

2018 07/08/09

# IL GERLIO



Periodico degli Ospiti della Casa di Riposo  
"Ambrosetti - Paravicini" di Morbegno

# INDICE



EDITORIALE .....	PAG. 3
DALLA DIREZIONE .....	PAG. 4
SALUTI DA DON RICCARDO .....	PAG. 6
LA RUBRICA DI LUCIANO .....	PAG. 8
RICORDO DI SUOR ALMA .....	PAG. 11
LE NOSTRE ATTIVITA' .....	PAG. 12
I NOSTRI MOMENTI ESTIVI .....	PAG. 14
L'ANGOLO DEI VOLONTARI .....	PAG. 18
RACCONTI DAL CENTRO DIURNO .....	PAG. 21
ENIGMISTICA .....	PAG. 24

# editoriale

Carissimi ospiti,  
è giunto il tempo di salutare l'estate che, con le sue belle e calde giornate, ha contribuito a lasciarci anche quest'anno tanti bei ricordi! Ricordi di pomeriggi passati a cantare insieme e a giocare a tombola in compagnia dei nostri amici volontari e di quelle persone che inaspettatamente hanno voluto conoscere ed entrare nel vivo della nostra realtà. Anche l'autunno che si accinge ad arrivare sarà ricco di eventi e iniziative da noi promosse per rendere le vostre giornate piacevoli e felici.



***Siamo cercatori d'oro:*** occorre saper trovare in ogni persona le risorse, anche le più nascoste, e da quel tesoro immaginare un cammino, un percorso per ridurre le difficoltà e aumentare le possibilità.



*Le Educatrici  
Alessandra, Anna, Barbara,  
Claudia, Deborah, Venusia.*

# RSA APERTA CAMBIA VOLTO

## IL NUOVO SERVIZIO DI ASSISTENZA DOMICILIARE RSA APERTA

La Fondazione Ambrosetti Paravicini Onlus è autorizzata ad erogare le prestazioni di RSA APERTA al domicilio.

Hanno diritto alle prestazioni di RSA Aperta le persone anziane:

**con più di 75 anni di età invalidi al 100%**

oppure

**persone senza limiti di età in situazione di demenza certificata.**

Le prestazioni al domicilio sono:

Educatrice per la stimolazione cognitiva;

Fisioterapista per la riabilitazione motoria;

Igiene personale completa;

Assistenza psicologica;

Consulenza infermieristica.

Le prestazioni di RSA APERTA  
sono **COMPLETAMENTE GRATUITE!**



L'Utente di RSA Aperta ha inoltre diritto di accesso nella R.S.A. posti di sollievo temporaneo.

Gli uffici amministrativi sono a disposizione per qualsiasi informazione.

# NUOVO PERCORSO DI CURA per i pazienti cronici

---

La Fondazione Ambrosetti Paravicini Onlus è iscritta nell'elenco degli Enti Gestori della Cronicità.

Se hai ricevuto la lettera da parte dell'A.T.S. della Montagna di Paziente Cronico puoi accedere **GRATUITAMENTE** ai servizi ed ai vantaggi messi a disposizione dall'Ente Gestore.

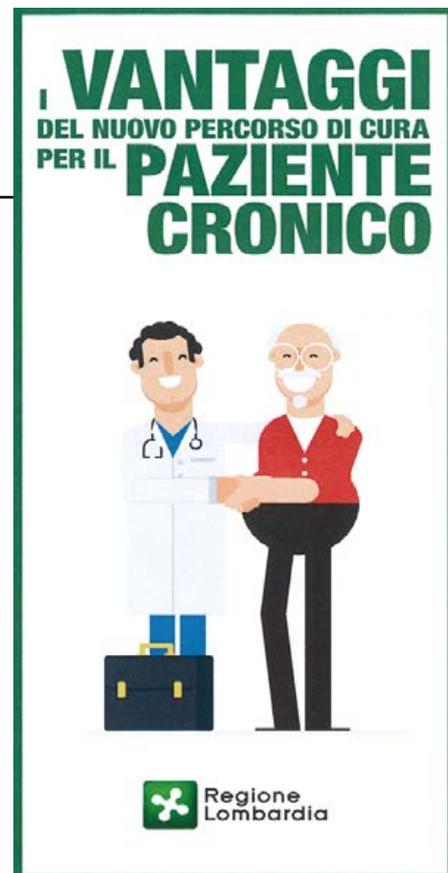
**La Fondazione ente gestore:** predispone, in collaborazione con il Medico di Base, il programma di assistenza (visite mediche, esami, ecc.) necessario per controllare periodicamente il Tuo stato di salute; prenota tutte le visite e gli esami e Ti avvisa quando vanno fatti; provvede direttamente, se necessario, a: riabilitazione presso le Cure Intermedie; inserimento al Centro Diurno Integrato; fornire Assistenza Domiciliare.

È possibile iscriversi all'Ente Gestore Casa di Riposo Ambrosetti Paravicini, semplicemente portando presso i nostri uffici amministrativi la lettera dell'A.T.S. della Montagna.

Se sei Ospite della nostra Casa di Riposo nei posti solventi o di sollievo, oppure frequenti il Centro Diurno, oppure Ti assistiamo a domicilio, il programma di assistenza al Paziente Cronico è un servizio aggiuntivo.

Il servizio di presa in carico del paziente cronico  
è **COMPLETAMENTE GRATUITO!**

Gli uffici amministrativi sono a disposizione per qualsiasi informazione.



# AUTUNNO, stagione degli ultimi frutti

## ...stagione di declino ma anche preludio di vita nuova...

---

*Vendemmia*: uva che diventerà vino, vino che allietta il cuore dell'uomo;

*Castagne*: per la gioia di belle serate e tanti altri frutti ...

*Frutto*: meraviglioso capace di allietare l'animo dell'uomo, l'esplosione di un' infinita varietà di colori poi, le foglie che incominciano a cadere e perdere la loro bellezza a causa dell'umidità del terreno.

*E' il declino*: alberi spogli, foglie che diventano stame, che diventano torba.

Ma le foglie non sono cadute per una fatalità; alla base del loro picciolo una gemma, una vita nuova che, ingrossandosi, ha fatto staccare la foglia. La stessa foglia nel suo morire rende più fertile il terreno. Un ciclo meraviglioso, se visto in tutte le sue dimensioni, un ciclo di sviluppo gioioso e di declino doloroso ma con pienezza di senso.

La natura non se ne rende conto, ma l'uomo che sa guardare, già umanamente, si arricchisce sempre più.

Quello che avviene nella natura, avviene anche nella vita dell'uomo e, la cosiddetta "terza o quarta età" ha delle potenzialità meravigliose. Ma ... la sofferenza, gli acciacchi, le malattie? Anch'esse fanno parte della vita dell'uomo. E l'uomo di fronte a questo mistero ha bisogno di luce, di quella luce che viene dall'alto.

Il dolore fisico facilmente intacca le energie dello spirito, causando scoraggiamento e disillusione.

Per superare questo pessimismo abbiamo bisogno di riscoprire i fondamenti della nostra **fede cristiana** e tendere ad una sempre più intensa comunione col Dio della vita e dell'amore che è Padre e insieme Madre, facendo tesoro

di tutti i mezzi che ci sono offerti per questo.

Anzitutto **la preghiera**, magari usando le espressioni scaturite dal cuore dell'uomo lungo i secoli nelle molteplici situazioni che sono confluite nel testo sacro del libro dei Salmi.

Un esempio, **dal Salmo 6**:

*Pietà di me, Signore, sono sfinito;  
guariscimi, Signore: tremano le mie ossa.*

*Trema tutta l'anima mia.*

*Ma tu, Signore, fino a quando?*

*Ritorna, Signore, libera la mia vita,  
salvami per la tua misericordia.*

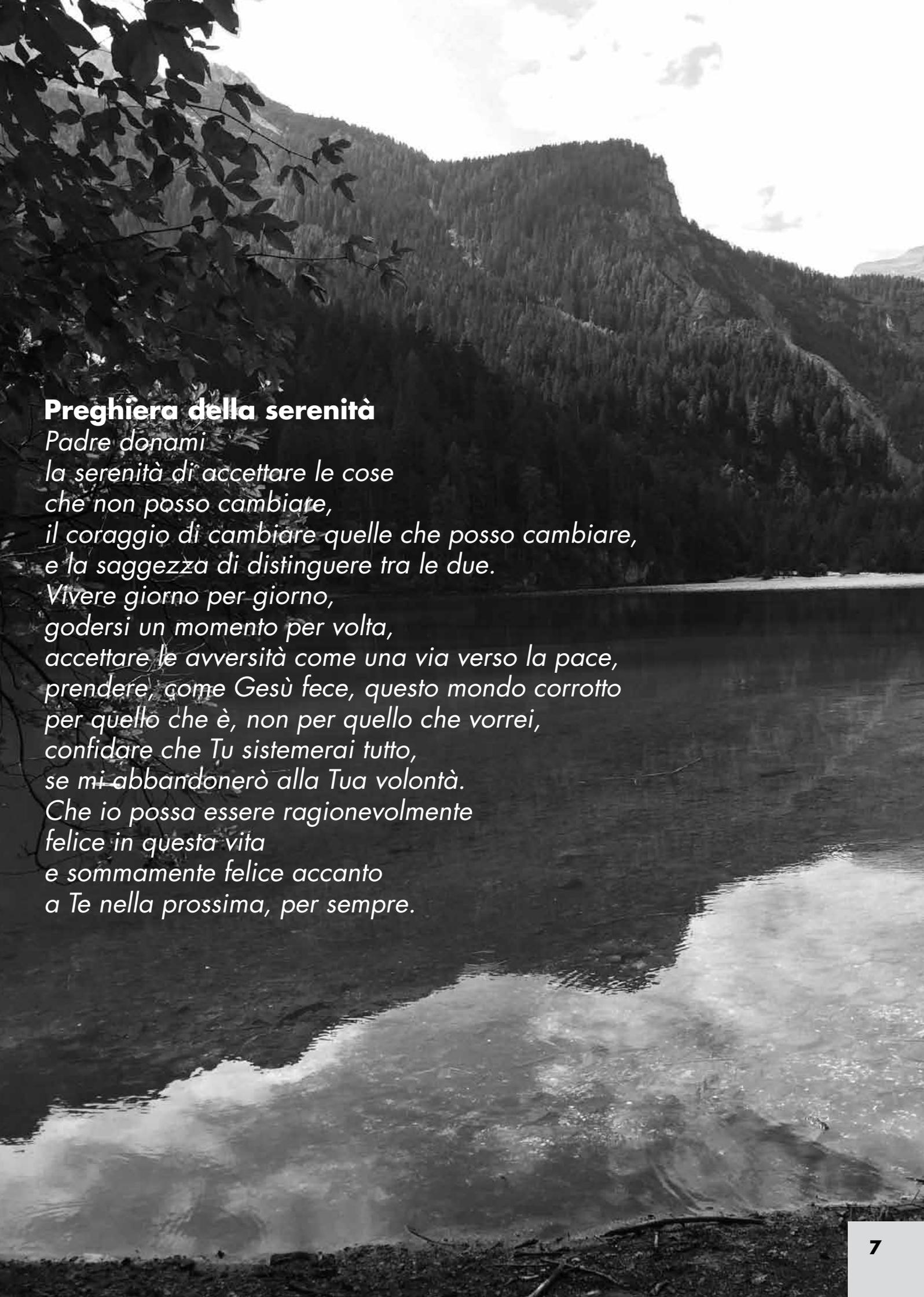
**L'incontro con la persona di Gesù** il Dio-Con-Noi fatto solidale col mondo della sofferenza umana che "passò facendo del bene"; e la sua promessa "ecco io sono con voi tutti i giorni fino alla fine del mondo".

**I sacramenti** nei quali ripete: "venite a me voi tutti che siete stanchi e oppressi, e io vi darò ristoro".

Presenza di Dio accanto alla sofferenza umana è espressa specificamente nel Sacramento degli Infermi di cui abbiamo parlato tante volte, che abbiamo cercato di conoscere insieme specialmente con le celebrazioni comunitarie del sacramento.

Entro la fine di ottobre avremo una di queste celebrazioni dopo una preparazione curata da me personalmente e coi sussidi che aiuteranno nella conoscenza di questo dono di Dio. Intanto per la vostra vita spirituale trascrivo una bella preghiera di Reinhold Niebuhr.

*Don Riccardo*



## **Preghiera della serenità**

*Padre donami*

*la serenità di accettare le cose  
che non posso cambiare,  
il coraggio di cambiare quelle che posso cambiare,  
e la saggezza di distinguere tra le due.*

*Vivere giorno per giorno,  
godersi un momento per volta,  
accettare le avversità come una via verso la pace,  
prendere, come Gesù fece, questo mondo corrotto  
per quello che è, non per quello che vorrei,  
confidare che Tu sistemerai tutto,  
se mi abbandonerò alla Tua volontà.*

*Che io possa essere ragionevolmente  
felice in questa vita  
e sommamente felice accanto  
a Te nella prossima, per sempre.*

# VOCABOLARIO PERSONALE

..... in 17 parole

---

**Aquilone:** ah il mio cuore aquilone, se non ci fossi tu a tenere saldo il filo, legato stretto al tuo polso chissà dove mai sarei volato? In quali nuvole mi sarei disperso, in quale forra sarei precipitato? Adesso devo regolarmi da solo ma il tuo sguardo alla finestra sempre mi segue, il tuo dolce sorriso è la mia sicura ancora di salvezza.

**Ascesi:** quando cammino in montagna sperimento quella che io chiamo la mia ascesi mistica, pensare, faticare, osservare le bellezze che mi stanno intorno, cogliere il fruscio dei ramarri e delle lucertole, ascoltare il cinguettio colloquiale degli uccelli, l'irrompere del sole tra le nuvole, il sussurro del vento, il dolce rumore della pioggia, il richiamo della felicità e dei ricordi, anche quelli dolorosissimi. Quando sono così felice è uno struggimento, a volte piango senza consolazione...per fortuna un belvedere mi chiama per cui estraggo la macchina fotografica e cerco di scattare inseguendo l'emozione dello sguardo.



**Caverna:** i nostri antichi progenitori hanno conteso le caverne agli animali feroci, successivamente con la scoperta del fuoco le hanno rese un po' più accoglienti. La più celebre caverna è quella che Platone narra nel settimo libro de La Repubblica, in cui l'uomo/prigioniero guarda le immagini/ombre proiettate sul fondo e la crede la realtà. Contestualizzata all'oggi la caverna potrebbe essere sostituita dai nuovi media che ci confezionano una realtà manipolata finalizzata dal marketing al consumismo individualistico/massificato volto al massimo profitto di pochi sulla libertà surrogata di molti.

**Clessidra:** il tempo che ridendo fugge, ora avanti ora indietro, lo senti come un fruscio di larici in alta quota che ti chiama e ti sussurra "Ascoltami, sono la tua anima ventosa, seguimi, prendi tempo, chiudi gli occhi..." A volte mi viene da pensare che siamo come granelli prigionieri di una grande clessidra ben diversa da quella piccola e coloratissima che la mia nipotina utilizza, fissata con una piccola ven-

---

tosa, per scandire il tempo quando si lava i denti.

**Gratitudine:** antica virtù oggi un po' in disarmonia; un tempo era molto praticata e si manifestava con semplicità, forse il senso di comunità e di appartenenza rendeva naturale ciò che nella modernità liquida diventa insidioso e ambiguo.

**Frangente:** quando ciò che accade ci sorprende e ci lascia poco tempo per riflettere e mette a dura prova la nostra intelligenza ("ripullula il frangente ancora sulla balza che scende...") Tu non ricordi la casa di questa mia sera. Ed io non so chi va e chi resta" (Eugenio Montale "La casa dei doganieri").

**Lampo:** oggi sembra che tutto accada velocemente, troppo velocemente, come se fossimo schiacciati in un eterno presente e ciò che conti sia l'immediatezza irriflessiva, la rapidità



di replica...probabilmente questo stile nuoce alla profondità, al prendere tempo, solitamente dopo il lampo c'è il tuono la cui distanza (mi insegnava alle medie il Proff. Zuccoli) è misurabile in secondi. Forse qualcuno tende a confondere il lampo con la cerniera che andrebbe applicata a qualche bocca a cui sfugge quello che sta dicendo...più che la sostanza si avverte l'inconsistenza più che il tuono si avvertono incomprensibili lallazioni. Vi ricordate questi versi del premio Nobel "Il lampo che candisce alberi e muro e li sorprende in quella eternità d'istante..." (Eugenio Montale "La Bufera ")

**Leggere:** approdare su altri lidi, sentire altre voci, vivere diverse vite. Misurare con calma il tempo e trovare le parole per conoscersi meglio. Leggere è sempre un incontro, aiuta a leggersi dentro... mi tornano in mente degli slogan significativi: Più libri più liberi, Leggere è come amare: dilata il tempo di vivere, Venere letture tenere. Oggi i concorrenti della lettura sembrano sempre più agguerriti, se in casa la lettura è praticata e i bimbi vengono ancora cullati dalla voce di papà o mamma che leggono per loro la partita è ancora giocabile.

**Kite-surf:** che attrattiva vedere le spericolate



## ► VOCABOLARIO PERSONALE

---

esibizioni degli atleti, partire piano, sfruttare il vento amico e sfrecciare verso Sorico, ritornare verso Colico e, ad un tratto, librarsi con grazia piroettando in alto per ricadere sull'acqua, lasciando estasiati spettatori e fotografi appostati in adrenaliniche visioni. Lo spettacolo è ancora più coinvolgente quando lo si ammira sui laghi in Engadina. Se avete la fortuna di passare da Silvaplana in una giornata ventosa le evoluzioni dei Kite-surfisti vi ipnotizzeranno in uno scenario unico soprattutto se farà da cornice il bianco delle cime già innevate.

**Mediamorfosi:** L'azione combinata tra media vecchi e nuovi con il tempo del loro utilizzo che produce una mediamorfosi in cui la realtà non esiste se non come "creata" dai

media; in questo modo ciò che non rientra nella visione preconfezionata deve piegarsi, uniformarsi, conformarsi diversamente "quella realtà" è condannata all'inesistenza. A chi giova questo ribaltamento di prospettiva e/o di visione? Probabilmente ha a che fare col consumismo e con la tendenza a creare masse di consumatori manipolabili offrendo loro un cordone ombelicale con un mondo "artificiale" che garantisce controllo remoto e predittivo massimizzando i profitti.

- Il resto de Il mio vocabolario personale lo troverete sul prossimo numero.

*Luciano*



# RICORDO DI SUOR ALMA

...sempre con noi...

Carissimi residenti, ospiti, signor Direttore e Presidente, Consiglio, dottori Paolo Ronconi, Sonia Del Barba, Paolo Borellini e Fausto Frate, Don Riccardo, educatrici e il personale tutto, con tutto il cuore vi ringraziamo per l'accoglienza affettuosa e sincera che avete avuto nei confronti di Suor Alma. Guardando in questi 28 anni che ha passato a Morbegno dobbiamo ringraziare il Signore che ci mostra il suo amore e la sua misericordia anche attraverso le tante persone che ci mette vicino. Ricordiamo suor Alma ogni

mattina camminare in fretta con la borsetta sotto braccio... aveva sempre tante cose da sbrigare e persone da incontrare. Quando capì che le sue forze stavano venendo meno, a malincuore lasciò la parrocchia e l'oratorio e accettò di venire alla Santa Messa in Casa di Riposo. Constatato di essere bene accolta e amata veniva poi parecchie volte anche al pomeriggio per partecipare alle attività, le piacevano molto la tombola e la musica. Recitava volentieri il Santo Rosario con gli ospiti e ogni tanto qualcuno le ricordava epi-

sodi ed esperienze passate... lei felice, sorrideva.

Poi ammalatasi è stata portata in Ospedale a Sondrio e dopo 22 giorni il Signore l'ha presa con sé. Sabato 25 agosto nella chiesa di San Giovanni battista il nostro arciprete don Andrea insieme a 11 altri sacerdoti ha celebrato il funerale. Erano presenti anche tante delle nostre suore e molti morbegnesi che hanno dimostrato quanto suor Alma fosse conosciuta e apprezzata in questa città.

*La portiamo nel cuore.  
Suor Leonilde e suor Faustina*



# attività

## LE NOSTRE ATTIVITA'

---

### **...laboratorio creativo-pittorico...**

Ogni martedì mattina, se vi trovaste a passeggiare al piano terra del Pad. Paravicini, potreste vedere i nostri ospiti amici del Reparto Protetto cimentarsi tra colori, tempere e pennelli, in pitture libere e creative dando spazio alle loro emozioni, comunicando semplicemente quando ormai tra i più mancano le parole.



*“L’arte spazza la nostra anima dalla polvere della quotidianità”*

*Pablo Picasso*



Con impegno e curiosità verso il lavoro degli altri partecipanti, si lascia aperta la porta a ricordi per lo più sbiaditi e confusi. Tante le tecniche sviluppate...dai quadri monocromatici al tripudio di colori con spazio alla fantasia. Davanti alle difficoltà li ho visti indietreggiare, non per scappare via, ma prepararsi alla rincorsa perché, anche se con i loro tempi, volevano farcela nel miglior modo possibile. Le titubanze e le resistenze iniziali hanno ceduto il posto alla curiosità, alla voglia di mettersi in gioco e di aprirsi all'opportunità, di prender coscienza di sé e delle proprie capacità.

Sicura che sono le imperfezioni  
a rendere l'arte sublime  
credo che i nostri pittori si meriterebbero  
una mostra. Voi che dite?

*Venusia*



# momenti

## MOMENTI ESTIVI

Giovanni e l'Allegra Combricola ci hanno tenuto compagnia per tutta l'estate con un allegro repertorio folkloristico.



*“Fa bene agli anziani comunicare la saggezza ai giovani; e fa bene ai giovani raccogliere questo patrimonio di esperienza e di saggezza non per custodirlo in un museo ma per portarlo avanti affrontando le sfide che la vita ci presenta.”*

*Omelia del Santo Padre in occasione della Santa Messa celebrata  
per la Giornata della Vita Consacrata, 02/02/2014*

*Papa Francesco*





**La tradizionale tombola di San Rocco con gli amici della Comunità Pastorale di Campovico Paniga-Desco.**



Quando i giovani ci fanno visita è sempre per noi un grande piacere, grazie Simone e Virginia per la bella mattinata passata insieme.



# momenti

*“Il giovane cammina più veloce dell’anziano... ma l’anziano conosce la strada”*



**Non poteva mancare  
la Carovana estiva verso una nuova meta:  
I giardini pubblici antistanti la biblioteca civica.**



# L'ANGOLO DEI VOLONTARI

## ...la festa siamo noi...

---

Eccoci qui. Finalmente dopo lunghe settimane di preparazione, telefonate, montaggio di tendoni, accordi, assemblaggio di colorate ghirlande, vendita di biglietti della lotteria al proprio vicinato siamo giunti al lieto evento: domenica 3 giugno, infatti, si è svolto l'incontro annuale intitolato "Tutti in festa".

Chiamati all'appello per le nove circa, noi volontari, con le nostre belle magliette bianche, abbiamo iniziato sin da subito a rifinire le sale da pranzo apparecchiandole, per poi dedicarci al trasporto degli ospiti nel giardino della struttura dove, accompagnati da famigliari e conoscenti, hanno potuto assistere e partecipare alla Santa Messa, svoltasi a partire dalle 10.30, e, al termine di quest'ultima, ascoltare il discorso del Presidente.

Ormai affamati, i nostri invitati d'eccellenza sono stati accolti nelle rispettive sale, allestite per l'occasione, dove, su indicazione delle educatrici, hanno preso posto ai tavoli. Di qui, congiungendo le numerose energie di animatrici, volontari, cuochi e qualche operatore di servizio, è stato servito il pranzo, credo molto gradito dai nostri ospiti, dato che tipicamente valtellinese, a base di polenta, spezzatini, formaggio, sotto-aceti, seguiti da un assai apprezzato gelato rinfrescante e, a coronare il tutto, un buon caffè. Ma la festa non è finita qui.

Svuotate le sale, riordinato un poco, sfidando il caldo, in molti siamo usciti nuovamente in giardino e abbiamo atteso l'estrazione dei biglietti vincenti della lotteria, evento che, considerata





la bellezza dei premi, ha infranto le speranze di molti e ravvivato gli animi dei fortunati eletti che hanno strappato la vittoria.

Infine, sulle note delle nostre canzoni tradizionali, si è conclusa questa giornata di festa, perfettamente riuscita grazie alle autorità, che ne hanno permesso la realizzazione, alle educatrici che l'hanno organizzata, pianificata e gestita decisamente bene, ai volontari che con passione e dedizione hanno dedicato il loro tempo e le loro premure a questa occasione e soprattutto ai nostri ospiti, a cui la festa è stata

dedicata, che si spera abbiano ricevuto e percepito l'affetto con cui tutti si sono prodigati e che, specialmente oggi, si siano sentiti a Casa e parte di una grande, originale Famiglia.





*"Dai a ogni giornata la possibilità di essere la più bella della tua vita"*  
*(Mark Twain)*

tutti in festa

# RACCONTI DAL CENTRO DIURNO

## ...Ricordi ed esperienze...

Il mese di settembre apre le porte ad una delle attività economiche più importanti della cultura contadina: la vendemmia.

Le giornate della vendemmia erano le più attese dai contadini. La vendemmia era il momento di tirare le somme di un'intera annata di lavoro e di fatiche.

### La vendemmia una volta

La vendemmia è sempre un'avventura. Ai tempi di gioventù dei miei nonni era molto faticoso coltivare e lavorare le viti perché non c'erano i mezzi moderni e i trattori erano molto costosi. Il lavoro si svolgeva principalmente a mano e le giornate di lavoro sembravano interminabili.

Mio nonno, che di anni ne ha ottantasette, mi racconta sempre di come coltivavano una volta le viti e mi sono accorta la loro coltivazione era molto diversa da quella che conosco io: infatti una volta ci si alzava al sorgere del sole e si lavorava senza sosta fino all'imbrunire mentre





delusioni ci sono state a causa delle grandini che per sette anni consecutivi hanno distrutto il lavoro di un anno.

ora ci si alza un po' più tardi. Mio nonno mi racconta anche che, nel periodo della vendemmia arrivavano i parenti più lontani per dare una mano e questa era anche una scusa per riunirsi e stare insieme ai propri cari. Mentre mio nonno racconta interviene la nonna che mi dice che non sono solo cambiate le tecniche ma anche mio nonno: infatti mi racconta che in quel periodo mio nonno si trasformava in un comandante senza pietà che non faceva altro che dare ordini... e non diciamo cosa succedeva se qualcuno non gli dava retta. Diciamo che era peggio per lui. Poi mio nonno riprende la narrazione. Continua a raccontarmi di quante

Poi il racconto prosegue e si fa più divertente perché mio nonno inizia a cantare le canzoni che cantavano insieme nei filari (c'è da dire che mio nonno è molto stonato ed è per quello che è molto divertente).



Anche se cantavano il lavoro era tanto, si usavano cesti di vimini e quando erano colmi venivano caricati sui carri trainati da buoi.

Quando la vendemmia era finalmente finita si festeggiava il buon raccolto e la nonna faceva da mangiare per tutti e seduti a una grande tavola imbandita si mangiava allegramente.

**AA** Ricordo che quando ero ragazza andavo sempre molto volentieri a fare vendemmia, era come partecipare a una grande festa.

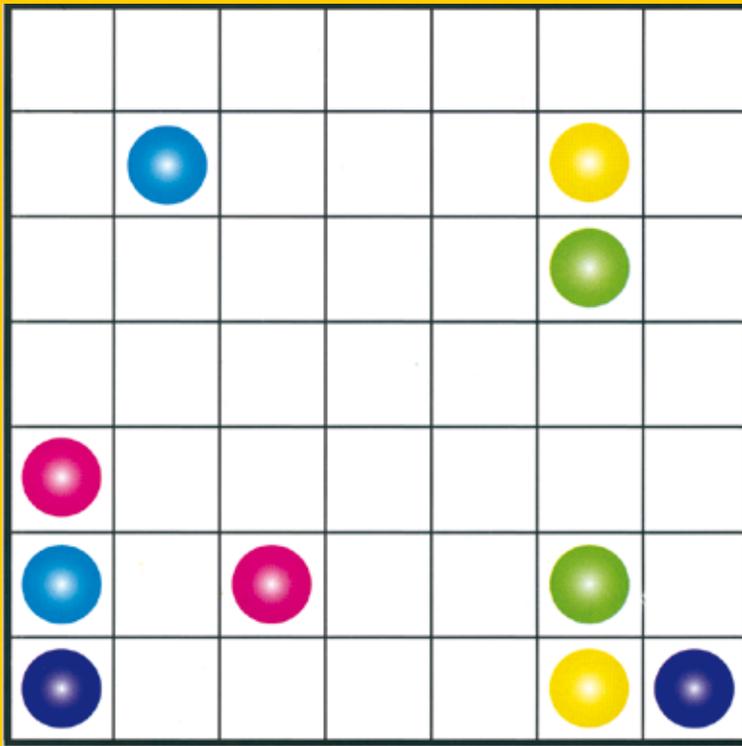
Per vendemmiare bisognava aspettare l'ordine del Comune, poi ci si radunava tra parenti e amici e si cominciava, era una bella e allegra compagnia! Tra un acino d'uva, quattro chiacchiere e tante risate il lavoro scorreva veloce e quasi senza accorgerci avevamo finito la vendemmia!!

**AA** Fino al 2000 non sapevo neppure cosa volesse dire "fare vendemmia"! In quell'anno mio marito ha ereditato da suo padre una piccola vigna, pochi filari collocati sui terrazzamenti, pian piano mio marito, ha acquistato nuove vigne ormai incolte e a poco a poco ha allargato la proprietà facendone un grande appezzamento. La vendemmia era una festa, faticosa ma bella. Oggi guardo dal mio terrazzo i "vendemmiatori" e ripenso con nostalgia alle gioie e alle fatiche passate.



**ED** Ricordo che mio papà faceva vendemmia due volte perché avevamo due qualità di uva che maturava in due momenti diversi. Per la raccolta si utilizzavano dei grossi secchi che si svuotavano man mano in un grosso contenitore sistemato sopra al carro. In un secondo tempo si pigiava l'uva con i piedi!!! Dopo otto giorni si assaggiava il mosto, a noi bambini piaceva tanto perché era dolcissimo!!!

**SM** Non ho mai avuto una vigna! Ho cominciato a fare vendemmia con mio marito che andava ad aiutare un suo cugino che aveva alcuni filari in via Bottà. Si cominciava la mattina presto e per mezzogiorno la vendemmia era terminata. La zia preparava per tutti i lavoratori polenta, salsiccia e mortadella come da tradizione.



Collega ogni coppia di gettoni dello stesso colore con linee continue che attraversano le varie caselle orizzontalmente o verticalmente, ma non in diagonale. Ogni casella della griglia deve essere percorsa da una linea sola.

# GIOCHIAMO

## CRUCIVERBA CIFRATO

A numero uguale  
corrisponde  
lettera uguale

■	1	2	3	4	3	■	5	6	1	7
7	8	9	4	9	■	10	11	9	5	9
6	9	12	1	■	13	3	■	■	6	12
9	4	3	■	2	9	4	9	6	3	12
14	1	■	7	8	6	8	5	3	■	8
4	■	7	9	12	5	3	6	8	■	2
1	■	1	6	14	11	6	8	■	15	3
15	8	4	8	9	16	8	■	13	1	16
1	10	■	■	4	1	■	14	9	4	5
6	1	5	5	9	■	7	9	6	5	3
3	16	16	1	■	5	3	16	2	1	■

A numero uguale corrisponde lettera uguale