rispetto all'esperienza lavorativa al Ristorante In-perfezione e per ognuno di loro è stato utile poter parlare di questo nuovo progetto, confrontandosi con gli altri colleghi e scoprendo, quindi, quali sono i compiti che piacciono maggiormente e quali sono le fatiche più grandi, sulle quali migliorare e lavorare ancora un po'.

E allora non vi resta che andare al ristorante, provare i nostri buonissimi piatti, serviti dai nostri fantastici camerieri.

*Valeria e i ragazzi intervistati*



**CSE Fuoco**

Via Galileo Galilei, 7 | 21047 Saronno

T. 342 1864102

cse.fuoco@granello-coop.it

# LA CELIACHIA

Negli ultimi decenni un problema che sta diventando sempre più importante è l'intolleranza al glutine che in caso di allergia viene nominata **celiachia**.

L'argomento ci interessa in quanto alcuni nostri compagni sono allergici al glutine.

Riportiamo la storia di uno di loro che ha accettato di raccontarci come si vive con questo problema:

"Ho scoperto la mia allergia perché stavo male e mi sentivo debole quando mangiavo pane e pasta. Ero costretto a correre continuamente in bagno e anche la sola farina mi faceva tossire. A me piaceva tanto il tiramisù quando ho dovuto smettere di mangiarlo mi è mancato tanto.

Mamma e papà mi hanno fatto fare gli esami e una volta ottenuti i risultati hanno cominciato a comprarmi i prodotti senza glutine: ho potuto ricominciare a mangiare la pasta e i dolci e la pizza oltre al cono gelato.

Oggi è più facile perché so cosa mangiare e cosa evitare e ci sono delle applicazioni sul cellulare che mi dicono quale ristorante scegliere e quali cibi evitare."

### *Cosa è la celiachia?*

La celiachia è una malattia in cui l'organismo non riesce a ingerire il glutine senza stare male; le reazioni non sono molto belle e passano dai disturbi intestinali fino alla morte.

I sintomi della celiachia sono l'arresto della crescita, l'ipotiroidismo, l'alopecia, il diabete e i tumori tra gli altri.



Per scoprire questa malattia si possono fare degli esami specifici del sangue.

Questa difficoltà del nostro compagno la abbiamo sentita molto da vicino, infatti a volte abbiamo usato la farina senza glutine nel nostro *laboratorio di cucina* per preparare pizza e focaccia. Noi ci siamo sentiti a nostro agio perché sapevamo che il nostro compagno per questa volta poteva assaggiare i nostri piatti. Anche noi abbiamo provato la pizza e la focaccia preparati con la farina senza glutine e ci siamo accorti che aveva un sapore diverso, ma comunque buono.

### **Strategie**

Un primo comportamento da tenere quando ci accorgiamo di stare male

dopo aver mangiato pane, pasta o pizza è chiedere aiuto al dottore, che può prescrivere gli esami del sangue specifici. Mentre si aspettano i risultati, è importante sospendere l'uso di tutti i prodotti che contengono il glutine.



La celiachia è una malattia importante, se non tenuta nella giusta considerazione può anche portare alla morte.

App per celiaci gratis:

- **GlutiFree** (Android/iOS/iPadOS)
- **Gluto** (Android/iOS/iPadOS)
- **Edo** (Android/iOS/iPadOS)

Nel caso fossimo allergici, bisognerà seguire le indicazioni e, per aiutarci, possiamo scaricare i programmi che ci indicano i luoghi dove andare a mangiare e i prodotti da evitare.

Alcuni esempi di simboli che ci indicano cibi adatti ai celiaci:



Il Granello fornisce un servizio puntuale e competente nel mondo della stampa offset e della digital print.

### Centro stampa

Via C. Battisti 1511 | 21040 Cislago  
T. 02/96382587  
direzionestampa@granello-coop.it

[www.granello-coop.com](http://www.granello-coop.com)



- **Creatività, design del packaging, grafica**
- **Stampa offset e stampa digitale**

#### PRODOTTI STAMPATI

- Biglietti da visita
- Volantini
- Pieghevoli
- Depliant
- Cataloghi
- Riviste
- Carta intestata
- Buste
- Block notes
- Cartelline
- Etichette adesive
- Personalizzazioni
- Manifesti
- Poster
- Striscioni
- Adesivi e vetrofanie
- Materiali rigidi (forex-dibond)

- **Servizi on demand**
  - Assemblaggio
  - Spedizioni

### CSE Green Smile

Via Patrioti, 115 | 22070 Guanzate  
T. 377 169509  
[cse.guanzate@granello-coop.it](mailto:cse.guanzate@granello-coop.it)



**il Granello**  
DON LUIGI MONZA | COOPERATIVA SOCIALE

**FOOD&MUSIC**

FESTIVAL

SAB **13**  
LUGLIO  
alle ore  
**19.00**

**IN** Chalet  
**per**  
**fezi**  
**one**

Parco degli Aironi  
Via Inglesina, 51  
Gerenzano

Prenotazioni:  
[a.landolfi@granello-coop.it](mailto:a.landolfi@granello-coop.it)

**Festeggia l'estate CON NOI!**

Cena su prenotazione presso la nostra  
tensostruttura con musica dal vivo



ore **21.30**

Spettacolo  
musicale con  
la cover band  
Underhouse



[www.granello-coop.com](http://www.granello-coop.com)

## GRUPPO RACCONTO

*"...i ragazzi escono dal carcere scortati da un agente carcerario facendo il percorso inverso, tra corridoi, finestre sprangate e porte in acciaio che si aprono e si chiudono immediatamente dopo il loro passaggio."  
(Fagnano Crime)*

Maggio 2024, finalmente abbiamo finito il nostro secondo racconto e lo abbiamo mandato in

stampa per uso interno allo SFA.

Il nostro racconto appena ultimato si intitola "FA-

GNANO CRIME" ed è il sequel di un nostro altro precedente racconto intitolato "AVIS PARK".

*Perché un racconto?*

**Samuele:** l'idea è nata durante la nostra attività di lettura.

**Ignazio:** ci è sembrato bello raccontare una storia inventata da noi anziché leggere e commentare solo le storie di altri autori.

**Davide:** volevamo fare un nostro racconto inventato partendo da fatti comunque di cronaca.

*"I 3 ragazzi si guardano intorno perplessi, spaventati e non vedono nessuno a cui chiedere aiuto:  
- cosa facciamo? - Luke:  
- scappiamo,...o andiamo a vedere cosa è successo!  
- Adrian: -...coraggio, avviciniamoci e vediamo cosa è successo -" (Avis Park)*

*Che tipo di racconti sono?*

**Riccardo:** sono storie ispirate al racconto giallo/poliziesco, perché ci sono omicidi ed episodi di criminalità.



**Davide:** anche avventura e misteri.

**Maurizio:** La trama del giallo stimola a seguire delle tracce e impegna a cercare un filo logico per scoprire la verità.

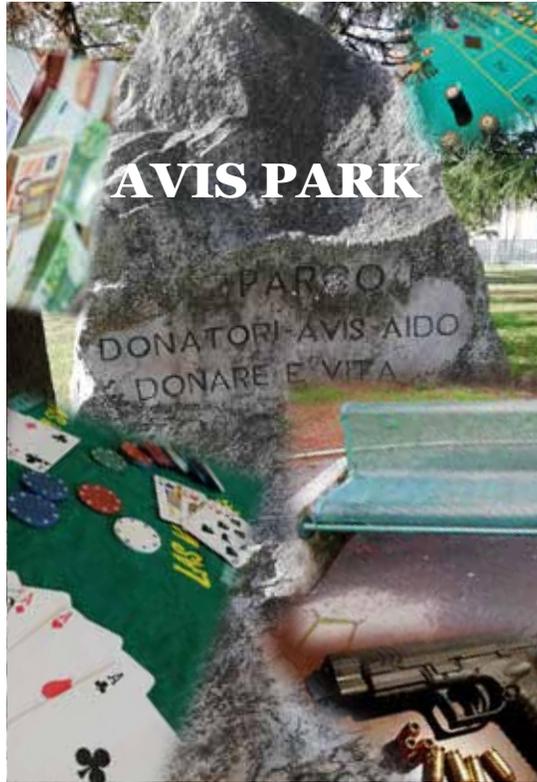
*Di cosa trattano i due racconti?*

In Avis Park il tema è un traffico di droga tra la Valle D'Aosta e Busto Arsizio, e senza raccontare la trama diciamo che il racconto parte dal ritrovamento di due persone trovate ammanettate nel parco di Fagnano Olona.

In Fagnano Crime il tema è la ricerca dell'assassino di una ragazza avvenuto nel cortile del Castello di Fagnano Olona.

*"...oggi pomeriggio vi allenarete al gioco con Cody, poi imparerete a memoria la piantina del Casinò e il percorso per trovare l'armadietto di Sally e in serata partirete per Saint Vincent". (Avis Park)*

**Chi sono i protagonisti?**



I protagonisti sono un gruppo di 4/5 ragazzi che frequentano lo Sfa di Fagnano Olona, i nomi sono inventati e le loro caratteristiche oscillano tra il vero e l'invenzione.

*Quanto tempo avete impiegato per scrivere i racconti?*

L'attività si svolge una volta alla settimana durante la mattina, la media è stata di circa 7/8 mesi per racconto, conside-

rando la visita sui luoghi, la ricerca e documentazione di alcuni fatti e le discussioni interne al gruppo.

*"Dopo una ricerca suddivisa tra i ragazzi emerge quella che potrebbe essere la parola chiave per una password". (Fagnano Crime)*

*Che cosa vi piace di più?*

**Davide:** ci è piaciuto inventare storie, elaborarle e discuterle tutti insieme per arrivare a scoprire la verità.

**Samuele:** lavorare in gruppo, collaborare, inventare ispirandoci a fatti comunque reali.

**Riccardo:** mi piace catturare i colpevoli, inventare tutti insieme delle storie, lavorare come una squadra.

**Ignazio:** è bello lavorare tutti insieme e decidere la strategia da seguire in base agli indizi emersi durante il racconto.

**SFA Fagnano Olona**

Via Roma, 35 | 21054 Fagnano Olona

T. 349 3364291

sfa.fagnano@granello-coop.it

# IO VIVO SANO!

In questo articolo vorremmo trattare di un argomento che ha catturato la nostra attenzione: **l'alimentazione**. Abbiamo imparato che il cibo che ingeriamo è composto dai carboidrati che danno energia, proteine con funzione rigeneratrice e grassi che sono una fonte energetica di riserva. Mentre sali minerali e vitamine hanno una funzione regolativa.

I pasti giornalieri che dovremmo rispettare sono cinque: colazione, spun-

Lo spuntino e la merenda devono essere ridotti e leggeri. Il pranzo è quello più importante della giornata poiché ci fornisce l'energia per poter continuare le nostre attività. La cena è al secondo posto a livello energetico, dobbiamo ingerire meno kilocalorie rispetto al pranzo perché poi si va a letto e rischiamo di non digerire.

Esiste la piramide alimentare che ci indica la frequenza e la tipologia dei cibi da assumere.

mate in ogni pasto e la porzione è di circa 200 g di verdura e 150 g di frutta. Esse sono importanti perché oltre all'apporto di vitamine e sali minerali, ci forniscono anche le fibre che aiutano a regolare il funzionamento del nostro intestino e prevenire alcune malattie. Gli alimenti da assumere qualche volta a settimana sono uova, pesce, carne, formaggi e legumi. Mentre raramente vanno assunti snack, burro, patatine fritte, salumi e affettati, anguria e melone. Insomma ciò di cui siamo golosi!

Attraverso le etichette degli alimenti, siamo andati a caccia del sale e dello zucchero nascosti nei cibi. Abbiamo scoperto che il sale è contenuto sia negli alimenti salati che dolci, in egual misura, mentre lo zucchero lo troviamo in alcuni alimenti salati e ovviamente in tutti quelli dolci. Sono zuccheri anche tutte quelle parole che terminano in -osio e -tolo: saccarosio, fruttosio, mannitolo e sorbitolo.



tino, pranzo, merenda e cena. La prima non va mai saltata perché dà l'energia al nostro corpo per far ripartire l'organismo dopo il riposo notturno.

Per esempio dovremmo consumare tutti i giorni frutta e verdura, cereali, noci e semi, latte e yogurt. Nello specifico la frutta e la verdura vanno consu-



Sapete che l'alimentazione è legata al nostro DNA? Ci sono scienze specializzate che studiano questo legame. Da qui si scopre come ognuno di noi reagisce ai cibi, da cui derivano sia azioni benefiche sul nostro organismo che allergie. Alcuni per esempio non reagiscono bene al mais, farina o lattosio.

Il fabbisogno energetico, misurato in kilocalorie, è l'equilibrio tra ciò che mangiamo e ciò che consumiamo. Se mangiamo

poco e consumiamo tanto, il nostro corpo è denutrito e si verifica una situazione di sottopeso. Se mangiamo tanto e consumiamo poco, aumenta il peso, causando obesità. In entrambi i casi si generano malattie. Il fabbisogno energetico varia a seconda dell'età, del genere e dell'attività fisica. Per attività fisica non si intende per forza quella sportiva, ma anche camminare, portare a spasso il cane e fare le scale anziché prendere l'ascensore.

**CONSIGLI:** a chi non piace la verdura può metterla nelle pietanze come le torte salate o sughì, prediligere l'olio EVO, lo yogurt deve essere magro, bianco e se non ci piace possiamo aggiungerci la frutta, i cereali o il cioccolato fondente. Per la frutta che non ci piace, possiamo provare a frullarla. Sostituire il sale con erbe aromatiche o spezie. Bere 2 litri d'acqua al giorno ed evitare le bevande zuccherate o succhi di frutta.

**Ora tocca a voi!** Provate a risolvere questi indovinelli abbinandoli alle parole sottostanti.

1. Ricco di calcio, ma non del campionato, il minerale protegge l'apparato che a masticare il cibo è deputato scopri il prodotto che ne è più dotato.
2. Del corpo è motore e propulsore, batte dalla nascita alla morte; gli omega-3 lo rendono più forte, quale alimento ne è contenitore?
3. È la molecola del buon umore, se la mangi vedi il mondo con candore. Ai tuoi neuroni molto bene farà, è il triptofano, ma dove sarà?
4. Colorano di rosso e viola i frutti. Del nostro sangue migliorano i flutti. Antocianine sono chiamate, devi trovar dove sono accumulate.

Opzioni: pesce, frutti di bosco, cervello, yogurt, cioccolato, cuore, circolazione, bocca.

**SFA Saronno**

Vicolo S. Marta, 9 | 21047 Saronno

T. 349 3101817

sfa.saronno@granello-coop.it

# LAVORIAMO PER IL NOSTRO DOMANI

Al Granello di Cislago ci si avvia al mondo del lavoro!

Infatti, proprio in questi giorni, 9 ragazzi frequentanti lo SFAL, hanno terminato un corso di formazione di Cameriere di sala.

ne, Luigi Broglia e Pietro Verga, hanno preso parte ad un'esperienza unica grazie al programma GOL (Garanzia di Occupabilità Lavorativa) prevista dal PNRR per riqualificare i servizi di politica attiva del lavoro. Grazie all'Ente Formatore Formawork ed

che è iniziata ai primi di marzo ed è terminata a fine maggio. Il corso si è svolto, oltre che in aula, anche tra i tavoli di un ristorante creato ad hoc dove, grazie al loro docente, Carlo Botarelli, hanno avuto modo di apprendere la professione



Mascia Paiusco, Davide Zappa, Samuele Fanari, Emanuele Andreotti, Eleonora Tosto, Martina Ceriani, Alessandro Rabbio-

alla Ro&Ro Promotion di Turate, che ha materialmente organizzato il corso, hanno avuto modo di vivere questa esperienza

di operatore di sala sperimentandosi nella mise en place, nel servizio ai tavoli sino al relazionarsi con la potenziale clien-



tela. Sono state 150 ore di formazione intensa e quotidiana durante la quale hanno imparato un mestiere chi da zero, chi avendo come base l'esperienza al nostro ristorante In-perfezione.

L'esame finale, oltre ad una parte teorica, si è poi concretizzato in una giornata di servizio tra i tavoli dove hanno servito una commissione di esame che ha giudicato il loro operato.



**Samuele:** Le difficoltà iniziali ci sono certamente state: facevo fatica a ricordarmi le varie mise en place, facevo a stappare le bottiglie di vino o a prendere le comande; però alla fine ho affrontato l'esame con coraggio e convinto di me stesso, sicuro di quello che sapevo fare.

**Emanuele:** Grazie a Carlo, il docente, ho superato alcune rigidità: con tanta pratica e tanti tentativi ho memorizzato tutto.

**Pietro:** Portare piatti e bicchieri, ora, è un gioco da ragazzi. Non vedo l'ora di sperimentarmi sul campo.

**Alessandro:** ho affrontato l'esame finale con serietà e tranquillità.

**Martina:** Ho capito che impegnandomi, ce la posso fare. Ho fatto fatica a frequentare tutti i giorni, ma non ho fatto assenze e questo mi rende orgogliosa di me stessa.

**Eleonora:** Non ho avuto particolari difficoltà, rifarei questo corso anche subito. Grazie a chi l'ha organizzato e sostenuto.

**SFAL Cislago**

Via E. Mattei, 141 | 21040 Cislago

T. 349 7423457

[sfal@granello-coop.it](mailto:sfal@granello-coop.it)

# MANUTENZIONE PARCHI



In questi due anni abbiamo fatto un percorso relativo alla manutenzione dei parchi pubblici e il comune di Guanzate ci ha affidato alcuni di quelli locali.

Esperienza fatta con entusiasmo che neppure il tanto caldo della stagione estiva e il tanto freddo dell'inverno sono riusciti a fermarci; è stato bello vedere come le persone del paese abbiano apprezzato il nostro lavoro e il nostro impegno, alcune volte passando a salutarci e portandoci dei dolci. Ci ha fatto anche piacere che potessero conoscerci e conoscere la nostra realtà. I nostri compiti erano tagliare l'erba, la pulizia delle aree verdi,

raccolta delle foglie in autunno. Gli attrezzi che abbiamo imparato ad utilizzare sono: le pinze per raccogliere i rifiuti, il soffiatore per soffiare e tenere pulito lo spazio, il tagliaerba elettrico, a benzina e manuale per sfalciare



l'erba, il decespugliatore per rifinire i bordi, la tagliaerba e il trattorino tagliaerba.

**Alessandro:** Il risultato finale ricompensa le fatiche.

**Jenny:** Mi è piaciuta moltissimo questa esperienza e mi dispiace che sia finita così presto.

**Vladimir:** Mi è piaciuto molto pulire i parchi e fare manutenzione per fare in modo che i bambini e le famiglie possano usarli.

**Sharon:** Mi è piaciuto pulire i parchi con i miei compagni. Credo sia utile per noi e per tutti.

**Irene:** il lavoro di pulizia è stato impegnativo ma sono contenta del risultato.

**Federico:** mi piace fare pulizia dalle foglie nel periodo autunnale per fare in modo che i parchi siano sempre puliti per tutti.



SFARM Guanzate

Via Patrioti, 115 | 22070 Guanzate

T. 344 0177219

sfarm@granello-coop.it



**Volete  
SPERIMENTARE  
una mattinata in  
COMPAGNIA di  
PERSONE con le quali  
SCOPRIRE una  
NUOVA REALTÀ?**

SIAMO LA COOPERATIVA SOCIALE  
• **IL GRANELLO DON LUIGI MONZA**  
E OFFRIAMO SERVIZI DEDICATI ALLE PERSONE  
CON DIVERSE TIPOLOGIE DI DISABILITÀ

Proponiamo testimonianze e attività strutturate, nella nostra o nella vostra sede, con laboratori creativi di socializzazione e di inclusione attraverso:

L'ARTE  
LA CUCINA  
IL TEATRO  
LA FORMAZIONE  
E MOLTO ALTRO...

Inoltre proponiamo anche incontri per approfondire la tematica "disabilità" collaborando con:

SCUOLE  
DELL'INFANZIA  
SCUOLE PRIMARIE  
SCUOLE SECONDARIE  
SCUOLE SUPERIORI  
UNIVERSITÀ  
ASSOCIAZIONI O ENTI

Per le collaborazioni è possibile fare una donazione libera alla Cooperativa



IBAN

IT22G0306909606100000060711  
INTESA SANPAULO S.P.A.

IBAN

IT16V0538750160000042404130  
BPER BANCA

[www.granello-coop.com](http://www.granello-coop.com)



[eventi@granello-coop.it](mailto:eventi@granello-coop.it)



349 8841039



Ci aiutano e sostengono nella realizzazione del nostro giornalino



**VANZULLI**



Vendita auto nuove - Usate - KM0 - Autonoleggio  
Noleggio a lungo termine - Officina meccanica

Scopri le nostre offerte sul sito  
**www.vanzulli.it**



Tel. 029622092 333 9278567

21047 SARONNO (VA) - VIA P. L. MONTI, 15  
e-mail: sassi.hifi@gmail.com



C.so Italia, 135 - 21047 Saronno (Va) - Tel. 02.9603200  
Via P.L. Monti, 15/A - 21047 Saronno (Va) - Tel.02.96701919  
corsoitalia@otticabergamini.it - www.otticabergamini.it



*...passione  
per l'impresa!*

Assistenza  
amministrativa  
contabile - fiscale  
gestionale  
alle aziende

**Quality Consulting Srl**

Saronno  
Via Varese 25/D  
Tel. 02 96 21 614  
info@qualityserv.it



di Luccarelli Antonio

**SERRAMENTI IN ALLUMINIO A GIUNTO APERTO E TAGLIO  
TERMICO - GELOSIE - VERANDE - PARETI MOBILI  
BOX DOCCE - PORTE BLINDATE - CANCELLI DI SICUREZZA**

20030 SENAGO (MI) - Via dell'Artigianato, 5 - Tel. 02.998.86.67 - Cell. 337.333812  
E-mail: ap.al.luccarelli@gmail.com - www.serramentiapal.it