

LA GAZZETTA POLIZIANA

IL GIORNALE CHE NON HA ETÀ



IN QUESTO NUMERO

Inauguriamo!	pagina 2	Intervista a un ospite	pagina 8
Casa dolce casa	pagina 2	Coi migliori intenti	pagina 8
Qui e ora	pagina 3	Forever Jung	pagina 9
Il nostro progetto	pagina 4	Infermiamoci	pagina 10
Report delle attività	pagina 5	Pensieri celesti	pagina 10
Filo grigio	pagina 6	10 buone abitudini per vivere in salute	pagina 11
OSS...ervazioni	pagina 7	Solletichiamoci	pagina 11
Libriamo	pagina 7	Cruciverba	pagina 12

STAFF

Redattori

Savina Riggio, Elisabetta Delle Cave, Francesca Masellis, Giulia Deagostini, Carlo De Rossi

Cronisti (in questo numero)

Barbara Canteri, Ernesto Borroni, Angela Bondici, M.B.

Collaboratori - tutti gli ospiti e le famiglie

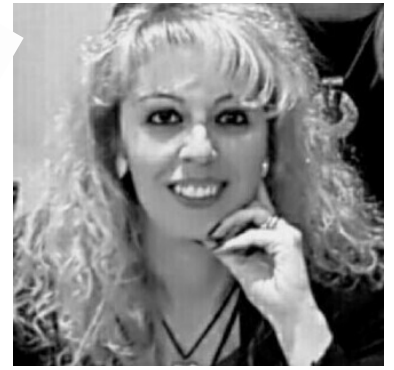
INAUGURIAMO!

**DI SAVINA RIGGIO
DIRETTRICE DI STRUTTURA**

E' con grande entusiasmo che entriamo nella nostra nuova casa, pronti a renderla accogliente e piena di vita! Anzi, due case, Poliziano 1 e Poliziano 2; la prima su quattro livelli, la seconda su due, per un totale di 160 posti.

Entrambe le Residenze offrono servizi esclusivi e uno standard alberghiero di notevole livello: dispongono di ampie camere doppie e singole, confortevoli e finemente arredate, con bagno privato e televisione. Inoltre, offrono luminosi spazi comuni e sale polivalenti – dove gli Ospiti possono concedersi momenti di relax e beneficiare del ricco programma di attività quotidiane organizzate dal team di struttura – oltre ad ambienti terapeutici innovativi, come la “stanza multisensoriale”, dedicati agli Ospiti con problematiche di decadimento cognitivo.

Insomma, i nostri 'nidi' green (dotati di impianto di ossigeno centralizzato e impianto cogeneratore e fotovoltaico in copertura) sono green anche negli intenti: rendere sempreverde la terza età, giocando a fermare il tempo. E sono sicura che ci riusciremo!



“

**«LE PERSONE UTILIZZANO LA PRESENZA
MATERIALE DEL PASSATO, LA CALCE ED I MATTONI,
NEI PROCESSI DI IDENTIFICAZIONE SOCIALE.
LE PERSONE TRASFORMANO LE STRUTTURE SPAZIALI
IN LUOGHI NON SOLO COME ARTICOLAZIONI
DELLE RELAZIONI SOCIALI, MA ANCHE COME VEICOLI
CHE USANO PER CREARE RINNOVARE
E RISTRUTTURARE TALI RELAZIONI»
(BLOKLAND 2001, 271)**

”



CASA DOLCE CASA

**DI FRANCESCA MASELLIS
ASSISTENTE DI STRUTTURA**

È solo all'interno di quelle relazioni complesse messe in scena dagli ospiti, e dotandosi delle sottili lenti dell'osservazione, che si può cogliere la vitalità di una Rsa.

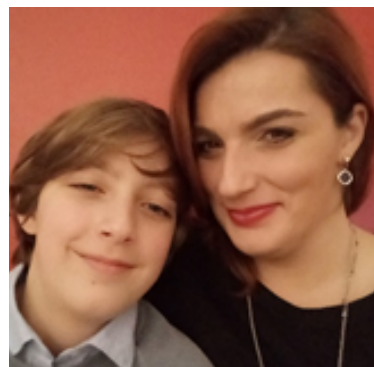
Poliziano è il luogo per sperimentare un'appartenenza collettiva al di là della funzionalità e dell'efficienza, un nido in cui godersi il relax, mettere a frutto passioni e coltivare rapporti in un ambiente protetto e stimolante, come fosse la nostra casa.

E se le nostre abitazioni rappresentano tanto materialmente quanto simbolicamente la condizione di stabilità e sicurezza, in un periodo di forti accelerazioni e cambiamenti tale accezione non può che esserne amplificata, soprattutto pensando alla terza età. Poliziano è il luogo in cui immaginiamo una routine piacevole e personalizzata, una serie di eventi rivolti anche alle famiglie e agli amici, il senso di controllo su spazio e oggetti, una condivisione affettiva di momenti ludici e non.

Poliziano deve essere aperta alle proposte esterne, alle contaminazioni (no, niente Covid grazie), agli scambi e al continuo miglioramento. Perché la terza età non è un deposito di ricordi e rimpianti ma un momento di elaborazione e ripresa. Ecco perché Poliziano deve essere una casa dove questo sia possibile.

QUI E ORA

DI ELISABETTA DELLE CAVE
DIRETTRICE DI STRUTTURA



Eh, lo so ... i latini lo dicevano meglio ... ma anche così rende l'idea. Il senso del tempo, regalato e condiviso ... sempre prezioso che dovremmo vivere al massimo delle nostre possibilità.

Se dovessi riassumere le emozioni di questo nuovo incredibile inizio alla RSA Poliziano lo farei proprio in questo modo. Come se in un unico spazio tempo si fosse unito tutto il passato che mi ha portata fino a qui con l'incredibile prospettiva di un futuro da scoprire. Sarà anche un po' la suggestione dei 40 anni che ho appena festeggiato o il fatto che finalmente, dopo un periodo molto difficile senti di avere l'opportunità di godermi a pieno questa esperienza.

Il progetto di una RSA di "piccole dimensioni" è una sfida bellissima; riportare il focus sulle persone e sulle storie di vita, l'attenzione di chi come me ha deciso di dedicare la propria vita ed il proprio lavoro alla "cura degli altri".

Viviamo insieme ai nostri ospiti (storici e ultimi arrivati) un momento di grande fermento alla ricerca di nuove abitudini e di stimoli positivi. Perché quello che desideriamo innanzitutto è restituire l'idea che "nonostante tutto" abbiamo ancora lo spazio ed il tempo per poter fare qualcosa di bello ... insieme. Buon viaggio a tutti noi.



“

**LA CATTIVA NOTIZIA
È CHE IL TEMPO VOLA,
LA BUONA NOTIZIA
È CHE SEI TU PILOTA**

MICHAEL ALTHSULER

”



IL NOSTRO PROGETTO



LA REDAZIONE

E' con grande piacere annunciare il primo numero della Gazzetta Poliziana, un giornale che nasce dal bisogno di stare insieme e di far conoscere all'esterno il nostro mondo, un mondo che può sembrare apparentemente statico e programmato, a tratti ermetico, ma che nasconde storie incredibili, momenti intensi e una voglia di sentirsi utili struggente.

L'idea di Savina, la Direttrice, era quella di coinvolgere alcuni ospiti nell'allestimento di una redazione, primo passo per capire se ci fossero le condizioni per dare alla luce un giornale, incrementando il numero delle attività presenti.

La Gazzetta Poliziana è pensata principalmente come strumento funzionale alla promozione del benessere perché stimola la partecipazione, la condivisione di obiettivi e la socialità. Sono stati i ricordi e le fantasie il vero motore della redazione, il cui spirito era quello di migliorare la qualità della permanenza in Struttura rendendo protagonisti i partecipanti, permettendo loro di pensare e produrre gli articoli, esplicitare emozioni e divertirsi. Un vero e proprio approccio capacitante che è andato al di là del semplice risultato raggiunto: a partire dall'osservazione e dall'ascolto, si sono create relazioni fatte di curiosità e scoperte continue le quali, come fossero un volano 'energetico', hanno permesso di tirar fuori speranze, attitudini, sogni, di dipanare il 'filo grigio' della memoria tessendo la trama delle rubriche.

Non si pensi però che la Gazzetta Poliziana sia solo un esercizio consolatorio o di mera autodeterminazione; tutto lo staff si è concentrato sulla qualità delle proposte e sui contenuti, cercando di dare spazio alla creatività, immaginando di avere in grembo giornalisti strepitosi.



REPORT DELLE ATTIVITA'

DI CARLO DE ROSSI
EDUCATORE



Il termine 'animare' significa 'infondere l'anima, dare la vita'; con una premessa del genere è difficile essere razionali parlando di animazione.

Potremmo elencare i laboratori presenti nell'Rsa, ma preferiamo sottolineare altri aspetti, soprattutto le capacità relazionali degli operatori e gli stati d'animo degli ospiti.

Perché attività 'tecnicamente' pensate come momenti di aggregazione e di stimolazione cognitiva, devono avere come intento quello di coltivare l'affettività, offrendo occasioni di reale condivisione; è nella capacità dell'animatore di mettersi in gioco e interagire in maniera appropriata con gli ospiti che si coglie il senso dell'aver cura, inteso come momento di scambio e rigenerazione.

Un umore reso migliore dal gioco amplifica le capacità cognitive e l'attaccamento alla vita. Il 'sentirsi in grado' è la chiave di lettura di ogni momento aggregativo: non di rado assistiamo a veri e propri 'risvegli' di competenze, magari attraverso un gioco improvvisato o un racconto di vita imprevisto. Ed è qui che partono le proposte; non facendo calare dall'alto i progetti ricreativi ma rendendo protagonisti gli ospiti, sempre e comunque. Nella nostra residenza si è cercato di coinvolgere realmente gli anziani in base ai desideri espressi. Ad esempio si è osservato che il karaoke, la tombola del sabato, le feste e le 'sfide' ludiche (bocce, quiz, tiro a segno) sono decisamente apprezzate.

Meno le attività individuali, dato che il bisogno primario è risultato essere quello di stare insieme.

Il successo degli interventi sul tempo libero è dato dalla partecipazione - sia essa attiva o meno - visto che in un gruppo si può interagire al di là delle prestazioni o dell'interesse specifico. Infatti, pensando alle attività manuali, non tutti desiderano mettersi in gioco: molti amano far due chiacchiere, intrattenersi, beneficiare del clima di relax che si è venuto a creare.

Ecco perché è basilare che la partecipazione non includa solo chi ha delle capacità o che si concentri unicamente sulle prestazioni.



“

**NON SI SMETTE
DI GIOCARE
PERCHÉ SI INVECCHIA,
SI INVECCHIA
PERCHÉ SI SMETTE
DI GIOCARE**

**GRANVILLE
STANLEY HALL**

”

FILO GRIGIO

MEMORIE E LEGAMI

DI ANGELA B.



"Ci sono incontri che valgono una vita intera.

Il primo viso che mi apparve quando arrivai qui, dopo il ricovero a Chivasso fu quello di Savina, la nostra Direttrice. Non dimenticherò mai il suo "Ben arrivata!", i suoi capelli biondi e il suo sorriso celato dalla mascherina.

Come bambina che muove i primi passi, venni aiutata a camminare da Andrea e da Alberto, i miei fisioterapisti custodi.

Come non ricordare l'abbraccio dell'operatrice Roberta. Come non apprezzare quelle mani sapienti e delicate che si occupano di me? E penso a Lidia e Silvana e penso a Giulia, la nostra psicologa, che con la sua dolcezza infonde sicurezza e benessere.

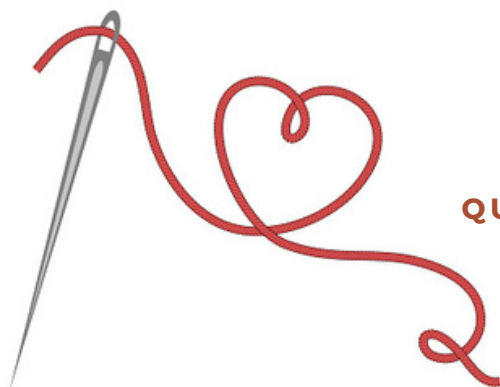
E l'amico Carlo, il nostro educatore che con entusiasmo e ironia trascinanti ci fa divertire insieme".

“

UNA DONNA
NON E' MAI VECCHIA
FINO A QUANDO
ISPIRA AMORE

“

DI BARBARA C.



“

UN VERO AMICO
E' COLUI CHE RESTA
CON TE
QUANDO TUTTI GLI ALTRI
TI ABBANDONANO
WALTER WINCHELL

“

"A maggio 2020, dopo una rovinosa caduta in casa e 10 giorni di ospedale, i medici hanno deciso che non potevo più vivere da sola.

D'accordo con la famiglia, sono approdata in questa residenza il 2 luglio 2020. I primi giorni sono stati lunghi e tristi, abituata alla mia libertà; mi sentivo un po' stretta con una vita e orari tanto diversi. Piano piano ho cercato di adeguarmi e il tempo è passato.

Ho fatto amicizia con le assistenti, con le due infermiere Serena e Daniela e con la signora Lidia, però solo all'ora dei pasti.

Tempo dopo è arrivato Ernesto, ed è nata una grande amicizia. Gli riconosco di aver portato una ventata di allegria, talvolta chiassosa, ma bonaria.

C'è stata anche la pandemia, a causa del Covid-19, finalmente passata, e qui è cambiata un po' la vita. Di colpo si è fermato tutto.

Lentamente la vita è ripresa: con le feste, la musica, i giochi, la tombola che hanno reso le giornate meno lunghe.

La presenza dell'animatore ci ha permesso di distrarci e di stare in compagnia. Con tutte queste novità, malgrado la nostalgia per la casa e la famiglia, ora mi trovo abbastanza bene. Il motto da me adottato è "vivi e lascia vivere: amica di tutti e nemica di nessuno".

E non dimentichiamo la psicologa Giulia, che partecipa alle feste e alla redazione di questo giornale. Perciò grazie anche a lei per condividere il nostro percorso".

OSS...ERVAZIONI

**DI DOROTY CODA ZABETTA
COORDINATRICE OSS**



Doroty, perché hai scelto di diventare Oss?

La mia scelta risale a quando avevo 17 anni, considera che ne ho 53. Non esisteva né il titolo Oss o Adest; eravamo delle presunte badanti. Poi sono usciti i primi corsi di Adest (Assistenza domiciliare dei servizi tutelari) che ho frequentato, continuando con l'attestato Oss nel 2009. La mia scelta non è stata un ripiego: questo è un lavoro che deve piacere, altrimenti sono problemi.

Sei anche coordinatrice? Cosa hai fatto per diventarlo?

Sicuramente mi hanno scelto perché non mi sono proposta. Sono stata responsabile di una Comunità a Coazze per diversi anni, successivamente mi sono spostata nel Comune e poi in un'altra Cooperativa nella quale ho coordinato il servizio assistenziale.

Quali difficoltà hai riscontrato nel tuo ruolo di coordinatrice?

La difficoltà maggiore non è confrontarsi con altre figure professionali come infermieri, medici, educatori o con la Direzione stessa, ma gestire il rapporto con i parenti, i quali spesso non accettano le condizioni del congiunto e non riconoscono le sue azioni, giudicando incompetenti o negligenti gli operatori.

Hai mai sofferto di burn-out?

Io personalmente no - o forse non me ne sono accorta perché è una patologia difficile da riconoscere - ma conosco colleghi che ne hanno sofferto, più o meno consapevolmente. Li abbiamo aiutati insieme al Direttore Sanitario. E' utile che l'operatore abbia netti i confini tra vita personale e lavorativa, a scopo preventivo, e che ci siano sempre momenti di confronto. Il nostro lavoro prevede un'esposizione quotidiana alla sofferenza, più o meno espressa. Per questo è indispensabile un'equipe che supporti e sostenga, che metta in campo strategie e strumenti, primo fra tutti la formazione continua.

LIBRIAMO

**CONSIGLI DI LETTURA
DI BARBARA CANTERI**

**"I cercatori di conchiglie"
di Rosamunde Pilcher.**



Il romanzo racconta la storia di Penelope, una donna forte e coraggiosa, anticonformista, che decide di trasferirsi in campagna, nella sua amata Cornovaglia, insieme ai suoi figli, dopo la fine del matrimonio. Ripercorrendo la sua vita, ritroverà se stessa e il suo primo amore Richard.

Il finale ci lascia con gli occhi lucidi, amando questa donna che ha saputo amare anche quando nessuno la ricambiava.

“

**PERCHE' LA DONNA
CHE MI HA RESO SUO PRIGIONIERO
NON MI AMA?**

NO, SI LASCI SOLTANTO AMARE

”

OVIDIO, L'ARTE DI AMARE

INTERVISTA A UN OSPITE

DI PIER GIUSEPPE GIUDICE



"Ciao Giuseppe, ci racconti qualcosa di te?"

"Ciao, sono un ospite della residenza e vorrei parlarvi dei miei lavori.

Sono un ragioniere e durante un concorso a Torino sono arrivato tra i primi 30. Sono entrato in banca a 19 anni, alla Sanpaolo di Torino, ma non era un ambiente che faceva per me.

Per cui sono andato a gestire l'amministrazione del Teatro Stabile di Torino.

Ho conosciuto mia moglie nel '76, un'insegnante d'asilo ed è stato amore a prima vista.

Successivamente mi hanno offerto di gestire l'amministrazione di una ditta dell'indotto FIAT; per 10 anni sono rimasto lì. Alla fine mi sono messo in proprio come consulente.

Un consiglio che mi sento di dare alle nuove generazioni è di prepararsi sempre.

Qui nella residenza mi trovo bene. Ho conosciuto dei buoni amici.

Le qualità che mi riconosco sono: l'adattabilità e, stando a quello che mi dicono, la simpatia.

Le attività che mi piacciono di più sono la tombola, la musica camminare e "paroliamo".



“

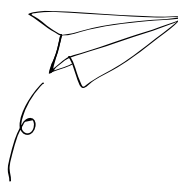
**NON SEMPRE CAMBIARE
EQUIVALE A MIGLIORARE, MA
PER MIGLIORARE BISOGNA
CAMBIARE.**

”

SIR WINSTON CHURCHILL

COI MIGLIORI INTENTI

DI ERNESTINO BORRONI



"Non tutti possono uscire se non sono accompagnati da un parente o da una persona di riferimento, per una questione di sicurezza, avendo bisogno di assistenza.

Sarebbe ottimale attivare un servizio di volontariato per accompagnare all'esterno chi lo desidera"



FOREVER JUNG

DI GIULIA DEAGOSTINI
PSICOLOGA, PSICOTERAPEUTA



TERZA ETA' e PSICOLOGIA: UNO SPAZIO DI CURA POSSIBILE.

Parlando di senilità, si può pensare che esista un solo modo di invecchiare: come una fotografia che raffigura esattamente ciò che succederà con il trascorrere del tempo e della vita. Osservando la realtà scopriamo invece che ci sono tanti modi di invecchiare quante sono le persone che invecchiano!

Chi è lo psicologo? E cos'è la psicologia dell'invecchiamento?

La psicologia dell'invecchiamento, in particolare, si occupa dell'età anziana come processo di vita, sia in contesti di salute che patologia, con interventi su misura per la promozione del benessere e della qualità di vita delle persone e delle loro famiglie.

Può quindi occuparsi di prevenzione, sensibilizzazione, divulgazione, valutazioni cognitive; può offrire sostegno psicologico alle persone anziane e alle loro famiglie, proporre interventi di riabilitazione. E può occuparsi di formazione e ricerca.

Gli stereotipi sulla vecchiaia.

Molti pregiudizi circondano ancora l'immagine dell'anziano. Chi invecchia è spesso percepito come un peso sociale, economico, un soggetto dipendente in tutto, incapace di prendere decisioni. Questi stereotipi sono stati tutti racchiusi da Butler nel termine "Ageismo" (1969).

Nel mondo di una persona con demenza questi stereotipi sono ancora più forti, perché si crede che la demenza cancelli l'essere persona. Ma nulla può negare ad un essere umano di essere umano.



"Prendersi cura" è ben più che rispondere a una richiesta di aiuto.

Prenderci cura degli anziani porta a confrontarci con i temi della cura e della fragilità. Le nostre debolezze si rivelano, si intrecciano e si rispecchiano in quelle dell'Altro ogni giorno. Proprio la fragilità e la cura sono alla base del nostro essere umani: siamo vulnerabili, con potenzialità e limiti; per questo tutti abbiamo bisogno di qualcuno che si prenda cura di noi. Dedicarci ai nostri ospiti anziani significa dare loro rispetto, ascolto, impegno e non solo impostare una strategia terapeutica, per avere cura di loro nel senso pieno della parola, insieme con le loro famiglie.

E se è vero che gli esseri umani "sono ciò che vanno facendo", come diceva Heidegger, allora si può dire che il nostro modo di prenderci cura rivela il nostro modo di essere.

Significa non dimenticarci che, dietro ogni malato, anche il più critico, c'è un Uomo, con i suoi bisogni, i suoi sentimenti, la sua storia, che chiede di essere ascoltato e di essere visto, riconosciuto. E poter custodire uno spazio che ascolta e dà voce a queste domande sulla Vita, ci permette di dare continuità all'identità, pacificarci, diventando un tramite di storie, di insegnamenti e di una saggezza preziosissimi.

INFERMIAMOCCI

DI SERENA BROSSA



Ciao Serena. Da quanto sei infermiera?

E cosa ti ha portato a lavorare in RSA?

Sono infermiera dal 2001 e ho iniziato in ospedale in chirurgia.

Sono varie le motivazioni. Innanzitutto un ambiente più disteso, il rapporto con gli ospiti e le famiglie e la vicinanza a casa.

Cosa fa un'infermiera in RSA?

Prepara le terapie, le somministra, in accordo con i medici e il Direttore Sanitario. Provvede a soddisfare le necessità sanitarie degli ospiti e si occupa di una parte amministrativa. Accogliamo gli ospiti quando arrivano qui da noi e siamo con loro fino ad accompagnarli nel fine vita.

Qual è l'aspetto più impegnativo del tuo lavoro? E quello più gratificante?

Rispondere adeguatamente alle varie richieste, interfacciandosi con gli ospiti, le famiglie e i colleghi. Ma soprattutto occuparsi della mole di burocrazia. L'aspetto più gratificante è avere un gruppo di lavoro efficiente e affiatato.

PENSIERI CELESTI

DI M. B.

"Dammi la tua mano.
La stretta mi comunica
la forza dell'AMICIZIA,
perchè possa correre
cantando".



"Con tutto l'oro del mondo
non si può comprare
il battito del cuore,
nè un lampo di tenerezza".



"L'essenziale? L'ECCOMI!
E' la scelta,
che va verso la FELICITA'!
Essere per tutti generosità,
una mano tesa".

"La PACE, come dice
saggiamente Papa Francesco,
deve diventare cultura
quotidiana, di tutto il mondo.
Dobbiamo imparare a
controllare i nostri istinti più
aggressivi, ad essere PACE
dentro di noi".



"L'anziano è un peso?
A lui dobbiamo
quello che ci circonda,
che lui ha conquistato
con sudore".



"Facciamo *Coccolazione*
con un bacio, un abbraccio,
una carezza e un caffè,
perchè la colazione
deve'essere abbondante".



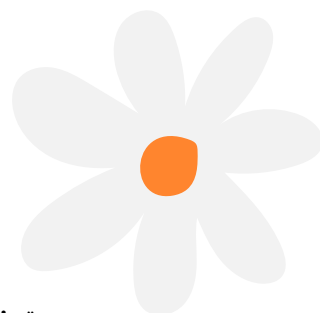
10 BUONE ABITUDINI PER VIVERE IN SALUTE



1. Fare attività fisica con regolarità
2. Curare l'alimentazione
3. Tenere la mente allenata
4. Evitare gli eccessi di qualunque tipo
5. Curare la giusta quantità e qualità di sonno
6. Circondarsi di affetti, amici e relazioni nutrienti
7. Fare controlli medici regolari, senza esagerare nè trascurarsi
8. Risparmiare, per essere previdenti, e donare ciò di cui non abbiamo bisogno
9. Concentrarsi sul presente, tenendo cari i ricordi
10. Riscoprirsi attivi, senza subire passivamente l'esistenza



SOLLETICHIAMOCI



Due amiche s'incontrano in palestra.
"Ciao Sandra, come stai? Come procede la dieta?"
"Guarda Anna, proprio stamattina ho perso 2500 calorie!"
"Caspita, e come hai fatto?"
"Ho dimenticato la torta nel forno!"

Un gatto vuole mangiarsi un topo e lo bracca per diversi giorni.
Dopo tanti tentativi decide di nascondersi dietro una porta e abbaia: "Bau, bau, bau!"

Il topolino, sentendo abbaiare, crede che dietro la porta ci sia un cane,
così esce senza preoccuparsi e viene mangiato.

"Ma come hai fatto?" chiede a questo punto un altro gatto.
"Eh caro, oggi, se non parli almeno due lingue..."

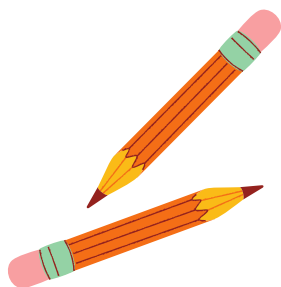
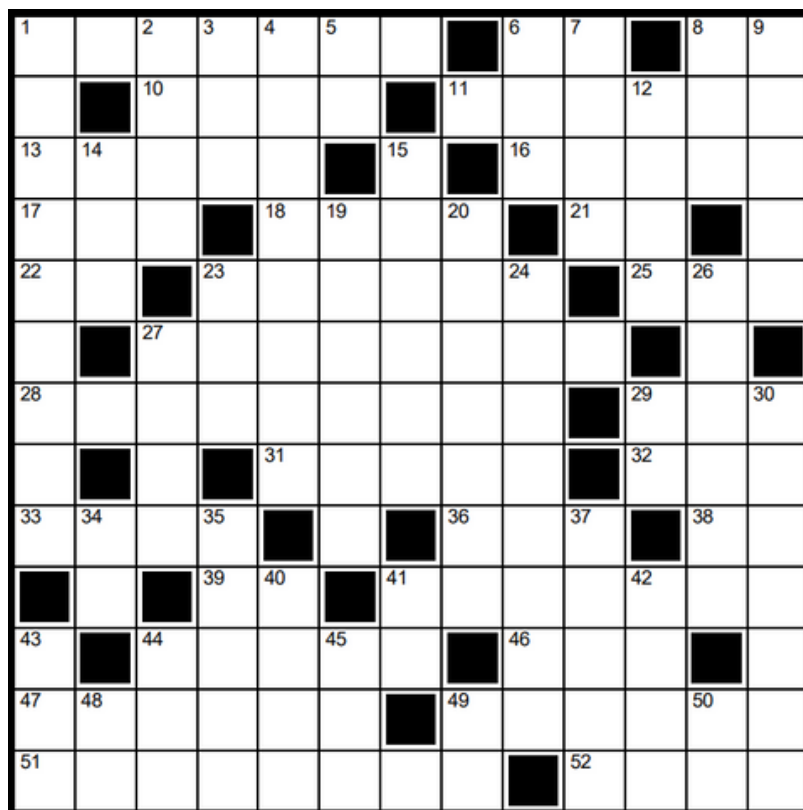
live
laugh
love

La maestra all'alunno: "Perché hai scritto il tuo tema
con una calligrafia così minuscola?"
E lui: "Speravo, che gli errori si vedessero di meno".



Un signore disperato si confida con un amico: "Non riesco più a trovare il mio cane!"
"Hai provato a scrivere un annuncio?"
"No, ma sarebbe inutile: il mio cane non sa leggere!"

CRUCIVERBA



ORIZZONTALI

1. Quelle facciali tradiscono disappunto - 6. A fine mese - 8. Marina Militare - 10. La band musicale degli anni '80 famosa per "Live is life" - 11. Una parte del binario - 13. Azienda petrolifera francese - 16. La Sophia del cinema italiano e internazionale - 17. Il centro della Catalogna - 18. Fu un famoso califfo - 21. Nell'ode e nel poema - 22. La fine della festa - 23. Così vengono chiamati in breve gli U.S.A. - 25. Introducono certi annunci economici - 27. Accavallamenti, incroci - 28. Il regista di Harry ti presento Sally e Misery non deve morire - 29. Monosillabo del corvo - 31. Appesi ad asciugare - 32. Il petrolio in Texas - 33. Deve farsele il principiante - 36. Abbreviazione di Street - 38. Il centro di Tebe - 39. Nell'arco e nelle frecce - 41. Pelle dura e setolosa del maiale - 44. La città in cui Pio IX si rifugiò nel 1848 - 46. La direzione opposta a ENE - 47. La pace che non si ha fretta di raggiungere - 49. Padre di Miss - 51. Trattini d'unione - 52. Un prefisso per volare.

VERTICALI

1. Parte dello scheletro del piede - 2. Chi ne fa poco è sedentario - 3. Indice delle pubbliche amministrazioni - 4. Indumento femminile a calzoncino - 5. Confini dell'Honduras - 6. La nota... più lunga - 7. È stato una stella del Barcellona - 8. Le prigioni di Pellico - 9. È più che un pallino - 12. Una vasta superficie - 14. Coreografia allo stadio - 15. Il loro rumore è sinistro - 19. Uno dei coniugi - 20. Un diritto di ripensamento - 23. Superficie non residenziale (sigla) - 24. I mobili con i calamai - 26. Brody interprete de "Il pianista" - 27. Trampoliere del Nilo - 29. Le ha doppie il comico - 30. Un grosso uccello marino - 34. Con gli oli fanno soldi - 35. Preparare la terra per la semina - 37. La gente che si accalca - 40. I pasti della sera - 41. Stanno due volte in carica - 42. Si scrivono sul pentagramma - 43. Una preposizione articolata - 44. Alto grado militare (abbr.) - 45. Il nuotatore al centro - 48. Giunti in fondo - 49. Il... principio del menefreghista - 50. Cuore di pera.