

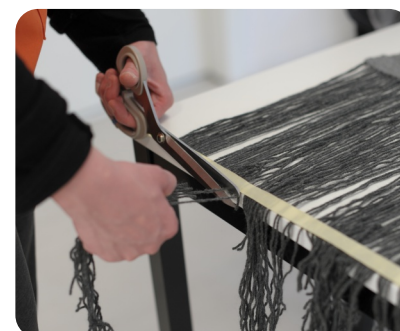
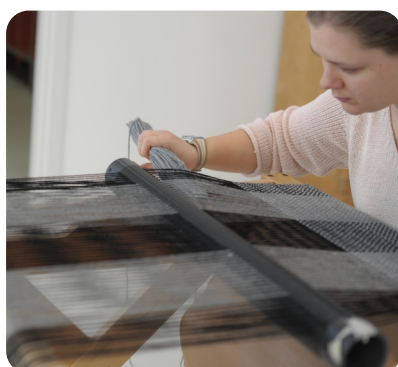
## Alla scoperta di una lavorazione: il telaio Laboratorio delle Albere

La lavorazione a telaio non è semplice, richiede molta pazienza, concentrazione e precisione.

Per prima cosa si prepara l'ordito: vengono posizionate due sedie distanti tra loro circa tre metri, attorno alle quali viene avvolto il fuso di filo di lana. Successivamente viene tagliato il filo in maniera da creare una serie di fili della stessa lunghezza che poi vengono inseriti nel pettine del telaio. Dopo aver controllato che tutti i fili siano tesi, l'educatore controlla che siano tutti anche della stessa lunghezza, che deve essere uniforme e ne annoda i capi su una barra orizzontale. Con l'aiuto di alcuni supporti in legno, si comincia la tessitura che consiste nell'infilare la spola nell'apertura del pettine dell'ordito.

Una volta terminata la stola, alla lunghezza desiderata si lascia un determinato spazio per creare delle frange più o meno lunghe e si taglia l'eccesso. Inoltre, sulla cimosa (così è chiamato il bordo della stola) si annodano i fili a coppie per fissare la tessitura. Si può incorrere in alcune difficoltà: ad esempio è facile che si creino dei nodi difficili da disfare e soprattutto nel caso della lana mohair che è particolarmente "pelosa". Può anche capitare che alcuni fili si spezzino. Nonostante sia una lavorazione impegnativa e che richiede molto tempo, è apprezzata dai clienti e ci rende orgogliosi del lavoro svolto.

Laboratorio Albere  
- Olga, Marilena -



## Conoscere il proprio corpo: progetto "Il tempo della menopausa"

Con un gruppo di ragazze dai vari laboratori di Trento e dintorni, abbiamo partecipato al progetto "Il tempo della menopausa", organizzato con la collaborazione di due ostetriche del consultorio di Trento.

Alessandra e Mina ci hanno accolto facendoci fare un gioco per imparare i nomi di tutti i presenti. Dopo questa prima fase ci hanno proposto delle attività per spiegarci com'è una corretta alimentazione e il giusto funzionamento del cuore nel delicato periodo della menopausa.

Ognuno di noi aveva dei foglietti con scritte delle frasi da appendere su una lavagna sulla quale erano disegnati tre semafori: uno rosso uno giallo ed uno verde: le frasi corrette venivano messe nel semaforo verde, quelle sbagliate nel semaforo rosso e quelle né giuste né sbagliate nel semaforo giallo. Questo gioco ci ha permesso di imparare tanto su questi argomenti.

Al termine di queste attività finalmente c'era la ginnastica. Ci hanno insegnato una serie di esercizi chiamati "Esercizi di Kegel", importanti per prevenire e



alleviare i sintomi della menopausa. Quello che ci è piaciuto più di tutti è la posizione del gatto che si stira.

In conclusione Mina e Alessandra ci facevano fare il "rilassamento": sdraiate a pancia in su con gli occhi chiusi ascoltavamo la musica e le parole di Alessandra che ci guidavano nel rilassamento. All'ultimo incontro abbiamo regalato alle persone che ci hanno seguito una penna ed una agendina fatte da noi. È stata un'esperienza stupenda e speriamo di poter continuare il prossimo anno!



Laboratorio di via Schmid  
Benedetta, Donatella, Amanda

## Conosciamo un volontario: Luciano e la sua passione per l'arte

Ci prepariamo ad intervistare il nostro nuovo volontario Luciano, che nell'ultimo anno ci sta dedicando il suo tempo, insegnandoci l'arte del disegno e arricchendo i nostri gioielli con bellissimi ciondoli in pietra saponaria.

Fabiano, Emilia, Denies:

**Buongiorno Luciano, come stai?**  
Luciano: io sto bene, soprattutto con voi!

F. E. D.: **Ci racconti un po' la tua vita?**

L.: Sono nato il 16 giugno del 1954 a Bolzano, ma con i miei genitori siamo emigrati in Svizzera per i primi anni della mia vita, in un paesino su un altipiano vicino ad un

lago, dove mio padre lavorava come contadino. Siamo stati lì per tre anni, dopo di che siamo tornati in Trentino, a Salorno (mia madre era di Faedo e mio padre dei Pochi). Abitando in Svizzera nel canton francese, la mia prima lingua è stata proprio il francese, che però, con dispiacere ho perso facendo le scuole italiane. A scuola facevo un po' di fatica, quindi dalla seconda elementare mi hanno mandato in collegio, un'altra esperienza molto importante per la mia vita, ho sofferto molto la nostalgia.

Dal sessantasei, ho abitato a Zambana, perché mio zio aveva

comprato una grande casa con la campagna appena fuori dal paese, dove mio padre lavorava. All'età di undici anni, un altro fatto mi ha segnato profondamente: ho avuto un grave incidente, un camion mi ha investito e per 15 giorni sono stato tra la vita e la morte. Riprendermi da ciò è stato un po' come nascere una seconda volta, e il disegno e l'arte mi hanno aiutato molto a superare questa fase delicata della mia vita.

Dopo aver provato vari mestieri, ho cominciato a lavorare con mio padre in un mobilificio ed è stato lì che è scattata davvero la passione per l'arte. L'intaglio, la

decorazione, la lavorazione del legno mi hanno coinvolto enormemente. Soprattutto la decorazione ed infatti ho "rubato" il mestiere, imparando le tecniche per dipingere i mobili con fiori.

F.E.D.: **Hai sempre abitato a Lavis?**

L.: Ho girato varie parti della zona, come vi dicevo, nella mia infanzia mi sono spostato varie volte, e per molti anni sono rimasto a Zambana. A Lavis abito dal 1987, anno in cui mi sono sposato!

F.E.D.: **Che lavori hai fatto nella vita?**

L.: A trent'anni mi sono sposato ed è nato mio figlio. Dopo un lungo periodo nel settore del legno, tra mobilifici e segherie, gli ultimi 18 anni li ho passati lavorando in una impresa di pulizie che opera in Piana Rotaliana, alla fine dei quali sono andato in pensione. Ed ora ho il tempo di venire a trovare voi!

F.E.D.: **Come hai deciso di diventare volontario?**

L.: è una cosa che è venuta spontanea frequentandovi giorno dopo giorno, insegnandovi il disegno e pian piano imparando i lavori che fate voi e facendoli assieme a voi. Più che una decisione, il mio era un destino.

F.E.D.: **Come hai scelto di venire proprio al Laboratorio Sociale?**

L.: Tramite Maurizio, che mi ha chiesto se potevo venire a spiegarvi alcune cose di disegno. Ho accettato molto volentieri, perché sentivo che spiegarlo a voi sarebbe stata la cosa giusta, ed avevo voglia di mettermi in gioco.

Ho sempre avuto l'idea e la voglia di insegnare a qualcuno, trasmettergli le mie conoscenze, quindi ho accettato con molto piacere!

F.E.D.: **Che attività hai portato al laboratorio?**

L.: Il disegno. All'inizio, trovando delle tecniche per aiutarvi a migliorare nelle vostre capacità. Successivamente ho portato anche la caccia fotografica, spiegandovi di cosa si tratta mostrandovi vari dvd. Ultimamente poi ho cominciato a fare dei

ciondoli di pietra saponaria, creando degli elementi da aggiungere alle bellissime collane che create ogni giorno.

F.E.D.: **Come ti è venuta l'idea dei ciondoli in pietra saponaria?**

L.: Vedendo voi fare le collane, ho pensato che si poteva fare qualcosa di particolare per rendere le vostre opere uniche, con queste bellissime pietre! Ho iniziato a lavorarle e le forme sono uscite da sole.

F.E.D.: **Ci parli invece dell'attività di disegno?**

L.: All'inizio ero un po' a disagio perché era la prima volta che insegnavo a qualcuno e non è

anche le delusioni, perché l'arte del figurativo non è più apprezzata come una volta, viene vista come una cosa del passato, ma il passato è la base di ciò che siamo. Io stesso ho fatto un percorso dal figurativo all'astratto, ma io mi sento più sul figurativo. Successivamente ho cominciato a fare caccia fotografica e sono entrato a contatto con gli animali, dipingendoli. Il contatto tra te stesso e l'animale è la cosa più importante ed emozionante.

F.E.D.: **Grazie Luciano, per il tuo tempo, oggi e quello che ci dedichi ogni giorno, per noi è una**



semplice. Man mano che andavo avanti ho avuto l'idea di tracciare dei punti di riferimento, attraverso i quali voi avreste avuto una guida per trovare le linee base e per poi creare il disegno e aumentare la manualità.

F.E.D.: **Ti sta piacendo questa esperienza? Perché?**

L.: E' meravigliosa, perché siete tutti amici e anche io adesso vi ritengo come tali.

F.E.D.: **Ci parli della tua vita da artista?**

L.: La vita dell'artista è come un'avventura, perché quando dipingi entri nel quadro, nel paesaggio che fai, la mente è lì e vai per istinto. E' così il percorso dell'artista. Alle volte ci sono

**grande ricchezza la tua presenza!**

L.: Grazie a voi, sono qui con il cuore e con vocazione. Ho passato momenti di grande difficoltà nella vita, ed ora ho voglia di condividere cose belle!

## Prendersi cura di se Collaborazione con le scuole parrucchiere

È ormai da un anno che collaboriamo con le scuole parrucchiere su un progetto: cura di se, che ci permette di prenderci cura della nostra immagine imparando i trucchi per valorizzare noi stessi. La nostra presenza dà loro l'occasione di imparare il mestiere del parrucchiere. Ogni due mesi abbiamo appuntamento presso l'istituto Pertini dove ci accolgono gli studenti e il professor Giorgio Pedri. Dopo i saluti veniamo chiamati a turno per il lavaggio dei capelli, poi ognuno di noi viene assegnato ad uno

studente con il quale decidiamo che tipo di intervento è utile per i nostri capelli.

Prima di iniziare a lavorare gli studenti, esaminano il cuoio capelluto e la struttura del capello e riportano i dati su una scheda apposita. Questa analisi ci permette di conoscerci meglio e di apprendere le giuste modalità di prenderci cura dei nostri capelli. Dopo il lavaggio si procede con il taglio, eventualmente la tinta e la piega precedentemente scelta. Questa esperienza è stata molto positiva, ci ha arricchito e rilas-

sato.

Partendo da questi incontri abbiamo avuto l'opportunità di fissare degli appuntamenti con la classe delle estetiste. Con loro abbiamo sperimentato la cura del corpo oltre che dei capelli attraverso: massaggi, manicure, pedicure, depilazione, pulizia e massaggio del viso.

Ci siamo trovati molto bene e speriamo di tornare molto presto.

Paula, Stefania, Cinzia  
Laboratorio delle Albere



## Rubrica di Poesia Gli Haiku

### ARIA DI CAMBIAMENTO

Le foglie cambiano il loro vestito  
Ornate di caldi colori  
Un soffice tappeto, i fiori rinascono.  
(Karin, Denies, Marco Faccenda)

### RICORDO DI NOVEMBRE

A novembre il vento sibila  
Accompagnando la neve  
A dipingere silenziosa le campagne.  
(Denies, Alberto, Gino)



Cooperativa Laboratorio Sociale

via Unterveger, 6 - 38121 Trento - tel. 0461421298 - e mail: home@laboratoriosociale.it