

IL CHIACCHIERONE

 *.p.s.p.*
CRISTANI - DE LUCA

2024
edizione 34



01 Chiacchierone 2024

02 Residenti e
familiari

03 Dipendenti e
collaboratori

04 I nostri volontari

05 Progetti ed eventi



IL SALUTO DAL CONSIGLIO DI AMMINISTRAZIONE



Con l'occasione della ormai tradizionale uscita del "Chiacchierone" abbiamo il piacere di condividere alcune informazioni che sintetizzano un anno di attività del nostro Consiglio di amministrazione (CdA). Uno degli obiettivi, avviato dal precedente consiglio e che doveva trovare realizzazione nel corso dell'anno 2024, era quello di dare avvio alla fusione fra le due RSA della realtà rotaliana (Mezzocorona e Mezzolombardo). Tale progetto nasceva dalla convinzione che "unire le forze" fosse la strada giusta per riuscire ad offrire ai nostri residenti un servizio migliore, con un'offerta ampliata e in parte differenziata derivante da un maggior efficientamento delle strutture e delle risorse economiche e da una gestione integrata delle competenze del personale. Purtroppo a inizio anno vi è stata la formalizzazione, da parte della APSP di Mezzolombardo, della volontà di non proseguire più con tale proposta. Pur rispettando la decisione noi confidiamo in futuro di poter riprendere il dialogo, superando eventuali difficoltà e valorizzando i vantaggi che ne possono derivare.

La composizione del nostro CdA ha visto dei cambiamenti; le nomine dello scorso anno erano state fatte nell'ottica di accompagnare i nuovi entrati fino alla fusione.

E' per questo motivo che, con tempistiche diverse, hanno rassegnato le dimissioni, prima Michela Faustini e, di recente, l'ex Presidente Umberto Lechthaler. A loro vanno i nostri ringraziamenti per il tempo e la passione che hanno dedicato, nei loro rispettivi ruoli, alla nostra struttura per il benessere dei residenti, degli operatori e dei volontari. A fine 2023 si è dimesso il consigliere Gianni Dallago per incompatibilità col suo nuovo lavoro; lo ringraziamo per l'apporto dato nei 6 mesi in cui è stato consigliere. Ad oggi ci sono state quindi due nuove nomine nelle persone di Francesco Martini e Alberto Buratti che dalla scorsa primavera già si sono ben integrati nel CdA. A loro va il nostro grazie per aver accettato questa nuova responsabilità.

Con le elezioni provinciali di fine 2023 si è insediato il nuovo Assessore alla Sanità Mario Tonina, che sta facendo ben sperare in un cambiamento di rotta da parte della Provincia con aumenti di risorse e posti letto su tutto il territorio provinciale. Il dialogo costruttivo che c'è stato in questi mesi e la sua personale visita a tutte le APSP porterà i suoi frutti che saranno concretizzati nelle nuove direttive in uscita a fine 2024. Noi abbiamo avuto l'onore di ricevere l'Assessore Tonina con il suo staff lo scorso 27 giugno e con l'occasione abbiamo mostrato la nostra struttura, seppur ancora con i lavori in corso,

evidenziando i suoi punti di pregio e le criticità che inevitabilmente ci sono in quanto edificio storico posto sotto tutela della soprintendenza dei beni culturali.

Siamo davvero soddisfatti di comunicarvi che i lavori di ristrutturazione sono pressoché terminati e in attesa del collaudo degli impianti, è stata presentata la domanda per i nuovi arredi approfittando dello sblocco dei contributi ottenuto da parte dell'assessorato alla Sanità.



Permetteteci di ringraziare in primis voi che avete sopportato con pazienza e spirito collaborativo i disagi di questi lavori e tutto il personale che ha dovuto riadattare e riorganizzare il proprio lavoro al fine di garantire la continuità assistenziale. Il nostro motto è comunque quello di non fermarci. Il dialogo costruttivo con l'Amministrazione comunale è proseguito anche in vista del declassamento della zona rossa a seguito della realizzazione del vallo- tomo per poter in futuro ampliare la zona a monte dell'edificio ed eventualmente alzare il sottotetto del secondo edificio e ricavarne un salone. Un grazie sincero va quindi all'Amministrazione comunale per il costante appoggio, dialogo ed attenzione che ci riserva.

Agli ospiti, ai loro famigliari, al personale dipendente, ai volontari e a coloro che a vario titolo collaborano per rendere la nostra struttura una casa accogliente, va il nostro più sentito grazie e l'augurio di un sereno Natale ed un buon 2025.

Per il Consiglio di Amministrazione
Monica Bacca, Paola Zambiasi



FINITI I LAVORI DI RISTRUTTURAZIONE, UNO SGUARDO AL FUTURO

Tre lunghi anni di convivenza con i lavori di ristrutturazione: tanto è durato il cantiere per la risistemazione del primo e secondo piano della RSA, con tempistiche ampiamente superiori a quanto previsto inizialmente. Con la fine del 2024 si conclude finalmente l'importante ed improcrastinabile intervento nei reparti di degenza, che ha limitato gli spazi e causato inevitabili disagi a residenti ed personale in servizio. Mancano solo minimi interventi di finitura e poi si potrà finalmente chiudere un capitolo che ci ha visti tutti impegnati. E' quindi ora di girare pagina per iniziare a pianificare il futuro. Con il Consiglio di Amministrazione ci si è più volte interrogati su quali interventi proporre, alla luce del mutato contesto sociale ed economico, tenendo in dovuta considerazione le linee di indirizzo provinciali sui servizi al mondo degli anziani.

Se da un lato è evidente la sempre maggior criticità dei residenti in ingresso, così come la difficoltà di far fronte alle liste di attesa per l'accoglienza in RSA, tantoché la Provincia sembra voler ampliare di un centinaio di unità già dal 2025 i posti letto in convenzione per non autosufficienti, dall'altro emerge una carenza di servizi per la presa in carico di anziani non più gestibili al domicilio e che necessitano di un'assistenza residenziale, ma che presentano un quadro clinico non estremamente complesso. La soluzione potrebbe essere individuata nella cosiddetta "RSA leggera", ossia un servizio residenziale a minor carico sanitario rispetto alla RSA tradizionale; per la nostra A.P.S.P. potrebbe aprirsi un'importante opportunità per l'utilizzo del quarto piano, inizialmente realizzato per facilitare lavori di ristrutturazione. Gli spazi di fatto ora inutilizzati della mansarda, ben arredati e dotati di una funzionale area comune, potrebbero costituire l'ideale collocazione di un piccolo nucleo di residenti a basso impatto sanitario, aprendo nuovi scenari per il nostro futuro.

Considerato che le RSA non possono essere l'unica risposta e che per far fronte ai bisogni degli anziani servono altre tipologie di servizi, quali un Centro Diurno, mai ancora attivato in Piana Rotaliana, l'A.P.S.P. "Cristani - de Luca", la Comunità Rotaliana-Königsberg ed il Comune di Mezzocorona hanno sottoscritto una convenzione per la realizzazione, già a partire dai prossimi mesi, di un Centro Servizi presso il Centro San Gottardo, l'immobile degli Alloggi Protetti adiacente alla RSA. Per consentire con un intervento di risanamento di dotare di adeguati spazi funzionali il nuovo servizio, che auspicabilmente sarà affidato all'A.P.S.P. "Cristani - de Luca", è già stato liberato un intero piano del "Cason" e sono in corso di trasferimento gli utenti degli Alloggi protetti. E sempre sul medesimo immobile si sta concretizzando un nuovo progetto, consistente nella realizzazione di una foresteria da mettere a disposizione del personale dell'A.P.S.P. "Cristani - de Luca". La carenza di personale sanitario ed assistenziale sul mercato del lavoro è un dato oggettivo ed il trend in crescita non muterà nell'imminente futuro; il Comune di Mezzocorona, proprietario dell'edificio adibito ad Alloggi Protetti, sensibile alla problematica, si è reso disponibile per mettere a disposizione dell'A.P.S.P. "Cristani - de Luca" parte dell'ampia soffitta del Cason, nella quale sarà realizzato nel corso del 2025 un intervento edile al fine di ricavare degli spazi ad uso residenziale per il personale.

Un particolare ringraziamento voglio dedicarlo all'Amministrazione comunale per l'attenzione nei nostri confronti e per la massima disponibilità a collaborare ed al personale, ai residenti ed ai loro familiari ed ai volontari per aver saputo sopportare i tanti disagi causati dai lavori di ristrutturazione, in particolare in quest'ultimo anno. Buon Natale!

Il direttore, Luigi Chini

IL SALUTO DALL'AMMINISTRAZIONE COMUNALE

Il periodo di Natale è per tutti e tutte il momento in cui si ripensa all'anno che sta per finire e ai nuovi propositi per il futuro, per me è sempre un momento di grande aspettativa a speranza, come se quel salto sul calendario fosse un passaggio magico...ma in qualche modo è così, perché la speranza è innata in tutti gli esseri umani, nasciamo così con quel motore dentro che ci fa vivere, che ci motiva ogni mattina.

La vita però ama sorprenderci, non sempre nel modo in cui vorremmo...e spesso ci riserva delle sfide molto dure in periodi della vita in cui vorremmo solo un po' di tranquillità.

Abbiamo però la fortuna di avere sul nostro territorio delle strutture, come la casa Cristani-De Luca che possono supportarci ad affrontare quella sfida, soprattutto perché ogni collaboratrice e collaboratore, ogni volontaria e ogni volontario, la direzione e l'amministrazioni si impegnano al massimo per dare agli ospiti la miglior qualità di vita e per dare serenità alle famiglie.

Per quanto margine di miglioramento ci possa essere e le difficoltà che ci attendo per gestire l'invecchiamento della popolazione, ricordiamoci che siamo fortunati/e di poter godere di questi servizi, non diamoli per scontati!

Colgo l'occasione per congedarmi, dato che in primavera ci saranno le elezioni comunali.

Per me è stata una grande esperienza e mi ritengo fortunata di avere potuto ricoprire questo ruolo impegnandomi per la mia comunità. In questi anni con il direttore Chini, con l'ex presidente Lechthaler e ora con la presidente Bacca ho avuto modo di avere dei confronti sempre costruttivi e c'è sempre stata la massima collaborazione.



In particolare negli ultimi anni, oltre alle opere esterne di messa in sicurezza della casa, ci siamo impegnati per valorizzare gli spazi del "Cason", che nel 2025 sarà oggetto di ristrutturazione. Verranno sistemati un parte degli alloggi protetti, liberando il secondo piano dove verrà realizzato il centro servizi (centro diurno per anziani autosufficienti), e anche il sottotetto verrà ristrutturato e supporterà le nuove esigenze della casa Cristani- De Luca.

Da parte mia, del Sindaco, della Giunta e di tutta l'amministrazione comunale un augurio per un sereno Natale e un felice anno nuovo!

Con affetto
Monika Furlan
Assessora alle
attività sociali

LA FORZA DELLE VIRTÙ

Quest'anno vorrei coinvolgervi in alcune riflessioni che da tempo albergano dentro di me.

Il tema sono le virtù. Di recente ho incontrato un libro che si occupa di questo tema e di come le virtù possano migliorare la nostra vita. Si tratta di "La forza di essere migliori" di Vito Mancuso. Spero di incuriosirvi e farvi venir voglia di leggerlo.

Di seguito riporto integralmente alcune frasi tratte dalla parte introduttiva del testo che vi darà un'idea in merito al tema che viene affrontato.

Inizio con qualche domanda: che importanza hanno le virtù nella vostra vita? Le conoscete? Come possono migliorare la nostra vita?

Ludwig van Beethoven scriveva in una lettera "Raccomandate ai vostri figli di essere virtuosi: perché soltanto la virtù può rendere felici, non certo il denaro. Parlo per esperienza"



Non so se anche voi percepite nell'aria, in voi stessi e nelle persone che vi circondano un senso di insicurezza e paura del futuro... come in ogni epoca abbiamo bisogno di credere nel futuro e negli altri per essere felici. Che fare quindi? Mancuso risponde così: "Si dice nel Vangelo che Gesù fanciullo cresceva e si fortificava, pieno di sapienza. Anche noi cresciamo e ci fortifichiamo, ma trascuriamo di crescere in sapienza". Crescere in sapienza è necessario in relazione al fatto che la convivenza fra esseri umani è sempre più forte e complessa. Ognuno di noi è interdependente dagli altri molto più che nei secoli scorsi: ci cibiamo con cibi coltivati da altri e ci vestiamo con vestiti confezionati da altri, ci scaldiamo con energia prodotta da altri e così via.

"Essere migliori è diventata un'urgenza. Il lavoro etico che compete ad ognuno di noi sta per ricevere il codice rosso nel Pronto soccorso dell'umanità."

"Quanto permette a un essere umano di crescere in volontà e consapevolezza si chiama virtù. La virtù è la forza della volontà indirizzata al bene ed alla giustizia. Questo indirizzo non si fonda sul voler essere buoni, ma sull'aver capito che essere buoni e giusti è da sempre la via più efficace per vivere bene."



"Essere migliori come esseri umani significa esercitare l'intelligenza in modo da comprendere veramente le diverse situazioni della vita acquisendo quella ponderazione delle cose che si chiama saggezza. Significa esercitare la volontà in modo da dirigerla a volere non il proprio scontato interesse, ma ciò che tutti riconoscono come equo e corretto, cioè la giustizia. Significa rispettare la parola data, rimanere saldi, perseverare, resistere, avere coraggio nell'aprire strade nuove, esercitando la forza. Significa procedere con equilibrio, centrare quel giusto mezzo che fa sì che una parola o un'azione sia, come la grande musica, ben temperata, praticando la temperanza.

Saggezza, giustizia, forza e temperanza costituiscono le cosiddette virtù cardinali. Denominate così dalla tradizione cristiana, sono più antiche di secoli, perché provengono dalla filosofia della Grecia classica. Esercitarle significa divenire migliori come esseri umani."



Vergine col Bambino circondata da allegorie delle Virtù cardinali: a sinistra, in alto Saggezza, in basso Giustizia; a destra, in alto Forza, in basso Temperanza - (affresco di Cennino di Francesco a San Miniato)



Naturalmente ognuna di queste virtù andrebbe approfondita, studiata, ma il mio intento in questo breve articolo è di incuriosirvi e farvi venire la voglia di leggere questo magnifico libro. Oltre alle virtù cardinali ne esistono molte altre, che sono definite dalle diverse culture, anche se si possono ritrovare delle tracce comuni. Colgo l'occasione per ringraziare tutti i volontari dell'Associazione per la preziosa attività ed augurare a tutti loro, unitamente agli ospiti ed alle loro famiglie, oltre al personale e a tutti coloro che collaborano con la Casa Cristani - de Luca serene Festività e Buon Anno!

Chiara Rossi
Presidente dell'Associazione Amici della
Casa di Riposo OdV



UNA LUCE DALLA SANTA FAMIGLIA

Contemplando nel presepio la Santa Famiglia di Nazaret, la famiglia di Gesù, di Maria e di Giuseppe, non possiamo fermarci solo a quella bella e tradizionale rappresentazione. La liturgia e in particolare le pagine della Sacra Scrittura ci invitano a riflettere su quella Famiglia per pensare a noi e alle nostre famiglie. C'è una particolare dimensione che scaturisce dai testi biblici del Natale: quella dello stupore. Lo stupore di Maria e di Giuseppe, quello dei pastori e poi anche dei Magi. Contemplare quel Bambino nato a Betlemme significa entrare nella dimensione della meraviglia e della contemplazione.

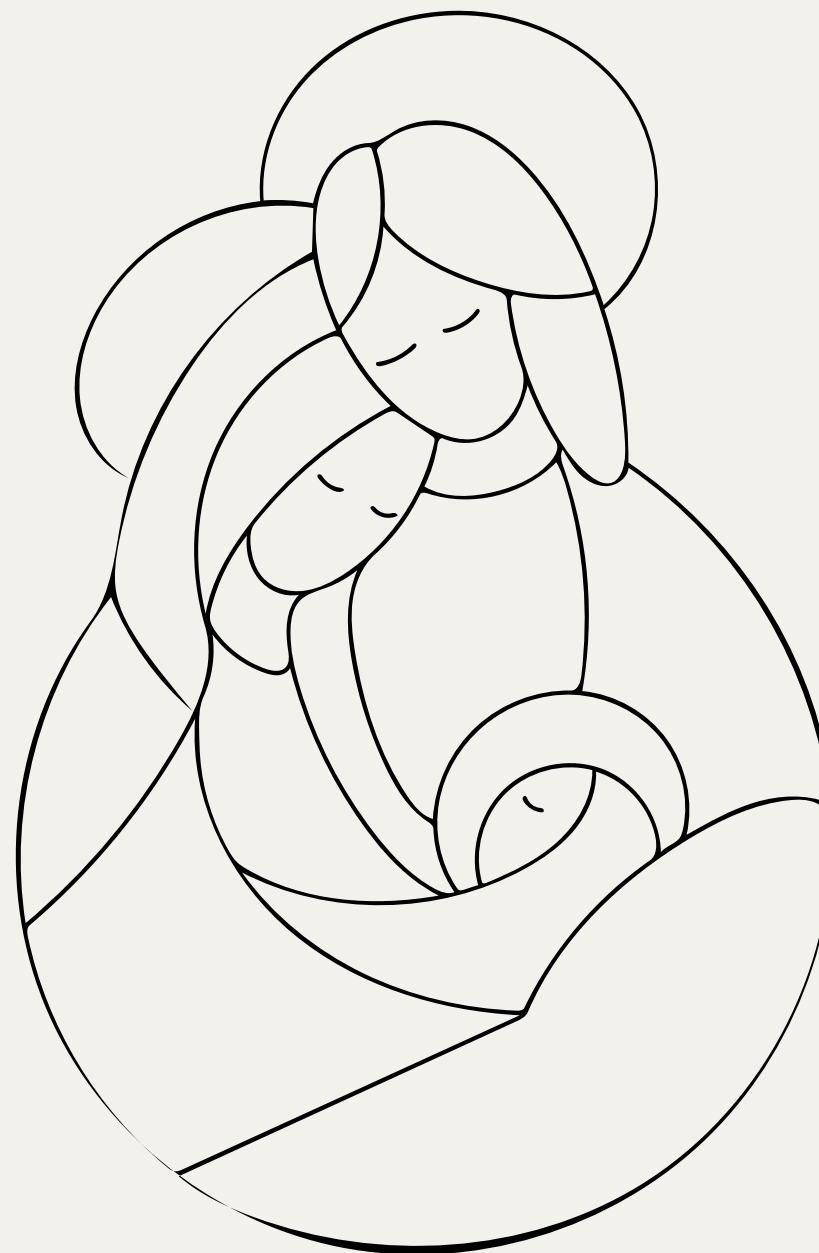
Uno stupore che segna la vita di ogni famiglia e in particolare dei genitori ogni volta che nasce un bambino. Sapersi stupire dei figli è un atteggiamento saggio e tipico per i genitori. Ogni papà e mamma sanno bene che quel figlio lo hanno generato ma non è semplicemente loro proprietà. Gesù anche in questo è emblematico. Un Figlio specialissimo che vive la sua esistenza e chiede anche ai suoi genitori che rispettino le sue scelte e la sua vita pur rimanendo loro sottomesso, come testimoniano i Vangeli. A volte ai genitori è chiesto il sacrificio di lasciare andare i propri figli in una vita matrimoniale o in quella sacerdotale, religiosa, missionaria o di speciale consacrazione; altre volte sono magari lo studio, il lavoro o la professione che li portano lontano. Occorre lasciarli andare, affidandoli a Dio; a quel Padre che non viene mai meno e ha una paternità onnipotente.

La fiducia in Dio di Maria e di Giuseppe diventa proposta di vita per tutti noi. Guai a chiudersi sui propri figli o nipoti; guai a chiudersi come in un guscio delle famiglie in se stesse. Oggi più che mai abbiamo bisogno, soprattutto come cristiani, di andare avanti insieme, di confrontarci sui problemi alla luce della parola di Dio e del magistero della Chiesa. Quanto potrebbero dirci le tante coppie di sposi delle nostre comunità che festeggiano e celebrano i loro significativi anniversari di matrimonio: 50°, 60° e anche oltre. Esse continuano una storia sacra che non si chiude e non si limita alla Famiglia di Nazaret, ma continua nella semplicità di tante famiglie cristiane. Errori e conquiste, vittorie e sconfitte, speranze e delusioni, segnano ancora e sempre la vita delle nostre famiglie sotto lo sguardo di Dio.

La figura di Maria e di Giuseppe, ci insegna a fidarci di Dio e ad affidarci a Dio, consegnando a lui soprattutto i nostri figli e nipoti e il loro futuro. Non per un disimpegno ma nella consapevolezza della loro libertà e della nostra povertà. Le pagine dei Vangeli dell'infanzia invitano particolarmente i genitori a presentare i propri figli a Dio, a portarli sempre nel suo tempio, cioè davanti a lui, perché crescano con lui e grazie a lui "in sapienza, età e grazia".

La Santa Famiglia nei Vangeli di Luca e Matteo non ci viene presentata solo nella serena quiete del presepe, ma come succede a tante famiglie del nostro tempo e nel mondo, si trova alle prese con difficoltà, con decisioni da prendere, con scelte da compiere, nel disagio di una fuga, di un esilio, del sentirsi profughi.

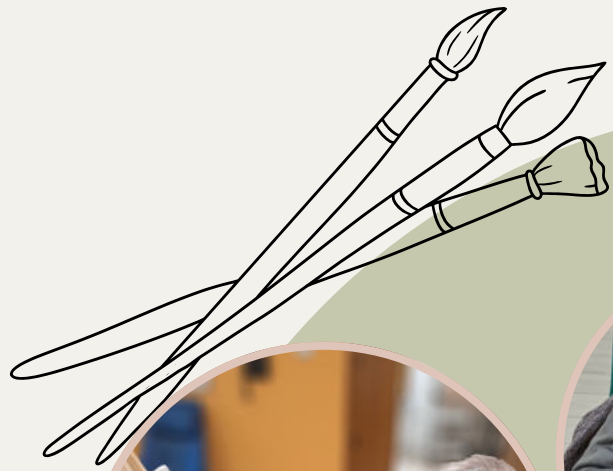
La stessa famiglia di Gesù, Maria e Giuseppe, pur così straordinaria, vive un'esperienza di vita semplice e quotidiana, del tutto normale.



Anche la vicenda della Presentazione del piccolo Gesù al tempio, secondo la Legge, per noi è un evento. Ma allora chi badava attorno al tempio di Gerusalemme a una coppia di sposi, a un piccolo bambino come tanti altri, a un povero vecchio Simeone, che parlava in modo strano, e a un'anziana donna, Anna, tutta contenta. Quel bambino, proprio per la sua normalità, viene accolto, riconosciuto e definito come luce delle genti e gloria del suo popolo. A ognuno di noi è chiesto di essere luce nel mondo e a vivere della gloria di Dio. Guardiamo a quella mamma, Maria a cui si profetizza il dolore e pensiamo: c'è forse qualche mamma che non conosce ore e giorni di fatica e di sofferenza? Nell'attenzione materna che si rivolge ai figli si potrebbe parlare di un parto continuo; un generare che non finisce mai, denso di gioia e dolori. Simbolo, espressione e riverbero dell'amore paterno e materno di Dio.

L'invito vale oggi anche per noi come per Abramo a guardare le stelle, non per contarle inutilmente, ma per alzare lo sguardo e come i Magi scoprire con stupore la stella giusta e lasciarci condurre da quella luce alla pienezza della luce. Come i vegliardi Simeone e Anna cogliamo il messaggio: Gesù è la luce; è la vita ricca di gioia e segnata dalla croce. Cristo è la verità che illumina l'umana esistenza e le dà senso vero e definitivo, anche nella vecchiaia. Per dire anche oggi alla nostra società la verità, il vangelo di Cristo sulla vita, sull'amore e sulla famiglia, perché Cristo cresca in noi, nelle nostre case e nelle nostre famiglie, non come un estraneo, ma come uno di casa.

Don Giulio Viviani
Parroco a Mezzocorona e Roverè della Luna



Mario



Clarina



Giorgio e Grazia



Elsa



Carla



Maria Neve,
Giovanna e Lina

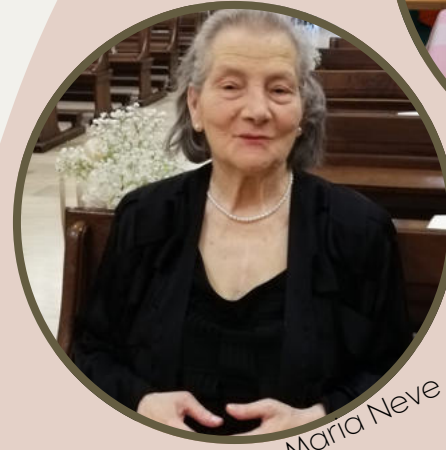


Rita



Pierino

stimolare la
creatività



Maria Neve



Gemma



Carla



Barbara

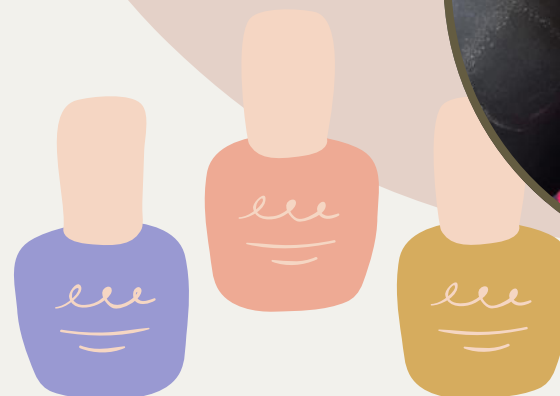
sentirsi
belle



Franca



Lucia





Aldo

riscoprire i
profumi della vita



Carla



Franco



Pierina



Remo



Maria

apprezzare la
bellezza della natura



Fiorella



Remo





al mercato



in chiesa



al museo



a Taio



in biblioteca



con ACLI San Michele

essere
parte della
comunità



$$x_{2,1} = \frac{-b \pm \sqrt{b^2 - 4ac}}{2a}$$

Giorgio e Bruna



Giorgio e Bruna



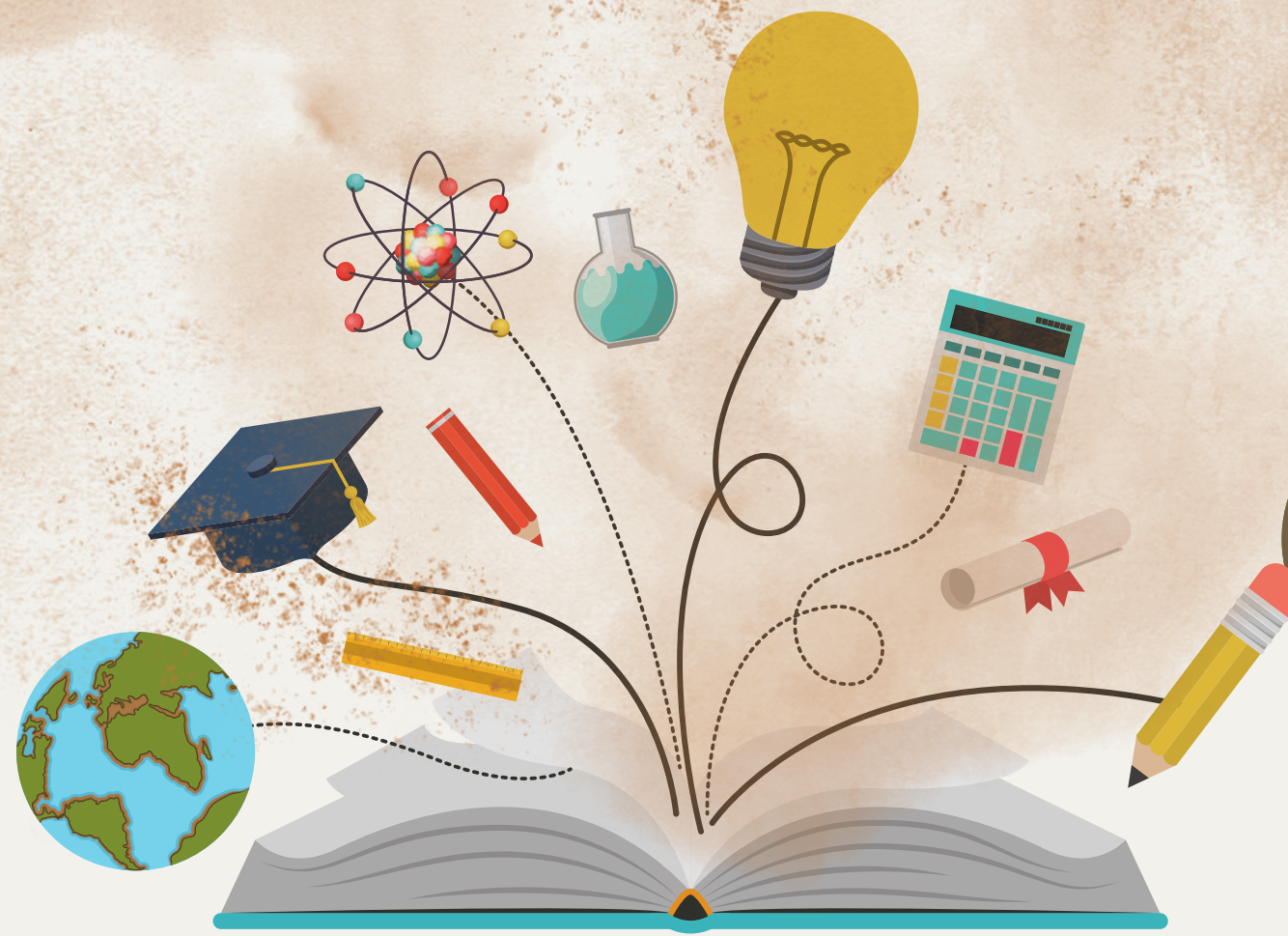
Maria Rosa



Ernesto e Maria Neve



Giorgio



Olga e Bruna





festeggiare
insieme



Leda



Bruna



Gina



Carla



Mariella



Fulvia



Michelina



Saverio



Giovanni



Maria



Imelda



Anna Maria



Carolina, Dirce e Lina

100

UN SECOLO DI SORRISI: I NOSTRI CENTENARI

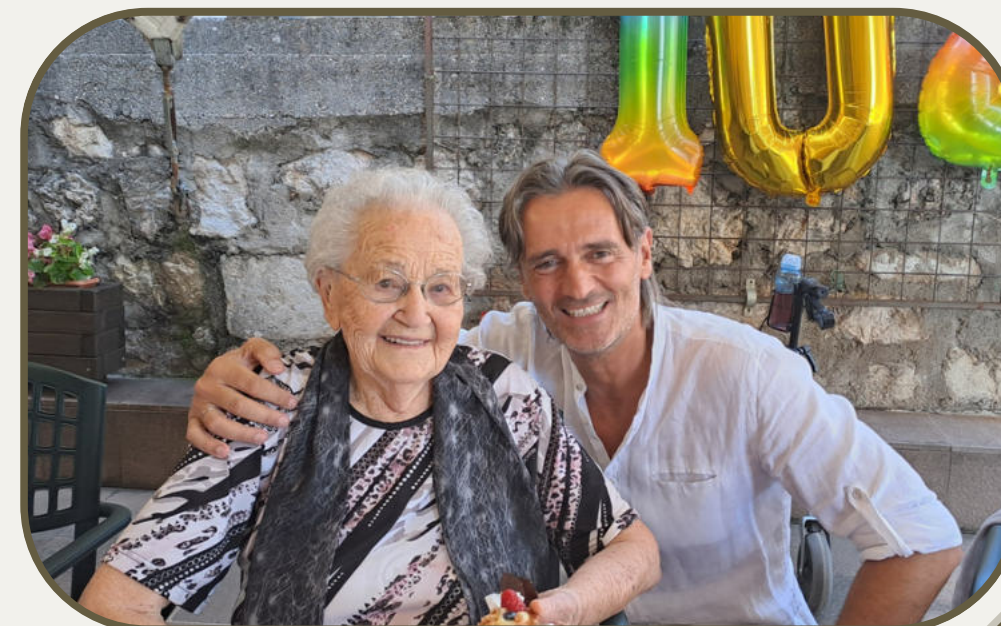
“Non si è mai troppo vecchi per raggiungere un altro traguardo o per sognare un nuovo sogno.”

C.S. Lewis

Carolina



Rosana e Miranda



Lina

VISITE CHE SCALDANO IL CUORE



Silvianna



Angelo



Tullia



Teresina



Maria Rosa



Anna



Lina



Alessandra



Berto



Walter



Gina



Amelia



Bruna



Vanda



Anna



Remo



Renzo



NUOVI LEGAMI



Rodolfo



Franca



Lina



Rodolfo e Marco



Silvia e Maria Neve



Erica e Bruna



Lucia e Maria



Linda e Rodolfo



Rosana e Dirce



Tullio



Renato e Giuseppe



Silvana



Mariano, Giorgio e Remo



Santina



Lucia



Ida



Gisella



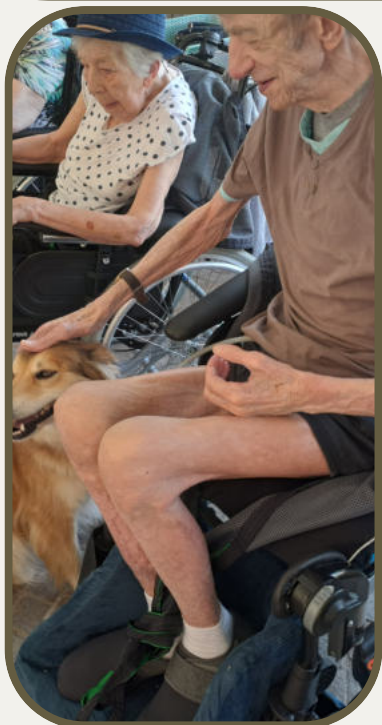
Rodolfo e Gina



Ida e Franca



Ernesto



Aldo e Flavia



Anna



Ida



Norberto e Gino



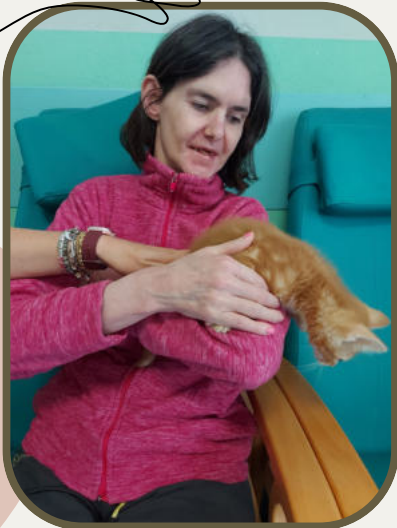
Alberto



Silviana



Pierrette



Barbara



Carmen



Lina



Carla e Flavia



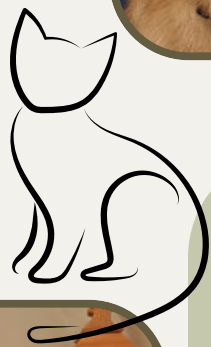
Ginetta



Traudel



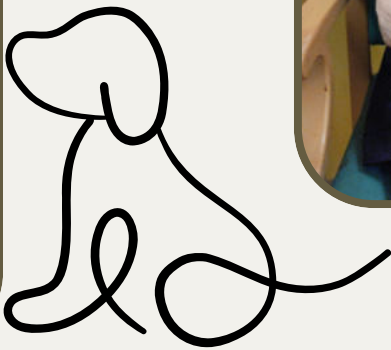
Silvianna



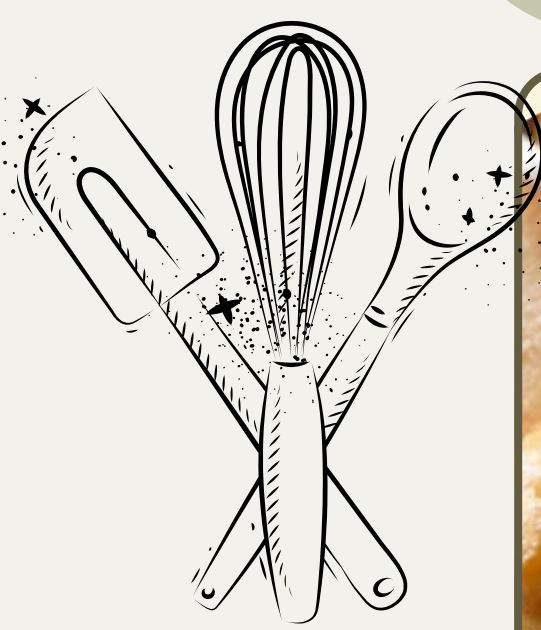
P
E
T

THERAPY

coccole con
i nostri amici
a quattro
zampe



LE NOSTRE RICETTE





Frittelle di mele di Silvia

Ingredienti

- 2 mele Canada
- 100 g zucchero
- succo di un limone
- 2 uova
- 150 g farina 00
- 1 cucchiaino cacao amaro in polvere
- 1 cucchiaino lievito per dolci
- 1 pizzico sale

Procedura

Sbuccia le mele, rimuovi il torsolo e tagliale a fette sottili. Sbatti le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Aggiungi la farina, il cacao, il lievito e un pizzico di sale. Mescola fino a ottenere una pastella omogenea. Immergi le fette di mela nella pastella e disponile in una teglia rivestita di carta forno. Preriscalda il forno a 180° ed inforna per circa 15-20 minuti. Se necessario, girare a metà cottura per una doratura uniforme.



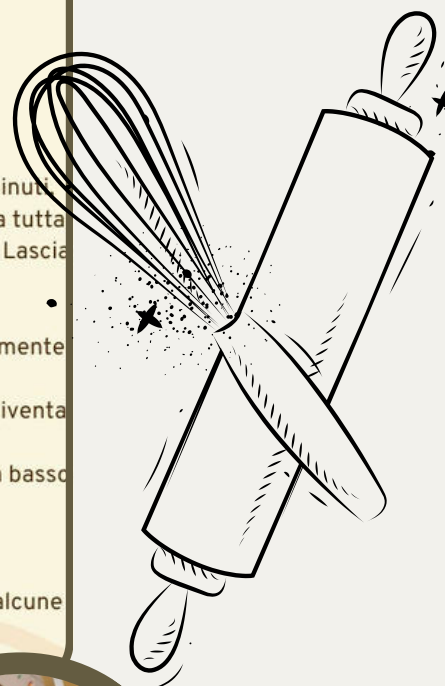
Zelten di Giovanna

Ingredienti

- 3 uova (tuorli e albumi separati)
- 500 g farina
- 150 g zucchero
- 150 g burro
- 200 g fichi secchi
- 200 g uvetta
- 100 g noci
- 100 g mandorle
- 50 g pinoli
- 50 g canditi (ciliegie, cedro, arancia)
- 1 bicchiere latte
- 1 bustina lievito per dolci
- 1 bicchiere Marsala/ Vermouth
- Scorza grattugiata di 1 limone
- Succo di un limone
- 1 cucchiaino di cannella
- qb noce moscata
- 1 pizzico di sale

Procedura

Taglia i fichi secchi a pezzetti. Metti l'uvetta a bagno in acqua tiepida per circa 10 minuti, poi scola e asciugala. Trita grossolanamente le noci, le mandorle e i canditi. Mescola tutta la frutta secca in una ciotola capiente e aggiungi il bicchiere di Marsala/ Vermouth. Lascia macerare per una notte. In una ciotola grande, sbatti i tuorli con lo zucchero fino a ottenere un composto spumoso. Aggiungi il burro ammorbidito e continua a mescolare. Incorpora gradualmente la farina setacciata con il lievito. Aggiungi il latte, la scorza e il succo di limone, la cannella, la noce moscata e un pizzico di sale. Lavora bene l'impasto fino a che non diventa liscio e omogeneo. Monta gli albumi a neve ferma. Incorpora delicatamente all'impasto, mescolando da basso verso l'alto. Unisci la frutta secca macerata e mescolala bene fino a distribuirla uniformemente nell'impasto. Preriscalda il forno a 200°. Versa l'impasto in una teglia e decora la superficie con alcune noci e mandorle. Cuoci per 45-50 minuti.



Olga



Maria Rosa



Rodolfo e Silvia



Silvia



Bruna



Giovanna



Alessandra



Remo



Francesca



ASPETTANDO IL NATALE

Natale è un compleanno speciale.
È bello partecipare con gioia
è il Natale di Gesù nostro Salvatore,
si è fatto uomo per noi.

In mezzo alla freddezza del mondo;
un girotondo di bimbi con una
candelina in mano accesa
rischiara l'incontro con il Salvator.

Bimbi di ogni colore e razza

Bimbi del Nord e del Sud,

chi è solo, chi abbandonato,

chi è scappato e disperato,

chi cerca pane e calore umano.

Bimbi che sperano senza saper
bimbi che aspettano il Bambinèl.

Le loro candeline con fiamme profumate
profumano il mondo, come incenso che sale,
a dissipar, le nubi del male.

L'incontro di bimbi tanto amati quaggiù
otterrà da Gesù per tutto il mondo,
luce, speranza e pace.

Sia pure tra tante mascherine un
Natale davvero speciale di pace e luce!

Maria Dalpiaz
residente



RICORDI DI NATALE

"Lo zelten di
mia mamma era
proprio speciale".

"Il primo presepe
l'abbiamo ricevuto dallo
zio, che ha vinto alla
Sisal. Mi ha costruito
una grotta e installato
delle luci. Lo zio mi
raccontava che la luce
veniva dagli angeli".
Bruna

"Mia mamma
metteva una
cartolina che
raffigurava un
presepe e la
illuminava con una
candelina"
Silvia



VENTI ANNI IN CASA CRISTANI - DE LUCA

L'anno si avvia al termine e ci si prepara alla Festa del Natale. Come sempre è tempo di bilanci sotto molti punti di vista. Non mi preme portare a riflettere di bilanci economici che sovente siano portati a fare. I tempi sono grami sotto questo profilo, e non serve girare il coltello nella piaga, inoltre non ho alcuna competenza in merito. Ripensando al mio lavoro presso questa Casa sono arrivato a un personale traguardo.

Ho incominciato il mio servizio nel gennaio 2004 e quindi annoto che sono più trascorsi più di venti anni. Il tempo è passato veloce, il lavoro non è mancato ed è sempre stato molto interessante. Nella nostra Casa hanno soggiornato molti ospiti e tutti hanno lasciato la loro impronta più o meno lunga. Nessuno è stato un ospite, se mi permettete il termine, banale. Tutti hanno portato a me medico il loro bagaglio d'esperienza di vita vissuta, le loro vicissitudini sanitarie, spesso molto complesse e complicate e le loro vicende familiari. Ho avuto modo d'ascoltare esperienze e vicende di vita a volte dolorose. L'ingresso in RSA a volte è stato la difficile scelta lacerante di familiari in profonda sofferenza nell'assistenza al congiunto anziano disabile.

La parabola della vita con la conclusione in RSA a volte non sembra la ricompensa adeguata a chi la subisce. Purtroppo, la disabilità psichica con la perdita della memoria, delle abilità fisiche e delle funzioni elementari per la propria autosufficienza porta alla necessità di supporto intensivo esterno. Chi è chiamato a prestare supporto nella Casa da non familiare è impegnato in un duro e quotidiano lavoro che si confronta con le proprie risorse, l'emotività e le capacità finite e dall'altra con le richieste di molti ospiti che sembrano non trovare mai limiti. A volte l'insoddisfazione degli utenti e familiari sembrano non adeguatamente motivate specie quando le richieste sono ripetitive e monotematiche. In queste circostanze ho imparato che il dialogo volto a chiarire l'origine dell'insoddisfazione e dello scontento può essere di reciproca soddisfazione.

Il nostro ospite o familiare può comprendere nelle motivazioni profonde perché è insoddisfatto del servizio. Noi operatori possiamo comprendere le ragioni/obiettivi dell'ospite che spesso vanno

oltre il singolo aspetto denunciato/contestato. Il dialogo e la relazione duale sono sempre produttivi. Peccato che a volte non abbiamo le risorse in termini di tempo nel momento opportuno per la comunicazione e queste carenze possono sfociare in malintesi, sospetti che si trascinano nel tempo, con danno reciproco. La numerosità degli ospiti, dei familiari e del personale con le innumerevoli interazioni reciproche rende difficile essere tempestivi e sempre pronti al dialogo, seppur utile, come predetto. In alcune circostanze mi sono trovato quasi afono (senza voce) dopo lunghi e numerosi colloqui, ma gratificato.

Quest'anno sul piano prettamente sanitario abbiamo puntato su un obiettivo del resto evidenziato in alcuni incontri collettivi. Incrementare la comunicazione regolare con i parenti dopo i periodici PAI. Sono occasioni di aggiornare le condizioni di salute che a volte sono positive, altre volte meno; altre volte è un modo per ragionare del futuro in termini di salute e sulla possibile evoluzione terminale della vita. Non è un argomento facile, emotivamente impegnativo, spesso inconsciamente rimosso e rimandato nel tempo, ma necessario. Nel nostro processo di cura c'è l'impegno anche di portare la cura e l'assistenza fino alla fine dei loro giorni.

È necessario predisporre anche quel tempo, che si spera sia il più tardi possibile, ma è utile che sia il più bene possibile pianificato. Compito del medico è sempre curare, ma a volte non possibile. In ogni modo al medico e a tutta l'equipe rimane il compito di prendersi cura e di lenire il dolore e la sofferenza di una prognosi sfavorevole, fine vita.

I miei venti anni d'attività professionale in RSA mi hanno portato a sentirmi parte di una squadra affiatata che mi ha dato molto, mi hanno portato all'età della mia pensione anagrafica, ma nonostante l'età mi sento d'impegnarmi ancora e cerco di trasmettere energia e professione ai giovani colleghi che in questi anni mi hanno affiancato. Spero che uno possa farne il suo lavoro primario, come è stato per me.

Permettetemi di augurare Buon Natale e un felice Anno Nuovo ai Residenti, Volontari e a tutti i Collaboratori.

Il medico Bruno Bolognani

UN APPROCCIO UMANO ALLA CURA

Sono Giulia Pedrini e da qualche mese ho assunto l'incarico provvisorio di medico presso questa APSP. Si tratta della mia prima esperienza lavorativa, soprattutto fuori dal contesto ospedaliero, che mi ha permesso di entrare in contatto con un ambiente dal quale sto imparando molto specialmente dal punto di vista umano.

Durante questo primo periodo in RSA, ho compreso l'importanza dell'attenzione alle relazioni che accompagnano in modo profondo la cura e l'assistenza degli ospiti.

I pazienti presentano una molteplicità di patologie croniche, spesso in politerapia, che richiedono dunque un approccio terapeutico personalizzato. Ciò si riflette nella capacità di adattare i trattamenti alle loro singole necessità, tenendo conto delle condizioni generali e del livello di autonomia. In questo contesto, la gestione del dolore, la prevenzione delle complicanze e il miglioramento della qualità della vita sono aspetti cruciali che hanno come obiettivo il rispetto della dignità e la cura della persona. In questa struttura tale obiettivo viene perseguito grazie al lavoro in equipe, in cui ogni professionista contribuisce al benessere dell'ospite; in particolare, ho trovato un'ottima collaborazione in un ambiente sereno e piacevole, reso possibile anche da un'organizzazione funzionale e una comunicazione chiara ed efficace che è alla base della cura di qualità.

Cura che in questo contesto, non si limita a interventi clinici in senso stretto, ma si integra a un dialogo con i pazienti che talvolta si recano in ambulatorio alla ricerca di una parola di conforto e di rassicurazione per superare un momento di preoccupazione. Tale sentimento è spesso legato alla perdita di autonomia e indipendenza e talvolta alla nostalgia della quotidianità prima

dell'ingresso; un aiuto può essere un gesto di affetto o semplicemente il porsi in ascolto, aperti al dialogo e disponibili a chiarire dubbi e perplessità.

Ciò non solo rafforza il rapporto di fiducia medico-paziente, ma contribuisce anche a creare il clima familiare che si respira nella struttura, dove gli ospiti entrano a fare parte di una comunità unita che si rafforza con l'inclusione dei familiari, parte spesso molto attiva in ogni processo decisionale. I familiari, che quotidianamente fanno visita e si prendono cura dei propri cari, sono un supporto fondamentale. Possono essere anche una fonte di insegnamento nella costruzione di una relazione empatica e nel mostrare la disponibilità umana necessaria in un momento delicato. Questo è sicuramente un aspetto che non manca in questa struttura, dove parenti e amici degli ospiti si relazionano con serenità e fiducia con il personale. L'approccio multidisciplinare e la collaborazione tra il personale, insieme al coinvolgimento delle famiglie, sono elementi che contribuiscono in modo significativo a garantire una cura completa e personalizzata.

Tale esperienza mi conferma quanto sia importante la cura della persona nella sua interezza, non solo dal punto di vista sanitario, ma anche emotivo e relazionale per creare un clima di fiducia e di serenità essenziale per la qualità della vita degli ospiti. Ogni giorno in RSA si impara quanto sia fondamentale unire competenza tecnica e umana per rispondere ai bisogni delle persone in modo autentico e rispettoso.

Giulia Pedrini
medico della struttura



IL MODELLO PRIMARY NURSING

Non sarebbe bello avere un'assistenza personalizzata per il proprio familiare e instaurare un rapporto più empatico con il personale della struttura? Non sarebbe bello avere una o due persone di riferimento e che possa non conoscere il vostro caro in modo più personalizzato? Invito ogni familiare a riflettere su questo aspetto e a considerare l'opportunità di avere come riferimento un professionista in base alla necessità. E' possibile, secondo voi, che questo aspetto possa rappresentare un valore aggiunto per la RSA?

Sulla base di questa premessa, con l'intero team assistenziale abbiamo intrapreso un'approfondita raccolta di informazioni riguardanti il modello del Primary Nursing. Questo approccio, originatosi in contesto ospedaliero, si fonda sull'idea che ogni paziente necessiti di un'assistenza personalizzata e continua. Il modello enfatizza la relazione tra il paziente e l'infermiere, promuovendo un legame più forte che si traduce in un'assistenza più efficace. Quando il Primary Nurse non è in turno, gli operatori e gli infermieri sono tenuti a seguire le indicazioni fornite da quest'ultimo, mentre per la gestione di problematiche prioritarie è previsto un confronto collaborativo con l'intera equipe assistenziale.

In seguito a un'analisi approfondita dei contesti residenziali di APSP Brentonico e APSP Storo, nei quali è stato implementato il modello di Primary Nursing, abbiamo deciso collegialmente di calare il modello anche nella nostra realtà cercando di armonizzare il paradigma ospedaliero con le esigenze di presa in carico del residente in RSA.

Così, nel mese di aprile siamo partiti con questo progetto e desidero esprimere la mia piena soddisfazione per i progressi finora registrati nella gestione assistenziale. Ho avuto l'opportunità di interagire con alcuni familiari e ho ricevuto feedback estremamente positivi: "Ho già comunicato alla mia OSS Primary come gestire le gocce della mamma..." e "Sono stato contattato dalla OSS Primary della mamma per ricevere indicazioni sulla gestione dei suoi apparecchi acustici; mi sono sorpreso che ci sia stata questa attenzione". Ma anche altre opinioni positive di familiari che mi dicevano di aver parlato con l'operatore per la gestione della pasta per la dentiera o con l'infermiera per le alzate da prediligere il pomeriggio o in alcuni giorni della settimana... Questi aspetti anche prima venivano presi in carico ma ora abbiamo la "garanzia" di un'unica fonte a cui fare riferimento. Quindi se una strategia non funziona si prova con un'altra e il Primary individuato avrà memoria del percorso seguito. Ma gli elementi più positivi e significativi sono stati forniti dai residenti, i quali hanno dimostrato un elevato grado di adesione al progetto e di coinvolgimento. Ad esempio, un giorno una residente mi ha informato che più tardi avrebbe parlato con la sua Primary del suo piumino della camera perché voleva cambiare la fodera e un'altra, sempre riferita a una Primary: "Quando viene in turno dobbiamo trovare una soluzione per quale sia il giorno migliore per fare il bagno". Altri residenti, invece, hanno riferito di aver collaborato con il loro Primary per concordare strategie nell'affrontare specifiche problematiche, come la gestione del posto in sala da pranzo o la gestione della parrucchiera. Questo non rappresenta solo una mia opinione, ma un'evidenza concreta: l'attribuzione di responsabilità non è semplicemente un atto di fiducia, bensì la chiave che apre le porte alla soddisfazione e alla realizzazione del potenziale individuale.

Certo, sono consapevole che alcuni lettori in questo momento si stiano chiedendo se il loro familiare sia tanto fortunato ad avere queste figure di riferimento. La risposta è sì. Tutti i residenti hanno un OSS Primary e un infermiere Primary. E perché non ne siamo al corrente? Perché non si sono presentati? Come in tutte le realtà di un'organizzazione complessa come quella in RSA, le persone esterne vedono solo la punta dell'iceberg. Infatti, gli OSS e gli infermieri assegnati come "Primary" sono responsabili della preparazione della modulistica relativa al Piano Assistenziale Individuale (PAI) per i residenti a loro affidati, documentano le consegne nel diario mantenendo elevati standard di responsabilità e impegno, seguono rigorosamente l'assistenza pianificata e collaborano in sinergia con il resto del team. Nel caso in cui un familiare non sia a conoscenza dell'identità del proprio OSS o infermiere Primary, può richiedere informazioni in infermeria o a me per interfacciarsi poi con il professionista designato. Inoltre, se i Primary del vostro familiare non si sono interfacciati direttamente con voi o non vi hanno chiamato al telefono per chiedervi qualche informazione, sappiate che le diverse modalità di relazione e di approccio non danno meno valore alla presa in carico. Come persone non siamo tutti uguali e, come in tutte le società, abbiamo una diversificazione dei caratteri che è intrinseca alla natura umana; ogni individuo porta con sé una combinazione unica di esperienze, culture, valori, e personalità, che contribuiscono a creare un tessuto sociale ricco e variegato. Questa diversificazione è fondamentale per l'assistenza, l'obiettivo primario dell'equipe sta proprio nel mettere al centro la persona (familiare, paziente, residente... a seconda del contesto in cui si trovi il soggetto) collaborando tutti per migliorare gli esiti di salute e il benessere complessivo delle persone assistite.

Il modello del Primary Nursing è partito passo passo, è un processo che evolve e prende forma man mano che il tempo passa. Penso che la chiave per favorire da parte di entrambe le parti (familiari e professionisti) una conoscenza reciproca e una maggior apertura sia il facilitare la conoscenza reciproca al fine di costruire un percorso di assistenza che sia al contempo accogliente e altamente professionale per ogni persona che risiede in RSA.

Rita Nardon, Coordinatore dei servizi socio-assistenziali



UN ANNO RICCO DI EMOZIONI

Sono Sara Ghezzer, psicoterapeuta e neuropsicologa, e da gennaio di quest'anno sono la psicologa della casa. Quando a inizio anno è arrivata la proposta di poter lavorare in struttura non posso nascondere di aver provato un misto di emozioni: senza dubbio entusiasmo per questa nuova opportunità, ma anche qualche timore e riserva.

Vi racconto qualche cosa di me per spiegare meglio queste emozioni contrastanti. Fin da quando ho superato l'esame di stato e ho avuto l'abilitazione a esercitare la professione, mi sono impegnata con alcune colleghe per fondare una realtà "mia". Nel 2014 ho fondato NeuroImpronta, una cooperativa nella quale ho sempre potuto decidere di cosa occuparmi, come gestire il mio tempo e a quali progetti dedicarmi. Certo ho sempre amato molto il lavoro con gli anziani, e mi occupo da molti anni di stimolazione cognitiva, prevenzione, sostegno dei caregivers e di tante altre tematiche legate all'invecchiamento. Però, come dicevo, ho sempre scelto io, quindi i miei timori derivavano dall'idea di faticare a adattarmi a delle procedure, delle scelte, dei tempi che non erano stabiliti da me.

Visto che è passato quasi un anno posso dirvi con certezza che le mie paure erano infondate. Fin da subito mi sono sentita accolta e ascoltata, in primo luogo dal personale, e poi anche dai residenti. Già dai primi giorni ho trovato tanta disponibilità nell'insegnarmi gli aspetti più burocratici del lavoro, ma anche tanto ascolto e entusiasmo per le mie proposte legate al benessere psicologico dei residenti, dei loro familiari e anche del personale. Ho trovato dei colleghi aperti e generosi, delle volontarie appassionate e dedicate, ma soprattutto delle persone uniche e speciali nei residenti.

Del mio lavoro fa parte la somministrazione dei questionari cognitivi ai residenti: si tratta

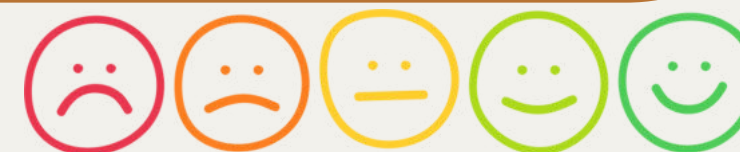
di semplici test di screening che servono per valutare la presenza di difficoltà cognitive. Ma questo momento formale costituisce l'occasione per parlare con i residenti, capire che cosa li fa sentire bene e che cosa li preoccupa, in una parola conoscerli meglio. Ho ascoltato e accolto tante emozioni, imparato dalle loro storie e dalle sfide che hanno affrontato nella vita. Sto cercando di fare mie tante testimonianze di saggezza e di accettazione della vita. Quello che porto con me ogni volta che esco dalla struttura per ritornare a dedicarmi al mio solito lavoro sono gli sguardi alle volte dolcissimi, ma anche tristi e spaesati; le risate di cuore, ma anche le lacrime e le arrabbiate; i gesti di affetto e di vicinanza e le richieste di essere lasciati soli, di riposare.

Si vivono tante esperienze contrastanti, tutte accumunante dall'unicità di ciascuno e dalla dignità e importanza di ciò che ognuno prova. Imparo ogni volta l'importanza dell'ascolto, anche se il linguaggio non si capisce, anche se il mio interlocutore è disorientato. Ascoltare significa anche vedere, dare importanza all'altro.

Nella vita siamo spesso trafelati e di corsa, qui sto imparando il valore dell'attendere, del rispetto dei tempi altrui e che ogni minuto dedicato a dare attenzione e ascolto è un minuto che regala all'altro importanza e a me gratitudine per ciò che posso imparare.

Dopo tanti anni di studio e lavoro, sto ancora imparando tanto proprio dai residenti, offro in cambio la mia professionalità e la mia esperienza per sostenerli e contribuirli al loro benessere. Ho come l'impressione però che questo scambio sia impari e che sia molto di più quello che ricevo.

Sara Ghezzer
psicologa della struttura



QUALCHE SUGGERIMENTO

In presenza di un deterioramento cognitivo grave è importante che l'ambiente fisico e relazionale si adeguino alle capacità residue della persona: facciamo meno esercizi, stimoliamo meno. Piuttosto dedichiamoci all'ascolto e alla stimolazione sensoriale (massaggi, musica gradita, ambiente tranquillo..)

In presenza di emozioni, anche molto intense, che non riusciamo a comprendere, non cerchiamo di reprimerle o di distrarre. Reprimere le emozioni le fa diventare ancora più forti.

Cerchiamo di ascoltare, dare importanza e poi offrire un aiuto. Ogni emozione è valida e legittima.

UN LEGAME SPECIALE: L'IMPORTANZA DELLA RELAZIONE NELL'ACCOMPAGNAMENTO DEL MORENTE

Ricordo ancora quello squillo del telefono... Ilaria, puoi andare nella stanza del signor G. Il residente si trova in accompagnamento fine vita, è abbastanza agitato...puoi rimanere finché arrivano i famigliari?" Non esitai e mi diressi verso la sua stanza. Bussai alla porta ed entrai con molta discrezione nella stanza. Il signor G. mi guardò fisso negli occhi e mi disse: " Aiutami, sento che la morte è vicina...Ho paura!" I suoi occhi si riempirono di lacrime, i miei rimasero lucidi, lo guardai negli occhi e gli dissi: "Io sono qui con te!". Il signor G. mi tese la mano e me la tenne fino all'arrivo dei famigliari. In quell'istante la mia mente fu invasa da mille domande: "avrò fatto bene? Potevo fare di più? "...ma io ero lì e l'ESSER-CI in quel momento è stato importante sia per il morente che per i famigliari che non hanno trovato il loro caro da solo. Questo è stato il mio primo approccio alla sofferenza e mi ha fatto comprendere quanto l'accompagnamento al fine vita nelle Residenze Sanitarie Assistenziali (RSA) rappresenti una sfida complessa e delicata, che richiede un approccio multidisciplinare e una profonda sensibilità umana. In questo contesto, il ruolo dell'animatore assume un'importanza cruciale, integrandosi con quello di altre figure professionali per garantire un percorso di cura completo e personalizzato. La pratica dell'accompagnamento riconosce nel morente la dignità di persona e ne valorizza la dimensione relazionale.

Qualche mese fa ho avuto la possibilità di seguire un corso con padre Gruber, che da oltre quarant'anni si occupa di accompagnare i morenti all'ospedale di Merano. La formazione mi ha permesso di comprendere che le strategie terapeutiche dell'accompagnamento si fondano più sul prendersi cura che sul curare e sono orientate a mantenere un rapporto di aiuto nella logica dell'ascolto attivo e del camminare accanto.

Nelle due giornate formative Padre Gruber ci ha illustrato la teoria delle 5 colonne che riguardano l'identità della persona. La prima colonna fa riferimento al benessere fisico, la seconda colonna si riferisce al livello comunicativo e sociale, la terza riguarda il mondo del lavoro e l'esigenza di riconoscimento, la quarta rappresenta la sicurezza economica che si indebolisce con l'avanzare degli anni ed infine la quinta è definita colonna del significato. Questa colonna, la più importante per i pazienti morenti, invita le persone ad interrogarsi sul senso delle proprie azioni e della propria vita e contribuisce notevolmente a mantenere l'identità anche con l'età, sebbene la malattia, la solitudine, l'insicurezza dominino sempre più la vita. Verso la fine dell'esistenza, in particolare in età avanzata, diventa sempre più incalzante l'interrogativo sul significato. La colonna del significato può sostenere le altre colonne affinché non crollino e chi è vicino alla morte possa conoscere ancora la propria identità.

Altro aspetto trattato dal formatore che mi ha colpito e affascinato nello stesso tempo è stato il paragone del momento finale della vita alla "teoria degli innamorati" che illustra come il morente sia innamorato del suo corpo tanto che non vuole lasciarlo andare. Ci fa pensare a due innamorati che si stanno baciando in mezzo al traffico: auto che sfrecciano, clacson che suonano, ma intorno a loro sembra che non ci sia nessuno che li disturbi ... nessuno li ferma, nessuno li



"Il tempo è...
troppo lento per coloro che aspettano,
troppo rapido per coloro che temono,
troppo lungo per coloro che soffrono,
troppo breve per coloro che gioiscono,
ma per coloro che amano il tempo è eternità."
Henry Van Dyke

interrompe, sono soli immersi in un bacio a ritmo del loro respiro. Il respiro rappresenta la chiave di lettura della teoria degli innamorati: ci si orienta al ritmo respiratorio del morente. Chi ama è in grado di sentire come sta la persona cara senza parlarsi. Questo ritmo di respirazione tra il morente e la persona che sta accanto viene rispettato parlando, pregando, cantando, accarezzando o semplicemente respirando insieme. Lo stare nella stanza del morente e semplicemente respirare insieme a lui non lo fa sentire solo, lo rassicura nel suo ultimo viaggio della vita.

Ilaria Siori
responsabile del Servizio animazione





SERVIZIO CIVILE: UN'OPPORTUNITA' DI CRESCITA



Sono un ragazzo di 20 anni di Pressano che ha scelto di fare l'esperienza del servizio civile. Conoscevo già questa opportunità perché ne avevo sentito parlare da altri ragazzi della mia età.

Sono andato sul sito dello SCUP (Servizio Civile Universale Provinciale) e ho fatto richiesta. Tra le varie possibilità di scelta dei progetti c'era quella dell'APSP di Mezzocorona. In questa casa di riposo tre anni prima avevo partecipato al progetto "Together: giovani e anziani insieme in RSA" della durata di due settimane, durante l'estate del 2020. Mi ricordavo bene della piacevole esperienza, quindi ho scelto di tornare proprio lì, e questa volta mi sono messo in gioco per la durata di un anno.

Con me ha partecipato anche un'altra ragazza, Marta, e così abbiamo iniziato il servizio a novembre 2023.

Fin da subito mi sono sentito accolto, tutto il personale mi ha aiutato ad inserirmi nel contesto della casa di riposo.

Lavorare nell'animazione a stretto contatto con gli ospiti è stato veramente costruttivo per me. Giocare e conversare insieme a loro è stato interessante e divertente.

Con entusiasmo ho partecipato all'organizzazione delle varie attività ludiche, inizialmente aiutato ed affiancato, poi sempre di più in autonomia.

Ho avuto l'occasione di conoscere numerosi anziani che mi hanno trasmesso le loro storie e la loro esperienza di vita, cosa che mi ha fatto crescere e maturare.

Voglio ringraziare le due animatrici Ilaria e Alba per tutto il supporto, la mia responsabile Paola, il Direttore, Marta, i partecipanti all'intervento 19 e tutti coloro che hanno collaborato con me.

Un anno è passato molto velocemente e io spero di aver lasciato qualcosa di buono, sicuramente voi e gli ospiti me ne avete lasciato tanto!

GRAZIE!

Lorenzo Fenice



Gina



Clarina



Giovanni

In questo breve articolo desidero raccontare cosa ha significato per me il progetto di Servizio Civile (SCUP) all'interno di questa casa di riposo.

Ho scelto di intraprendere questo percorso durante i miei studi universitari per avvicinarmi e sperimentare nell'ambito professionale in cui mi piacerebbe lavorare in futuro.

Inizialmente, nonostante tutte le informazioni ricevute riguardo il Servizio Civile, non avevo idea di cosa aspettarmi e, soprattutto, non sapevo come mi sarei inserita all'interno del contesto della casa di riposo. Effettivamente le difficoltà iniziali non sono mancate ma, grazie al prezioso aiuto delle animatrici, del personale che lavora con l'animazione e dei dipendenti con cui ho collaborato quotidianamente, sono riuscita a trovare il mio equilibrio.

Questa esperienza mi ha permesso di mettermi in gioco e crescere sia dal punto di vista personale, sia professionale, mettendo in pratica le mie conoscenze pregresse e acquisendone di nuove, anche grazie alle attività di formazione.

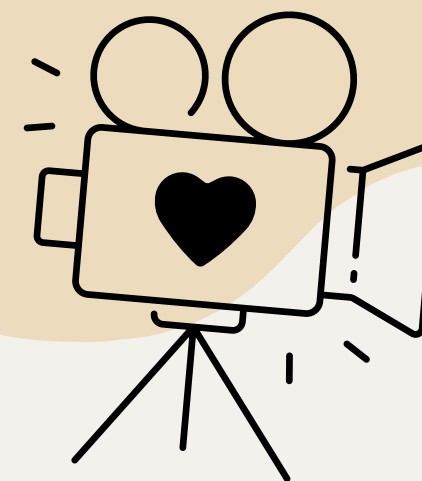
Ho passato un anno molto intenso e pieno di emozioni suscitate soprattutto da sorrisi, parole e racconti dei "nonni". Spesso è bastata una semplice chiacchierata o un'attività di animazione in compagnia per passare bei momenti di spensieratezza insieme.

Grazie a questo percorso ho capito l'importanza dell'ascolto: in un contesto come quello delle RSA fermarsi ad ascoltare un pensiero o una storia è una forma di cura, significa riconoscere valore a chi sta parlando.

Il Servizio Civile è stata un'esperienza molto significativa che ha avuto un forte impatto sulla mia crescita personale e lavorativa. Rimarrà sempre un ricordo positivo che porterò con me nelle esperienze future..

Marta Clementel

UN AFFETTIVO RICORDO DI DUE PERSONE CARE



Mi è stato chiesto di scrivere un ricordo di due persone, da poco scomparse, che in vario modo e per un lungo periodo hanno dedicato tempo ed energie alla nostra Casa di riposo. Sto parlando del signor Livio Pangrazzi e del signor Fabio Weber. Lo faccio molto volentieri e con una certa commozione, perché avendo collaborato a lungo con entrambi ho avuto modo di conoscerli a fondo e di apprezzarne le qualità e i valori sui quali hanno fondato il loro impegno in Casa di riposo: relazioni, solidarietà, rispetto, fiducia.

Livio è stato consigliere nel Consiglio di Amministrazione della nostra Casa dal 2001 al 2015, seguendone con competenza e passione il passaggio da IPAB (Istituzione per l'assistenza e beneficenza) all'attuale APSP (Azienda pubblica di servizi alla persona). Pacato nei modi, discreto, pronto a esprimere e a sostenere con convinzione le proprie idee, ma attento e sensibile, rispettoso di quelle altrui, Livio stava volentieri in compagnia e, pur non amando "le luci della ribalta", interveniva, magari all'improvviso ma mai fuori luogo, con qualche battuta di fine umorismo, non banale.

Abbiamo percorso insieme un pezzo di strada, anni di grandi cambiamenti per la Casa di riposo: accettato l'invito del sindaco Mauro Fiamozzi a far parte del Consiglio di Amministrazione, mise a disposizione la sua competenza e le sue conoscenze per un proficuo lavoro di squadra che, credo, abbia dato buoni frutti. La sua specifica preparazione professionale in determinati campi, il desiderio di capire, di approfondire e di confrontarsi, il suo impegno metodico e pragmatico, i suoi preziosi consigli e le sue

proposte sempre volte al "bene comune" mi sono stati di grande aiuto, e nei momenti di difficoltà anche di conforto e sostegno. Per completare il suo ricordo mi piace rammentare che Livio, oltre a ricoprire il ruolo di amministratore, apparteneva anche alla schiera dei volontari, con un incarico di grande responsabilità. Al bisogno ritirava, infatti, dall'infermeria le provette delle analisi e le consegnava al Centro prelievi di Mezzolombardo. E' stato, inoltre, un promotore dell'attività "Giovedì in piazza", che ha seguito fin dall'inizio in prima persona, coinvolgendo altri amici, convinto che un giro al mercato, una sosta al caffè e soprattutto una preghiera recitata insieme con fede nella nostra bella chiesa parrocchiale potessero portare beneficio agli anziani.

Il tempo che Livio ha speso con passione e generosità per il nostro paese, a favore degli anziani è stato tanto, sottratto in parte all'amatissima moglie Carla, che ringrazio ancora per la disponibilità con cui ha appoggiato Livio nel suo incarico.



Non è difficile parlare di quanto il signor Fabio ha fatto a favore della nostra Casa di riposo, anzi si corre il rischio di dimenticare qualcosa, tanto lunga e generosa è stata la sua attività in struttura, iniziata negli anni ottanta (del secolo scorso!), che soltanto il Covid ha interrotta. Quando c'era bisogno di aiuto lui era in prima fila, con disponibilità e passione, senza limiti di tempo, accompagnato dalla sua videocamera, per riprendere i tanti momenti allegri e di spensieratezza dei nostri anziani. Come non ricordare i suoi famosi filmini, che poi di tanto in tanto riproponeva con orgoglio agli anziani "nuovi" della Casa?

Anno dopo anno, iniziativa dopo iniziativa il nostro infaticabile Fabio era sempre presente: allo stand dell'AVIS in occasione del Settembre Rotariano dove i nostri anziani sono stati tradizionalmente invitati a gustare un buon "tortel", a teatro per le rappresentazioni a loro dedicate, alle cene di fine estate organizzate



dall'Amministrazione come momento socializzante per anziani ospiti, famigliari, personale, autorità e volontari, ai "Pergola party" nelle campagne dei signor Pietro Dalri, alla Grotta per la Santa Messa nel mese mariano di maggio, alla Festa di Santa Lucia organizzata dall'AVIS in struttura... Agli inizi degli anni duemila aderì con entusiasmo alla campagna di sensibilizzazione attivata dal Consiglio di Amministrazione, rivolta alle associazioni della borgata per organizzare iniziative ricreative a cadenza fissa. Fu così che il caro Fabio ideò e organizzò le attività "Film e documentari a misura di anziano", con la proiezione di vecchi film famosi e "Musica in terrazza" con canti della tradizione popolare, entrambe molto amate dagli anziani e utili per far riemergere in loro vecchi ricordi. Arrivava puntualissimo, come sua abitudine, ogni quindici giorni con i suoi borsoni contenenti tutto l'occorrente per la proiezione, accompagnato e aiutato dal fidato amico Graziano Pichler. Era felice quando vedeva gli anziani, numerosi, che lo attendevano, controllava che tutto fosse a posto e iniziava il suo "lavoro". Con il suo entusiasmo aveva, di volta in volta, coinvolto altri volontari, avisini e non, che considerava suoi "assistenti", Gianni, Valentina, Alida, Lisetta e altri, ai quali richiedeva costanza, puntualità e rispetto delle regole, qualità che lui possedeva e metteva a disposizione. Cari Livio e Fabio, un grazie dal profondo del cuore! Non vi dimenticherò!

Adele Martino
ex presidente dell'APSP Cristani-De Luca,
attualmente volontaria



L'ASSOCIAZIONE AVULSS SI RACCONTA

Siamo già alla fine di questo anno 2024, il tempo passa veloce, forse proprio perché siamo impegnati!!

Avulss è un'Associazione di volontariato, dove le persone iscritte offrono il loro tempo e le loro forze per aiutare chi ha bisogno.

Noi facciamo volontariato per lo più presso le A.P.S.P. di Mezzocorona e Mezzolombardo, aiutiamo l'Associazione "Un mondo per amico", partecipando al settembre rotaliano. Aiutiamo le animatrici nelle molteplici iniziative e attività e in lavanderia.

L'animazione promuove le relazioni e la socializzazione; come volontari entriamo in contatto con persone che hanno perso l'entusiasmo e anche la voglia di fare, quindi è importante un sorriso, non parole, saper dare una mano, un aiuto.

E' molto bello anche per noi, vedere gli ospiti che partecipano con entusiasmo ai giochi che proponiamo, si sforzano e sorridono quando indovinano la risposta esatta. Questo è il risultato più bello per chi si dedica al volontariato: sapere che attraverso il nostro impegno e il nostro tempo riusciamo a far trascorrere alcuni momenti gioiosi alle persone.

Come ogni anno il mese di maggio siamo saliti alla grotta con un bel gruppo di ospiti della Casa di riposo, per partecipare alla Santa Messa con Don Giulio, per esprimere con preghiera e canti la propria devozione a Maria, madre di tutti.

Tutti gli ospiti erano entusiasti e soddisfatti. Il mese di maggio abbiamo fatto, con Avulss di Lavis, la gita mariana in programma ogni anno; ci siamo recati a Chiampo, un bellissimo complesso.

Abbiamo visitato la Grotta con la statua della Vergine posta in una nicchia e scolpita dal Beato Claudio; ai piedi di questa c'è la tomba del Beato.

Abbiamo ammirato una chiesa moderna edificata in onore di fra Claudio e infine abbiamo fatto il percorso della Via Crucis

all'interno di un bellissimo parco botanico. In questa giornata il nostro impegno nel volontariato è stato più volte incoraggiato. Queste gite servono a noi volontari per scambiarsi idee sul lavoro che svolgiamo e per conoscerci.

Durante l'anno facciamo sempre il corso di formazione permanente, tenuto da docenti ad indirizzo religioso, medico e psicologico. Purtroppo il mese di dicembre 2023 ci ha lasciato una nostra volontaria: Gabriella Trevisan, morta improvvisamente. Era molto allegra, cantava con gli ospiti e li intratteneva. Ci manchi Gabriella, è stato bello lavorare con te.

Anche il nostro amico Fabio Weber dell'Avis ci ha lasciati in questo 2024: ogni 15 giorni di giovedì trasmetteva il film, documentari e musica, intrattenendo gli ospiti.

Da pochi giorni poi, anche la nostra volontaria Carla Piazzola, ci ha lasciati;



anche lei ha sempre svolto volontariato con dedizione, nell'aiuto del parroco per la Santa Messa e la Comunione. Ci dispiace moltissimo, li ricordiamo con tanto affetto, ci mancano questi preziosi collaboratori!!

Noi soci dell'Avulss di Mezzocorona continueremo ad operare, cercando di fare del nostro meglio, ma saremo ben lieti di accogliere nuovi volontari anche più giovani di noi perché ci possa essere un ricambio per poter continuare questa attività.

Lisetta Ravelli
Presidente Avulss

ALCUNI DEI NOSTRI VOLONTARI





Per chi non mi conosce, mi chiamo Elisa e esattamente 5 anni fa ho iniziato un tirocinio qui all'APSP Cristani - De Luca nel servizio animazione. Inizialmente il tirocinio doveva essere di 4 mesi ma poi, ho avuto una proroga di altri 4 mesi.

L'anno dopo sono stata assunta dalla Multiservizi - Antropos S.c.s. e questo è il quarto anno che lavoro tramite l'intervento 3.3.D.

Mi sono sempre trovata bene con tutti, sia con gli ospiti che con i colleghi, anche perchè mi piace aiutare le persone e mi fa sentire utile.

Quest'anno vorrei raccontarvi del "Musicando", che si svolge qui in Casa di Riposo, ogni giovedì pomeriggio.

In pratica si forma un cerchio con le sedie e le carrozzine, dove gli ospiti iniziano l'attività con curiosità, quasi fosse un gioco per loro.

L'Animatore fa pescare all'ospite, un bigliettino, su cui c'è scritto il titolo della canzone che verrà ascoltata.

L'anziano non solo dovrà ASCOLTARE ma cercare di INDOVINARE IL TITOLO della canzone scelta.

A qualcuno scappa una risata, probabilmente ripensando a un bel momento che la canzone gli ha fatto tornare alla mente!

C'è chi muove un piede o la testa a ritmo, ripensando ai tempi in cui ballava questa musica! E c'è chi prova a cantare!

Non solo un'attività divertente ma, cognitiva che comprende l'ASCOLTO di un brano, l'ANALISI indovinando il titolo o l'autore, il COMMENTO tra pari della stessa canzone, il RICORDO cosa non banale per chi soffre di patologie tipo l'Alzheimer o simili, il MOVIMENTO anche a ritmo, è utile e stimolante e l'USO DELLA VOCE cantando le canzoni.

Personalmente è l'attività che preferisco, perchè vedo, che gli ospiti maggiormente turbati o agitati, quando vengono coinvolti in un'attività come questa, si tranquillizzano e trovano un po' di svago o tranquillità emotiva!

Elisa Bendetti

INTERVENTO 3.3.D.

Mi chiamo Nicoletta e sono un'operatrice dell'intervento 3.3.D. (lavori socialmente utili promossi dall'Agenzia del Lavoro) presso la casa di riposo; lavoro che è capitato quasi per caso sulla mia strada, ma che fin da subito mi ha regalato tante soddisfazioni e gioia.

In questo breve articolo vi parlo della mia esperienza all'interno di un'attività che mi ha molto coinvolto ed a cui ho voluto dare il titolo "accanto a te".

"Accanto a te" è stato pensato come un percorso di accompagnamento alla morte, per stare accanto agli ospiti e non farli sentire soli in quegli attimi così delicati.

Il mio compito è quello di tener loro la mano, e attraverso il silenzio, l'uso di oli essenziali oppure di qualche musica che ricrei ambienti naturalistici, cerco di favorire un clima di quiete e armonia.

Accanto a te mi dà l'opportunità di mettere in campo tutta la mia sensibilità e calma e per questo ne sono immensamente grata.

Nicoletta Pisetta



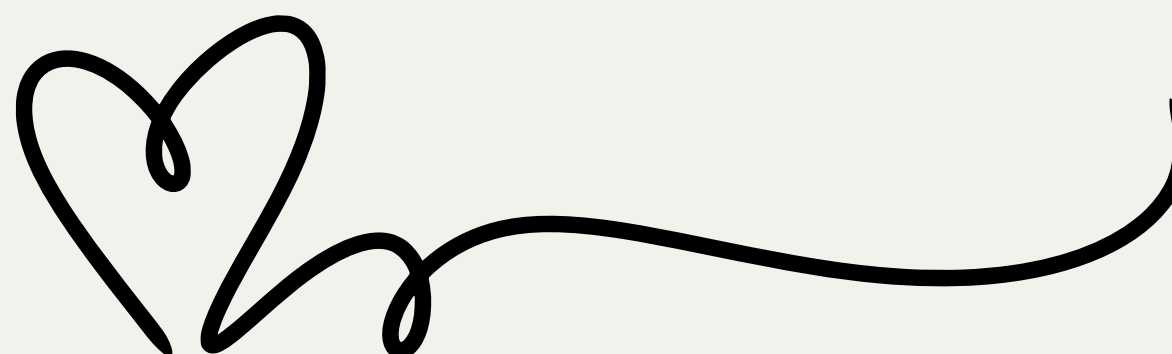
La mia esperienza presso l'APSP "Cristiani-de Luca di Mezzocorona, sia in veste di parente che di operatore del progetto 3.3.D., mi soddisfa molto. È il secondo anno che faccio questa esperienza e devo dire che, nonostante i colleghi del progetto 3.3.D. siano in parte cambiati, per quanto mi riguarda vado d'accordo con tutti/e.

Qui ogni giorno si impara qualcosa di nuovo e in compagnia ed allegria cerchiamo di far star bene i nostri carissimi ospiti. Quando un'ospite ci lascia, rimane un vuoto come se mancasse un nostro familiare.

Questo lavoro mi piace molto e finché mi è possibile voglio svolgerlo al meglio.

Con affetto.

Rosetta Moscon



TOGETHER 2024: RESOCONTO DI UN'ESTATE IN COMPAGNIA

Il nostro progetto "Together", del quale andiamo davvero molto fieri, anche quest'anno ci ha regalato delle belle soddisfazioni: abbiamo ricevuto trenta adesioni da parte di studenti delle scuole superiori con almeno 16 anni d'età, dei quali, al netto di qualche fisiologica rinuncia, ventiquattro sono stati ospiti e, allo stesso tempo protagonisti, dell'estate nella nostra Casa.

Hanno aderito al progetto diciassette ragazze e sette ragazzi, residenti nei comuni di Mezzocorona (7), Mezzolombardo (3), San Michele a/A, (2), Lavis (1), Predaia (1), Ton (1), Sorni (1), Pergine (1), Trento (5), Roncigno Terme (1) e Romeno (1). Dopo il complesso lavoro di distribuzione dei ragazzi nell'arco delle dodici settimane estive, tenendo conto dei loro innumerevoli impegni estivi (tirocini, soggiorni linguistici, vacanze con la famiglia...) e del limite massimo di presenza di due ragazzi al mattino e due il pomeriggio, il 17 giugno scorso abbiamo inaugurato il progetto "Together 2024".

Attraverso questo progetto il nostro obiettivo è fornire la possibilità ai giovani studenti, di vivere durante l'estate, un'esperienza di crescita formativa e di volontariato presso la nostra A.P.S.P., con beneficio anche dei nostri ospiti residenti.

Ai ragazzi viene offerta un'opportunità esperienziale che pone l'attenzione principalmente sugli aspetti relazionali, in particolare di tipo intergenerazionale. Questa esperienza può aiutarli nell'orientamento professionale e questo è un aspetto sul quale puntiamo molto. I giovani possono osservare il lavoro dei professionisti che operano in struttura (medici, fisioterapisti, infermieri, OSS, animatori...), in un'ottica di orientamento alle professioni sanitarie.

Al termine dell'esperienza ai ragazzi è stato rilasciato un attestato di partecipazione, valevole per l'acquisizione dei crediti scolastici con l'alternanza scuola lavoro.

In aggiunta, agli studenti che hanno completato il periodo di due o più settimane con una presenza attiva del 90%, a mero titolo di premio per l'impegno profuso, è stata assegnata una borsa di studio settimanale del valore di € 50,00 per la presenza di 4 ore/giorno e di € 100,00 per la presenza di 8 ore/giorno. Il progetto, realizzato in collaborazione con il Comune di Mezzocorona e la Comunità di valle Rotaliana Königsberg e giunto ormai alla sesta edizione, è un appuntamento sempre molto atteso ed apprezzato dai nostri ospiti.



Assunta e Margherita



Lina con Margherita



Gisella con Andrea



Renata e Nicole



Paola Postal



Rosana e Gaia



Giorgia con il gruppo



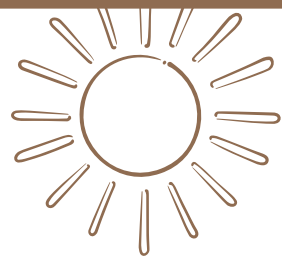
Elena con il gruppo



Silvianna e Marco



Renzo e Martin



Buongiorno a tutti! Mi chiamo Veronica, ho diciassette anni e vorrei raccontarvi della mia bellissima esperienza di alternanza scuola-lavoro che ho svolto presso la RSA di Mezzocorona. Il progetto "Together- giovani e anziani insieme in RSA" mi è stato proposto dalla scuola che frequento ed ho subito accettato; questa è stata una delle esperienze più importanti ed educative che io abbia mai fatto. Tutto il personale è stato davvero gentile nei miei confronti ed era sempre pronto ad aiutarmi o a consigliarmi in caso di necessità, grazie a loro mi sono sentita parte della struttura e apprezzata per ciò che stavo svolgendo.

Durante il tirocinio ho avuto la possibilità di partecipare a diverse attività, sia al mattino che al pomeriggio; inoltre ho potuto stringere amicizia con gli ospiti e con alcuni in particolare. Ogni giorno ero entusiasta e imparavo sempre qualcosa di nuovo, non vedevo mai l'ora di tornare in RSA e di scambiare due chiacchiere con i residenti; naturalmente ho avuto modo di ascoltare le loro storie, ma non solo: anch'io ho potuto raccontare loro della mia vita e soprattutto ho potuto essere ascoltata. Un'altra attività che vi posso citare è l'angolo lettura che l'animatrice ha organizzato per me; la mia più grande passione è scrivere romanzi e, siccome a breve il mio primo libro verrà pubblicato, le ho chiesto di poterne leggere qualche pagina agli ospiti. L'animatrice ha accolto con grande entusiasmo la mia richiesta ed ho quindi preparato un angolo nel piazzale della struttura dedicato alla lettura del mio libro.

È utile consigliare ad altri ragazzi di provare questa esperienza almeno una volta nella vita? Certamente sì! Purtroppo, al giorno d'oggi, i giovani sono assaliti dall'egoismo e dall'indifferenza; in una vita frenetica come quella che siamo abituati a vivere non c'è spazio a sufficienza per fermarsi ad ascoltare.

UN'ESTATE SPECIALE

Credo, però, che essere capaci di prestare attenzione alle persone sia molto importante ed è per questo motivo che consiglio a tutti di provare quest'esperienza almeno una volta nella vita; ascoltare le storie che i residenti ci raccontano può aiutarci a scoprire una vita diversa da quella in cui siamo abituati a vivere, una vita più difficile e più faticosa che certamente era molto più appagante della nostra. I nonni hanno bisogno di noi giovani, proprio come noi abbiamo bisogno di loro... farli divertire, scambiare due parole con loro o semplicemente regalarli un sorriso riempie i nostri cuori di gioia; ricordatevi sempre che spesso un sorriso vale più di mille parole ed è questo l'insegnamento che mi sono portata via da questa magnifica esperienza. Non è mai facile addentrarsi in contesti diversi ed estranei al nostro, tuttavia ritengo che sia necessario; bisogna rendersi conto che queste meravigliose persone hanno bisogno di trascorrere dei giorni felici e non c'è nulla di più importante che farlo insieme. Se vorrete seguire il mio consiglio, ve ne accorgete voi stessi; posso assicurarvi che questo tirocinio vi cambierà la vita e ve la farà guardare con occhi diversi, gli occhi del cuore in grado di comprendere e soprattutto di ascoltare gli altri. Così è stato anche per me, poiché sono stata ascoltata attentamente per la prima volta e sapere che ogni giorno c'era qualcuno che mi aspettava e che non vedeva l'ora di vedermi mi riempiva il cuore di felicità. Ho sempre trovato più semplice relazionarmi con gli anziani piuttosto che con i miei coetanei e questa esperienza lo ha dimostrato. Infatti, quest'inverno, ho deciso anche di partecipare ad un'attività di volontariato di RSA per portare ancora una volta un sorriso alle persone che mi hanno accolta e con cui ho sviluppato un solido legame.

Infine, colgo l'occasione per ringraziare Silvia, Bruna e Maria Neve per aver reso la mia esperienza ancora più bella ed importante. Grazie di cuore a tutti voi, non potrò mai dimenticare questo magnifico periodo!

Veronica Gasperi

Mi chiamo Karin e quest'estate ho partecipato al progetto "together" per il terzo anno consecutivo, solo che l'esperienza del 2024 si è rivelata diversa rispetto alle precedenti. Con gli anziani mi sono sempre trovata bene e sono sempre riuscita a dimostrare il mio affetto e questo lo devo alla mia cara nonna Aurelia, con la quale ho passato tutti i giorni della mia vita fino a luglio di quest'anno.



Le settimane che ho trascorso in casa di riposo sono state molto tranquille e devo dire che mi sono divertita ma ne ho compreso l'importanza poco dopo averle terminate, a seguito della morte di mia nonna, il 23 luglio 2024. Purtroppo lei era ammalata da Natale dell'anno scorso e nell'arco degli ultimi mesi trascorsi con lei l'ho vista cambiare più e più volte; si trasformava giorno dopo giorno, fino a diventare fragile e "piccola", in cerca di qualcuno che la potesse difendere. Dopo la sua morte la nonna ha lasciato un vuoto in me e dentro al cuore della mia famiglia e nell'aria dei corridoi di casa "rimbombano" ancora i ricordi di quei giorni felici in cui era sana e forte, in cui ci rallegrava con le sue battute in dialetto noneso, ci cucinava i suoi famosi gnocchi di patate o il suo buon minestrone di verdure, ci chiedeva di giocare a briscola per trovare conforto nella sua famiglia e sentirsi meno sola, e mi diceva che ero la sua "dolce Karin". Tuttavia non sono svaniti neanche i ricordi brutti, quelli di quando continuava a cadere dalla sedia, quando chiamava "aiuto" perché non stava bene, quando ha perso la parola, quando ha perso la fame e la mobilità del corpo. Dopo che se n'è andata mi sono resa conto che avevo sottovalutato la sua condizione di salute, convinta che sarebbe stata al mio fianco per sempre, e sono pentita delle azioni non fatte e delle parole non dette quando ne avevo l'occasione. Così ho realizzato quanto fossi sola senza mia nonna solo dopo che è volata via dalle mie braccia. Il tutto si è trasformato per me in una grande lezione di vita che mi ha consentito di comprendere l'importanza di alcuni valori che prima ignoravo, come il più importante: la famiglia. Inoltre, ho compreso quanto una persona anziana, una volta superata una certa età, diventi vulnerabile rispetto al mondo che la circonda e di quanto abbia bisogno di affetto e attenzione da parte delle persone a lei care. Penso che molte famiglie possano trovarsi in questa situazione e ho capito che sono tanti i sacrifici fatti da parte dei figli delle persone malate e altrettanto è il tempo che si deve spendere per prendersene cura. In casa di riposo ho conosciuto ospiti che mi hanno "preso il cuore" e pensandoci bene, molti di loro mi ricordano la nonna. Se avrò ancora l'occasione di aderire a questo progetto, non rifiuterò neanche una partita di briscola, ascolterò le esigenze del singolo e cercherò di donare calore, facendo rivivere i dolci ricordi di mia nonna in quegli attimi fugaci.

Karin Tomasi



Mens sana in corpore sano è un bel detto latino, tratto dalle satire di Giovenale, che sintetizza un concetto ragionevole e ben noto: il benessere fisico è fondamentale per quello psichico e viceversa.

Tutti cerchiamo di seguire quest'indicazione sollecitati anche da una cultura diffusa che promuove la cura del fisico col miraggio di un'eterna giovinezza (collegata ad una evidente spinta commerciale). Non deve sorprendere né scandalizzare: è una pulsione che combacia con un desiderio naturale.

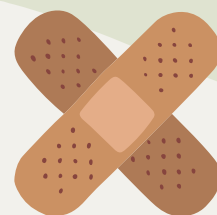
Ma cosa accade quando il benessere fisico viene meno?

È utile non posticipare troppo questo genere di riflessioni: come è vero che invecchiando ci gioverà moltissimo aver fatto il necessario per stare bene fisicamente, così allo stesso tempo dobbiamo maturare l'idea che potremmo anche non stare bene, che potremmo essere soggetti a qualche patologia. In ogni caso prima o poi ci capiterà di vivere un inevitabile decadimento fisico, probabilmente fino alla perdita dell'autonomia.

Date queste premesse, è saggio attrezzarci per mantenere almeno una buona qualità di vita psichica. Parliamo di un processo che gli adulti devono intraprendere ben prima di trovarsi di fronte all'inevitabile: così come nel fisico la prevenzione inizia con uno stile di vita sano da giovani, una buona vecchiaia passa in gran parte attraverso questa maturazione della consapevolezza che si esprime attraverso scelte fatte oggi che possano creare delle condizioni positive tra molti anni. Cosa ci può aiutare in questo senso? Dove troviamo le risorse per fare un percorso che ci accompagni ad una vecchiaia emotivamente serena?

Forse una risposta la possiamo cercare attraverso questa domanda: cosa ci resta, alla fine della nostra vita? Cosa vogliamo avere con noi negli ultimi momenti?

MENS SANA IN CORPORE SANO. E DOPO?



Cosa può dare senso alla vita anche quando non si ha apparentemente più niente da dare o da fare?

La risposta di solito è questa: gli affetti. Da un lato ci piace essere amati, dall'altro abbiamo la sensazione di "perdere senso" quando gli altri non hanno più bisogno di noi. Se queste due condizioni ci sono, cioè l'amore degli altri e la possibilità, da parte nostra, di rispondere a un bisogno di chi amiamo, questo è ciò che gustiamo fino all'ultimo istante della nostra vita: qualcosa che nasce e vive solo nel mondo delle relazioni.

L'essere amati è qualcosa che capiamo e riconosciamo immediatamente. L'elemento del dare invece, la possibilità di corrispondere, è quello che faticiamo più a capire; c'è difficile pensare che anche quando si è "scassati" qualcosa si possa non solo ricevere ma anche dare. Cose semplicissime, anche senza muovere un dito, di cui possiamo fare qualche esempio.

Prima di tutto l'ascoltare, il prestare attenzione agli altri, interessarci, che è una grande modalità del dare; naturalmente il nostro affetto, la nostra comprensione.

Sembra incredibile quanto possano fare piacere un vero ascolto ed un vero interesse, una merce

rara,
oggi giorno.
E poi quando non siamo
più capaci di accogliere
gli altri possiamo essere
importanti anche
solo per quello che
siamo, anche solo
per il fatto di
esistere come corpi
inerti: siamo la
possibilità di fare
un'esperienza.

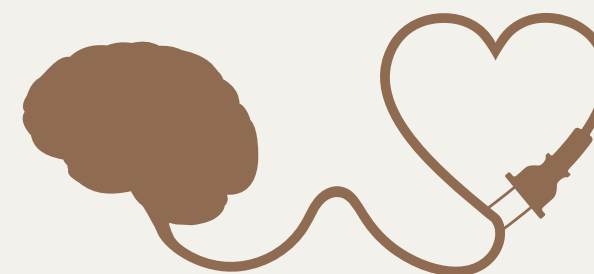


Gli altri, i nostri cari, possono, attraverso la nostra vita, fare esperienza della vecchiaia, del declino, magari anche del degrado, della sofferenza, della morte.

Ciascuno di noi rappresenta quindi una possibilità di esperienza per le persone che ci stanno intorno, e questo le fa crescere. Doniamo qualcosa ai nostri cari fino all'ultimo. Possiamo essere l'occasione per crescere i nostri figli già grandi (speriamo) di un'altra esperienza, e per le persone che ci assistono di esercitarsi un altro po' nell'amore e nella cura.

Non è poco.
In tutto questo ha sempre senso la vita;
anche quella che si spegne. La vita è qui, ed è
un'arte viverla e consapevolmente donarla.

Paolo Zanini
Farmacista





CON LA BIBLIOTECA ALLA SCOPERTA DEL FUTURISMO

La mostra organizzata dalla biblioteca a Palazzo Martini nei giorni 1,2,3 settembre 2023 dal titolo "Loving Depero", realizzata dagli artisti Paolo Frizzera e Luciana Zecchini, ha avuto un notevole successo e ha messo a contatto il pubblico con una tecnica artistica particolare, le tarsie di feltro, che sono la base dei grandi arazzi Deperiani. Quella mostra era stata visitata anche dai residenti della A.P.S.P. Cristani De Luca, che fra l'altro conoscevano i due artisti per altre collaborazioni intercorse.

In quell'occasione la biblioteca ha pensato che l'arte futurista di Depero si sarebbe prestata particolarmente per un'esperienza didattica che potesse unire un approfondimento teorico ad un'attività creativa sorprendente e divertente. Purtroppo però i giorni del Settembre Rotaliano non erano parte dell'anno scolastico e in quella location la mostra non poteva essere prorogata.

Per questo motivo, grazie alla disponibilità dei due artisti e a seguito della precisa richiesta di un'insegnante della primaria, ad aprile 2024 la biblioteca ha voluto ospitare nuovamente una selezione delle opere della mostra "Loving Depero", e collegare ad essa il laboratorio "Didatticarte con Depero", frequentato come previsto con entusiasmo da nove classi della scuola stessa.

A seguito di varie esperienze proposte negli anni, abbiamo maturato l'idea che avvicinare all'arte i bambini può diventare un'occasione per condurli verso esperienze conoscitive di fascinazione e stupore, che non si dimenticano e potranno condurli ad avere la curiosità di approfondire la materia. Questo in realtà vale anche per gli adulti e pur auspicando che possano visitare dei musei e vedere l'arte dal vivo, ricordiamo sempre che con i libri si può anche viaggiare stando fermi.

Per questo abbiamo ben rifornito la biblioteca di moltissimi libri sia per ragazzi sia per adulti, che parlano di arte e spesso di singoli artisti, rivolgendosi in modo particolarmente amichevole al lettore e affascinandolo con immagine di grande qualità.

In quest'ottica promozionale dell'arte, il laboratorio Didatticarte ci ha dato davvero grande soddisfazione e

l'obiettivo di questo laboratorio

è stato raggiunto non solo con gli studenti ma

anche con i residenti della A.P.S.P.

Cristani-de Luca, che su nostro invito lo hanno svolto il giorno 9 maggio.

La parte teorica è stata sviluppata attraverso la presentazione della bibliotecaria Stefania

Dalla Serra, con le immagini del videoproiettore, a cui è seguita la visita alla mostra curata dagli artisti Luciana e Paolo, consentendo di fare

un buon approfondimento sul futurismo

e sulla figura dell'artista trentino Fortunato Depero. La parte pratica curata dalla sottoscritta consisteva invece nella realizzazione di un'opera fatta disegnando con le forbici, figure geometriche o realistiche in gomma crepla e applicandole quindi su un foglio trasparente: l'esposizione di un simile quadretto su varie finestre cambiava lo sfondo al soggetto realizzato, e questo effetto, oltre

alla ricchezza dei colori, ci sembrava davvero in linea con l'idea futurista dell'innovazione, del movimento e del cambiamento.

Alcuni quadretti futuristi erano in stile Depero e ricordavano le tarsie degli arazzi mentre altri erano creazioni del tutto originali.

Ebbene la creatività dei residenti (dopo un'iniziale titubanza) si è espressa veramente al meglio

ed è stato un piacere (sicuramente non solo per me), vedere le opere

realizzate e quindi esposte presso

l'ingresso della casa di riposo.

La voglia di

collaborare con l'A.P.S.P.

c'è sempre, sia per la tradizionale rassegna

stampa che in un'occasione

quest'anno è stata anche

autogestita, sia per altre iniziative che potranno

nascere: ad esempio in questo periodo abbiamo

lanciato l'iniziativa dell'albero condiviso. La biblioteca infatti è la casa di tutti e

anche l'albero della biblioteca quest'anno lo fanno i decori di tutti, aspettiamo quindi anche quelli dei residenti!

Un caro augurio di buone feste e buon 2025,

Margherita Faes



LA VISITA DEL VESCOVO

Il 12 dicembre abbiamo avuto l'onore di accogliere Mons. Lauro Tisi presso la nostra struttura. La sua visita è stato un momento di grande gioia e spiritualità per tutti noi.



Caterina



Guido



Michelina



Gina



Vanda



Lucia



Giovanna



Remo



CONGRATULAZIONI

PER L'ARRIVO DI BIANCA A MAMMA SARA E PAPÀ ALESSANDRO
PER LA NASCITA DI NATALY A MAMMA YAHIRAE PAPÀ
RAFFAELE
PER L'ARRIVO DI ALBA A MAMMA EVA



RICORDIAMO I NOSTRI RESIDENTI DECEDUTI NEL 2024

Travaglio Anna
Concli Fernanda
Mittestainer Ambrosina
Pancher Alice
Brunetti Romano
Costa Elmo
Galassi Giuseppe
Michelon Alberto
Piffer Mario
Dalrì Gino
La Torre francesca
Dal Molin Lucia
Marmori Franco
Ferni Carla

Girardi Silvianna
Monauni Norberto
Claus Saverio
Lechthaler Aldo
Weber Pierino
Melchiori Gemma
Casagrande Miranda
Toniatti Carolina
Cicchetti Walter
Manica Mariella
Pedron Carlo
Viola Ida
Dalpiaz Mario

