

Fondazione Cecilia Caccia in Del Negro O.N.L.U.S.
via XX Settembre 21, Gandino (Bg)

LA VOCE

della Fondazione

Giornalino ideato dagli Ospiti e dagli Animatori
della Casa di Riposo di Gandino



Perché anche noi vogliamo dire la nostra!



ANNO 2 - LUGLIO 2007 - N° 8

Fondazione Cecilia Caccia in Del Negro O.N.L.U.S.
Via xx Settembre 21, 24024 Gandino (BG)
Telefono e fax 035/745447
E-mail: casariposo.gandino@sonic.it

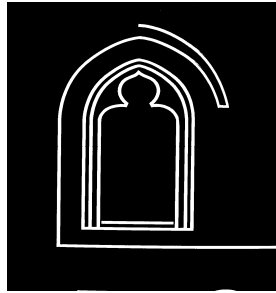
Dove trovare “La Voce della Fondazione”

Il giornalino è in distribuzione (OFFERTA LIBERA) presso la Portineria della Fondazione, in Sala Animazione e in paese presso il bar edicola “L’Antica Fontana”.
Potrete inoltre trovarlo in Biblioteca, negli Oratori e in qualche esercizio pubblico del paese.
Chi desiderasse riceverlo direttamente a casa, comunichi il suo indirizzo agli Animatori: la partecipazione alle spese di spedizione è fissata in euro 4 a numero.
Per informazioni contattare gli Animatori al numero di telefono sopra indicato dalle ore 09.00 alle 12.00 o dalle 13.00 alle 17.00 sabato, domenica e festivi esclusi.

Comitato di Redazione de “La Voce della Fondazione”

Il gruppo “Redazione” degli Ospiti
Il Presidente dott. Giuseppe Mosconi
Il dott. Perico
L’Infermiera Roberta
Gli Animatori Tiziana e Pino
Le Terapiste Antonella e Letizia
La Responsabile dei Volontari Paola Bombardieri

(In copertina il nuovo giardino della Casa di Riposo)



In questo numero potrete leggere:

101!!!.....	pag. 4
L'Angolo del Presidente.....	pag. 5
Cronache dall'Animazione.....	pag. 6
Il faro.....	pag. 10
L'Angolo di Ezio.....	pag. 12
C'era una volta il mio paese.....	pag. 15
La depressione nell'anziano.....	pag. 17
Chiacchierando.....	pag. 18
Gli anziani secondo Cicerone.....	pag. 21
La parola ai volontari.....	pag. 23
Come ti chiami?.....	pag. 26
I ragazzi di Cazzano.....	pag. 28
Curiosità.....	pag. 30
Informasalute.....	pag. 31
L'Angolo del cuore.....	pag. 32
Come eravamo.....	pag. 33
Auguri.....	pag. 34
Ringraziamenti.....	pag. 35
I nostri sponsor.....	pag. 36

101!!!

E non stiamo parlando della famosa carica dei piccoli cani dalmata, preoccupati che la loro caratteristica pelliccia maculata si trasformi in un'elegante capo d'abbigliamento, ma della nostra cara ospite signora **Carmen** che quest'anno ad agosto (per la precisione il giorno 23) compirà la bellezza di 101 anni.



La signora Carminati Emilia Carmelina (al secolo "Carmen"), è nata infatti nel "lontano" 1906, è originaria di Bergamo ed è ospite del nostro istituto da quattro anni.

Memorabile è stata la festa dell'anno scorso per celebrare il secolo di vita, alla presenza dei nipoti della signora, del Parroco e del sindaco di Curno (dove Carmen ha risieduto per molti anni), del nostro Presidente dott. Mosconi e del Sindaco di Gandino sig. Maccari (nella foto la signora visibilmente commossa durante i festeggiamenti in suo onore).

Vista l'importanza dell'evento era logico organizzare un'altra giornata speciale per rendere onore a un tanto prestigioso traguardo.

Il prossimo 23 agosto sarà infatti un giorno molto particolare per la signora Carmen e per tutti noi: la festa si terrà nel salone del 3° piano dalle ore 15.00.

Nonostante un piccolo intoppo occorso poco tempo fa, la salute della signora sembra ancora "robusta" (contrariamente al suo fisico esile e minuto) mentre la lucidità e la chiarezza dei suoi ragionamenti sono proverbiali.

Ma cosa ne pensa l'interessata di questo importante traguardo?

"Rispetto a otto mesi fa va molto meglio: ero preoccupata di non poter camminare più e invece riesco ancora a fare tutte le cose da sola. Dal dottore non ci vado più perché mi prende sempre in giro: mi dice che per far passare i miei dolorini devo cambiare la carta d'identità! È comunque un traguardo che non mi sarei mai aspettata di tagliare."

Non ci resta che aspettare con ansia il 23 agosto prossimo per poter augurare alla sig.ra Carmen... **101** di questi giorni!!!



AUGURI!!!

L'angolo del Presidente

NUTRIZIONE NELLE R.S.A.

Da tempo le strutture sanitarie, le case di cura e le case di riposo oggi Fondazioni, si stanno attrezzando per assicurare il massimo grado di cura, assistenza e servizio ai propri ospiti e ammalati.

Il consumo dei pasti è uno degli aspetti fondamentali nel raggiungimento di questi obiettivi. Infatti i degenti dovrebbero essere i primi a godere di un pasto gratificante a livello di gusto e assolutamente ineccepibile dal punto di vista della sicurezza igienica e dietetica.

L'anziano in particolare fra gli ammalati è colui che guarda sì alla quantità ma soprattutto alla qualità dei cibi.

Un piatto preparato accuratamente, di aspetto gradevole e altrettanto soddisfacente per il palato può essere un vero e proprio "conforto" per il paziente, come se esso stesso fosse parte della cura.

Preparare un pasto appetibile utilizzando materie prime di qualità non basta; occorre che il pasto arrivi fino alla camera del degente o al luogo adibito a mensa nelle migliori condizioni, conservando le proprietà nutritive che lo caratterizzano all'uscita dalla cucina.

Il trasporto e la distribuzione degli alimenti sono momenti importanti per assicurare la salubrità dei cibi, garantendone la sicurezza igienica e la garanzia nutritiva.

Studi eseguiti dai nutrizionisti e dai dietologi hanno messo in evidenza come il mancato rispetto delle temperature prescritte può innescare proliferazioni batteriche incontrollate tali da compromettere la salubrità del cibo somministrato.

Dal lato dietetico si affermano le seguenti norme:

- liberalizzazioni dei menù, adottando criteri di tipo medico solo in situazioni cliniche particolari quali: sovrappeso/obesità, diabete o patologie specifiche, che devono essere valutate dal medico curante.
- Avere come indicazione una ristorazione familiare, che cerchi di ricreare, nei limiti del possibile, nella comunità l'ambiente della famiglia di provenienza.

È tempo di scelte anche in questo campo ed è compito delle Direzioni Sanitarie e dei Consigli d'Amministrazione tenere in particolare considerazione la cucina e approvare linee di politica nutrizionale per evitare malcontenti, critiche e a volte polemiche non sempre giustificate fra l'Ente erogatore dei servizi, gli ospiti, gli ammalati e i loro famigliari.

L'alimentazione all'interno delle RSA costituisce benessere, prevenzione e terapia ed è strettamente connessa alla convivenza e alla qualità della vita.

Il mondo della sanità non può rinunciare al meccanismo dell'esternalizzazione dei servizi, cioè all'affidamento a operatori esterni.

I servizi non sanitari e ausiliari sono sempre più nelle mani di fornitori esterni il cui controllo deve essere accurato e costante da parte delle Istituzioni.

IL PRESIDENTE
(dottor Giuseppe MOSCONI)

Cronache dall'Animazione

Continuano a gonfie vele le varie attività proposte dal Servizio Animazione agli ospiti più attivi durante le ore di "laboratorio".

In questo periodo i lavori sono stati finalizzati alla creazione dei vasetti fioriti per la Festa della mamma, alla realizzazione degli addobbi per S. Camillo e alla produzione di manufatti originali e simpatici da parte delle signore che si dedicano con passione al cucito e ai lavori a maglia.

Riproponiamo, per chi fosse interessato, il programma settimanale di massima delle attività del periodo "estivo" (Aprile-Ottobre)

LUNEDI'	ORE 10.00-11.00 Visite nei reparti	ORE 14.30-16.30 LABORATORIO (Sala Animazione)
MARTEDI'	ORE 10.00-11.00 Ginnastica di gruppo nei reparti	ORE 14.30-16.00 Visite in reparto ORE 16.00-17.00 TOMBOLA (3° piano)
MERCOLEDI'	ORE 09.30-11.00 -LABORATORIO -PASSEGGIATA	ORE 14.30-15.30 Redazione del giornalino ORE 16.00-17.00 S. ROSARIO e CANTO (2° piano)
GIOVEDI'	ORE 10.00-11.00 Ginnastica di gruppo nei reparti	ORE 14.30-16.30 -LABORATORIO (Sala Animazione)
VENERDI'	ORE 9.30-11.00 LABORATORIO (Sala Animazione)	ORE 16.00-17.00 TOMBOLA (3° piano)

- Il primo giovedì del mese: **Festa dei Compleanni nei reparti**
- Un **Cinema** al mese in Sala Animazione e una **gita o passeggiata** una volta a settimana

La "Festa della mamma"

Martedì 8 marzo, nel salone del 3° piano, si è celebrata la festa per tutte le mamme ospiti del nostro istituto.

La giornata è stata allietata dal sempre disponibile maestro Valentino che, per l'occasione, ha estratto dal suo cilindro un repertorio veramente "sentimentale" e molto commovente.



(La signora Rina si presta come "testimonial" della festa)

Durante la festa è stato consegnato nei diversi reparti un omaggio floreale: dei vasetti variopinti con degli allegri fiori finti, realizzati durante i laboratori dai nostri ospiti-pittori Anna, Roberto e Battista, da apporre sui tavoli per "ingentilire" e "colorare" l'ambiente.

In un salone addobbato vivacemente per l'occasione, tra balli, canti e auguri alle molte mamme presenti, la giornata è passata veloce ed in allegria.

All'anno prossimo!!!



La signora Anna consegna i vasetti nei reparti

Festa di S. Camillo de' Lellis



Sabato 14 luglio alle ore 16.00 nel salone del secondo piano si è tenuta, come da tradizione in Casa di riposo, la S. Messa in onore di San Camillo de Lellis, celebrata dal prevosto Don Emilio con la collaborazione dell'inossidabile Don Gianni. La partecipazione da parte degli ospiti, dei volontari e dei visitatori è stata alta e molto sentita.

Alla fine della funzione non poteva mancare un piccolo rinfresco-aperitivo per sottolineare la particolarità dell'evento.

S. Camillo nacque a Bucchianico (Chieti) nel 1550 e morì nel 1614 a Roma. Nella sua giovinezza seguì le orme del padre, soldato mercenario, e condusse una vita dissoluta.

Rimasto orfano in giovane età, si rivolse all'ospedale di S. Giacomo a Roma per farsi curare una vescica al piede che non gli consentiva di continuare la sua carriera nelle armi. Non essendo malato gravemente e per guadagnarsi le cure, fu costretto a lavorare nell'ospedale aiutando gli altri malati e come inserviente, esperienza che poi gli si rivelò preziosa.

Tornò quindi a fare il soldato, ma con poca fortuna, e si adattò in seguito a fare il manovale in un convento di Frati Cappuccini in Puglia. Qui il trattamento e le parole dei superiori provocarono in lui un cambiamento radicale: "Ah! Misero e infelice, che gran cecità la mia a non conoscere prima il mio Signore!" andava piangendo in ginocchio.

Tornato con animo nuovo all'ospedale S. Giacomo di Roma si mise a lavorare come infermiere e diventò presto responsabile generale.

Di fronte alla situazione di abbandono dei malati, coinvolse nella sua opera molte altre persone, fondando, nel 1582, la "Compagnia dei servi degli infermi", riconosciuta quattro anni dopo come "Congregazione" da Papa Sisto V.

Nel 1584, a conclusione del ciclo di studi al Collegio Romano, fu ordinato sacerdote.

Per quarant'anni prestò servizio all'ospedale Santo Spirito, insegnando agli allievi infermieri e riformando l'assistenza sanitaria su modelli di carità cristiana: "A guarire i malati non bastano le medicine, occorre l'amore!".

S. Camillo è patrono degli Ospedali, dei malati e degli Infermieri.



Il Torneo di scopa

È cominciato alla grande il secondo torneo di scopa d'assi della Casa di riposo (il primo si era tenuto nella vecchia sede). Sei agguerrite coppie di giocatori si stanno affrontando in un girone all'italiana (solo andata) per aggiudicarsi l'accesso in finale. Le due coppie che avranno vinto più incontri si sfideranno infatti nella finalissima per aggiudicarsi la tanto agognata coppa.



Un momento di un incontro

I protagonisti della sentita gara sono:

- 1) Anna e Roberto*
- 2) Angelo e Mario*
- 3) Maria T. e Anastasia*
- 4) Ezio e Vincenzo*
- 5) Aldina e Umberto*
- 6) Antonietta e Aurelia*

Ogni incontro prevede due partite al 21 ed eventuale bella al 16. La gara va avanti... nel prossimo numero i vincitori!

In bocca al lupo a tutti!!!



CONCORSO

"La Cartolina più bella"

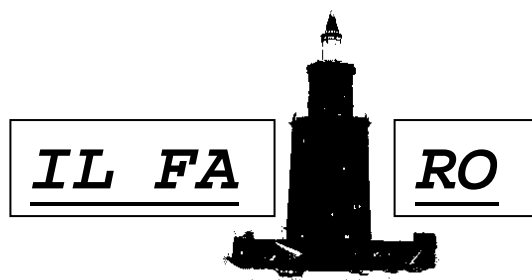
Rinnoviamo l'invito a tutti i fortunati che potranno recarsi in tempo di ferie nei più bei posti "esotici" o "mistici", ad inviarci una cartolina (possibilmente indirizzata a Ospiti e Animatori).

A fine estate (magari nel numero di novembre, per dare tempo a tutti di spedirci la loro missiva), una giuria composta naturalmente da alcuni ospiti, premierà la cartolina e il messaggio più belli ed originali!!!



Date sfogo alla vostra fantasia e ricordatevi di noi!!!

...e Buone ferie!!!



CONSIGLI PER ASSISTERE L'ANZIANO A DOMICILIO

(A cura del dott. Perico e dell'Infermiera Roberta)

IL PACE-MAKER

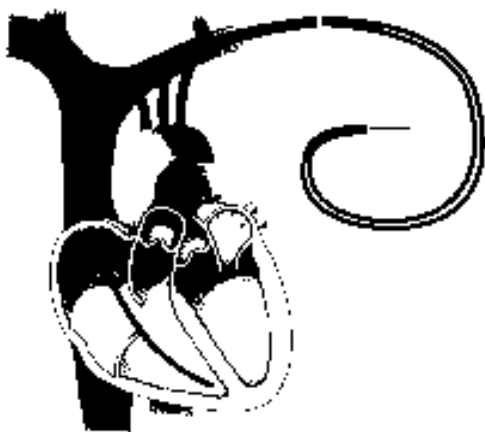
Fisiopatologia cardiaca

Il cuore è in grado di contrarsi , spingendo il sangue nella rete vascolare, in quanto produce impulsi elettrici prodotti da una particolare area situata nell'atrio destro e definita nodo seno-atriale.

Se il cuore si contrae ad una frequenza troppo bassa (per deficit del nodo seno-atriale) si parla di *bradicardia*.

Quando la frequenza cardiaca scende sotto i 40 battiti per minuto si valuta l'opportunità di impiantare un pace-maker, in quanto in genere compaiono sintomi quali debolezza e svenimenti.

Il pace-maker (PM) è costituito da un generatore di impulsi collegato tramite elettrodi al cuore.



Esso è in grado di analizzare il ritmo cardiaco e di intervenire quando si dovesse rilevare un eccessivo rallentamento del ritmo stesso.

L'intervento di impianto del PM richiede circa una o due ore di tempo, durante le quali il chirurgo inserisce l'elettrodo in una vena grazie ad una piccola incisione vicino alla clavicola, quindi lo infila fino a raggiungere la parete interna del cuore.

Dopo l'intervento è importante che il paziente:

- riferisca al medico di irritazioni o gonfiori nella sede di impianto
- riferisca al medico circa la comparsa di febbre persistente
- eviti di sollevare oggetti pesanti
- eviti contatti violenti con il PM
- informi altri sanitari con cui dovesse venire in contatto circa l'esistenza del PM
- si sottoponga regolarmente alle visite di controllo programmate (anche quando ci si sente bene, senza avvertire nessun tipo di disturbo!)
- sappia che la batteria del PM si esaurisce, rendendo periodicamente necessaria la sua sostituzione

ATTENZIONE !!!!!:

Il PM è sensibile alle onde elettromagnetiche !

Occorre quindi :

- Usare il cellulare ad almeno 15 centimetri dal PM (utilizzare l'orecchio opposto a quello della sede di impianto e non custodire il cellulare in tasche all'altezza del torace)
- Usare ad almeno 30 centimetri di distanza dal PM altoparlanti stereo, cordless a batteria, trapani elettrici, tagliaerba
- Usare ad almeno 60 centimetri dal PM antenne radio CB e saldatori ad arco
- Evitare il contatto con strumenti quali martelli pneumatici, generatori di corrente, motori in funzione, dispositivi antifurto, televisori a colori, elettrodomestici in funzione

N.B.: al check-in degli aeroporti ed in occasione di esami con la tecnica della risonanza magnetica, di radioterapia e utilizzo di TENS, avvisare il personale preposto dell'esistenza del PM .



L'Angolo di Ezio

- Speciale mostra -



Due giornate intense. Come definire meglio quelle di sabato 2 e domenica 3 giugno, che hanno sancito il grande successo della mostra delle opere del nostro sig. Ezio?

Due giornate che hanno saputo conferire all'ambiente della nostra casa di riposo un'atmosfera particolare, fuori dai soliti schemi e dall'uniformità che spesso caratterizza la vita di questi istituti.

Immagini del passato si sono ripresentate a noi in tutta la loro forza e vivacità grazie alla talentuosa mano e all'animo sensibile ed attento dell'artista.

Le vecchie porte di Gandino, scorci paesaggistici e architettonici di una volta si sono fusi con il presente ed hanno richiamato alla memoria storie spesso dimenticate, storie di fatica, di lavoro, storie di gente che ha saputo vivere con dignità quando il termine "superfluo" non era ancora di uso comune, storie che faranno sempre parte imprescindibile del nostro patrimonio.



Durante questi due giorni un buon numero di visitatori ha affollato l'atrio d'ingresso della nostra struttura, dove i quadri erano esposti, rimanendo piacevolmente colpiti dalle capacità artistiche di Ezio e dal tratto sicuro ed essenziale della sua penna..

Delle diciotto opere ben sedici sono state acquistate e non sono mancate richieste di ulteriori copie dei soggetti preferiti, che il sig. Ezio cercherà di realizzare entro un tempo ragionevole per accontentare chi è rimasto a mani vuote.



Ricordiamo inoltre che i proventi saranno destinati dal sig. Ezio in parte ai bambini poveri dell'India attraverso le mani sicure dell'Operatrice Socio Sanitaria Liliana, di suo marito Onorino e della loro Associazione "Aiutiamo i Fratelli poveri e lebbrosi", e in

parte per contribuire al compimento del giardino esterno della casa di riposo.

La riuscita mostra ha aperto i battenti sabato pomeriggio alle 15.00, alla presenza del Presidente dott. Mosconi, del Consigliere Parolini e della Direttrice sig.ra Martinelli, che hanno ufficialmente dato il via all'esposizione. Numerosi i parenti, gli ospiti e i visitatori che hanno ammirato i disegni del sig. Ezio e sono rimasti letteralmente senza parole sfogliando l'album fotografico con le "opere maggiori" dell'artista realizzate in passato.

Sono intervenute per l'occasione anche le sorelle di Ezio (e naturalmente la figlia) che non hanno lesinato, come per altro tutti gli avventori, complimenti e congratulazioni.



Riportiamo alcune delle impressioni lasciate dai visitatori sull'apposito quaderno delle dediche:

"Caro Ezio, le sue opere sono bellissime, i miei più sinceri complimenti con l'augurio che Lei possa dipingere ancora molte meraviglie..."

"Caro Ezio, La vedo passare ogni giorno davanti a casa mia; non avrei mai immaginato che Lei avesse tanto talento."

"Grazie per aver valorizzato Gandino"

"Un ringraziamento per averci permesso di godere delle sue bellissime opere. Un vero talento"

"Nell'arte si esprime un dono ricevuto da Dio... Noi gioiamo e ci complimentiamo con questo fratello Ezio!"

"Grazie sig. Ezio per aver colto con vera mano d'artista alcuni scorci del nostro paesaggio. Complimenti!"

"Abbiamo ammirati estasiati la sua mostra e ci siamo soffermati sui



particolari, sono tutti meravigliosi e lasciano intravedere la squisitezza del suo animo dolce, attento, sensibile, generoso. Per tutto questo grazie signor Ezio”

Molti degli intervenuti si sono interessati a questo artista sconosciuto: chi chiedeva informazioni sulla sua provenienza, chi lo riconosceva stupendosi delle sue capacità, chi si meravigliava che un ospite di una casa di riposo potesse essere ancora così efficiente.



Anche per quest'ultimo motivo il lavoro del sig. Ezio ha una valenza incredibilmente importante e ha la forza di far passare un messaggio ben preciso.

Due giornate intense dicevamo, un'iniziativa ben riuscita che lascia la voglia di ripeterla in futuro.

I riconoscimenti alle doti artistiche del sig. Ezio non sono mancati e speriamo che il successo ottenuto sia un valido sprone per altri suoi capolavori.

Non ci rimane che fare alcuni sentiti ringraziamenti: ai nostri superiori e al Consiglio d'Amministrazione che unitamente al sig. Presidente ci hanno permesso di organizzare la mostra, al Comune di Gandino che ci ha concesso in prestito le bacheche su cui esporre le opere, a tutti i visitatori e agli acquirenti, ai nostri ospiti che ci hanno aiutato nell'allestimento e nella sorveglianza, al Prevosto don Emilio che ha consigliato la visita alla mostra durante le S. messe, a Giambattista Gherardi che è sempre disponibile a pubblicizzare le nostre iniziative, ai nostri colleghi che hanno avuto parole gentili per il sig. Ezio, alle Volontarie Carolina e Pina dell'Associazione "Omniae Vita" per il loro fondamentale aiuto e la loro simpatia e infine esprimiamo particolare gratitudine al sig. Ezio, che grazie al suo talento e alla sua sensibilità ci ha permesso di vivere delle emozioni uniche.

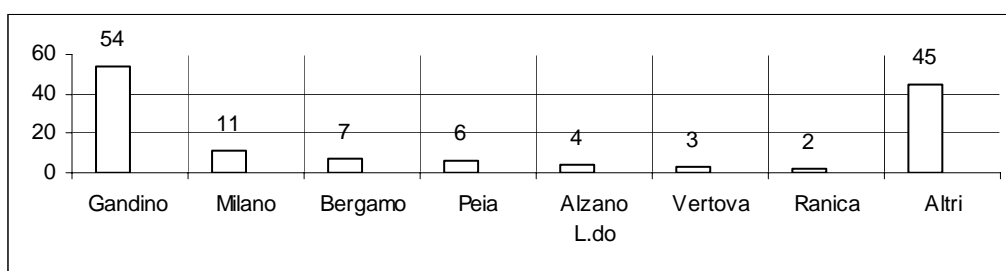


Il sig. Ezio consegna alla Responsabile dei Volontari Paola e a Liliana i proventi della mostra

C'ERA UNA VOLTA...IL MIO PAESE

(a cura dell'Infermiera Roberta)

Il quinto comune preso in considerazione dal nostro "indice di residenzialità" degli ospiti presenti in RSA è, come si può vedere nella tabella:



ALZANO LOMBARDO

LA STORIA

I più antichi insediamenti abitativi nel territorio alzanese risalgono al VI secolo a.c.

Nel 400 a.c. alle originarie popolazioni di stirpe ligure si sostituirono quelle di gruppo celtico.

La presenza romana è documentabile a partire dal I secolo d.C. grazie anche ad un frammento di lapide rinvenuto nell'800 nel campanile della chiesa di S.Giorgio a Nese ed ora conservato nel museo archeologico di Bergamo (*foto 1*).



Foto 1

Dopo un lungo periodo contrassegnato da successive invasioni barbariche, nel 975 Alzano divenne feudo del Vescovo di Bergamo.

Nel 1263 con la stesura degli Statuti Comunali, Alzano diventa un comune autonomo.

Nel '400 grazie all'avvento della Serenissima di Venezia, si svilupparono molto le attività commerciali, in particolare la lavorazione della lana e la fabbricazione della carta.

Nel 1630 la città non sfuggì alla nota epidemia di peste che sconvolse l'Europa e si ritrovò con la popolazione dimezzata.

Con l'800 giunse il tempo di Napoleone e in seguito molti alzanesi contribuirono alle guerre di Indipendenza arruolandosi tra le fila dei garibaldini.

Nella seconda metà dell'ottocento fiorisce l'industria del cemento e della carta (famosi ancora oggi l'Italcementi e le Cartiere Pigna).

Tra i personaggi storici di maggior spicco cui Alzano diede i natali vanno citati: Gianbattista Caniana (architetto), Pietro Paleocapa (ingegnere), Antonio Tiraboschi (linguista), Giorgio Paglia (patriota).

LA BASILICA

La Basilica di Alzano è dedicata a San Martino Vescovo.

Fu edificata a partire dal 1659 sul luogo di una preesistente chiesa quattrocentesca, della quale oggi resta solo il campanile in pietra (foto 2).

La costruzione della chiesa settecentesca (iniziata il 3 aprile del 1659)

fu possibile grazie al lascito del nobile **Nicolò Valle** che stilando il suo testamento qualche giorno prima di morire, il 13 di Marzo 1656, lasciava attraverso il suo testamento (foto 3) un'eredità di 70.000 scudi d'oro. Il suo intento era quello di far costruire una chiesa ad imperituro ricordo della sua generosità.

Il 6 Aprile 1659 fu collocata, con grande solennità, la prima pietra.

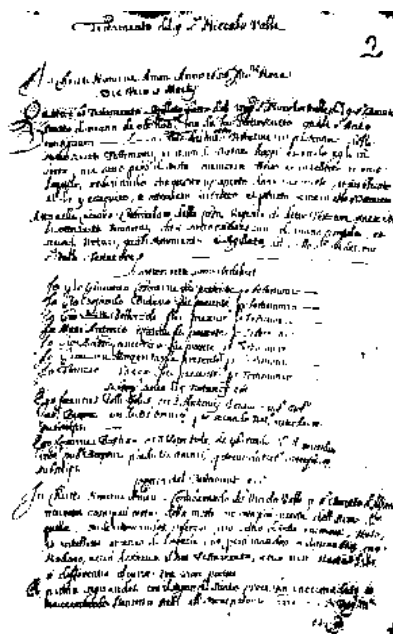


Foto 3



Foto 2

ALLA PROSSIMA

LA DEPRESSIONE NELL'ANZIANO

(A cura del dott. Perico)

All'interno della fascia d'età avanzata, molto frequentemente l'incidenza della patologia depressiva viene sottostimata in quanto la specifica sintomatologia, ed ancor di più le modalità atipiche di presentazione della malattia, vengono ricondotte erroneamente ad una normale o para-fisiologica risposta alla senescenza. Nella realtà anche nel soggetto anziano il riscontro di una sindrome depressiva necessita e trae beneficio dal trattamento.

Nella popolazione anziana l'incidenza della depressione maggiore è di circa il 4-5 % (con maggior frequenza nel sesso femminile; rapporto F/M = 2,5 : 1). Considerando anche le manifestazioni di semplice distimia i valori aumentano fino al 25% (ed in gruppi selezionati, ad esempio nei soggetti ricoverati/istituzionalizzati, si assiste a percentuali di riscontro ancora maggiori, addirittura fino al 40%).

I sintomi tipici che devono far sospettare la presenza di una manifestazione depressiva sono: umore flemmatico, anedonia, alterazioni del sonno e dell'appetito, affaticabilità, incapacità ad assumere decisioni, senso di colpa, idee di suicidio. Molto più spesso si rilevano sintomi atipici quali: disturbi fisici di vario ordine ed entità (algie, disturbi della minzione e della evacuazione), ansia, irritabilità/aggressività, idee paranoide.

Nella genesi della depressione nel paziente anziano vanno primariamente considerate alcune patologie che rappresentano veri e propri fattori di rischio per il manifestarsi della malattia: ipotiroidismo, infarto miocardico, diabete mellito, neoplasie, morbo di Parkinson, ictus cerebri, morbo di Alzheimer.

D'altra parte alcune ricerche indicano nella omozigosi dell'allele S del gene transponder della serotonina un preciso fattore di rischio genetico per lo sviluppo di sindromi depressive, tramite l'incremento dei valori di cortisolo e citochine IL6 proinfiammatorie.



Rubini: "La depressione"

Chiacchierando...

Prosegue la rubrica dedicata ai racconti dei nostri ospiti, spesso incentrati sui ricordi e sulle attività del loro passato.

Questa volta abbiamo proposto un argomento strettamente legato al periodo "giovanile": i giochi e i passatempi preferiti.

Viene naturale il confronto con i divertimenti e le possibilità della gioventù d'oggi...

"I miei giochi preferiti da ragazza erano la corda, l'altalena e il nascondino.

La prima bicicletta l'ho avuta a dieci anni ma la usavo soprattutto per andare a far spese: mia mamma infatti aveva un negozio di alimentari e io l'aiutavo. Anche a casa dovevo aiutare nei mestieri e ad accudire i numerosi fratelli.

A tredici anni andai in collegio (ero il diavoletto di casa!): nelle ore di ricreazione si cantava e si faceva il girotondo.

In inverno giocavamo a palle di neve e facevamo i pupazzi". **Gina**



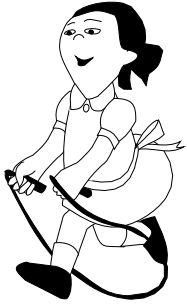
"Ho giocato poco: a dodici anni ero già in fabbrica. Ogni tanto si giocava a "sgarèla" in cortile. La bicicletta l'ho avuta tardi e la usavo per andare al lavoro. Ballare era la mia passione ma spesso eravamo troppo stanche per farlo."

Sandra

"Anche noi giocavamo a "sgarèla": un giorno per prendere il "lepì" mi sono anche rotta un dito. Poi giocavamo con le bambole fatte di pezza perché non potevamo permetterci quelle belle. Ci divertivamo con poco, giocando a nascondino e a "ciche" che mettevamo in fila: chi prendeva l'ultima, detta il "gallo", le vinceva tutte. Saltavamo così tanto alla corda, da sole o in gruppo, che alla fine la consumavamo e la dovevamo nascondere per non essere sgridate dal papà."



Angela



"Giocavamo alla "scala" (o "mondo") lanciando un sasso in alcuni quadrati disegnati in terra e saltellando per andare a prenderlo. Poi si giocava a nascondiglio nei prati, a corda e con le bambole ci divertivamo a fare le mamme. Ci riunivamo soprattutto la sera dopo cena. All'oratorio, con le suore, giocavamo a tombola."

Aldina

"Mi divertivo a prendere i bambini più piccoli di me e a far la mamma. Poi giocavo a nascondino in casa, a biglie e con le trottolo di legno che si facevano girare con una corda.

D'inverno si giocava a palle di neve e si costruivano i pupazzi: erano rotondi, mettevamo una carota per naso, la pipa in bocca, una berretta di lana in testa e i bottoni per la giacca e gli occhi."



Anna



"Giravo molto con la bicicletta, eravamo in pianura. Ne ho spaccate tre. D'estate si giocava con un vecchio pallone di cuoio.

Anche noi costruivamo il pupazzo di neve, ma al nostro facevamo anche le gambe. Sulla testa gli mettevamo un vecchio cappello di paglia e in faccia dei piccoli sassi. Gli creavamo anche un grosso naso fatto di neve."

Umberto

" Mi è sempre piaciuto giocare a calcio, avevo in testa solo quello. Ma prima veniva il lavoro. Da giovane, in tempo di guerra, lavoravo in una salumeria di Milano, facevo il "bòcia": appena finivo le mie ore andavo di corsa all'Arena ad allenarmi. Ho giocato anche nella primavera dell'Inter. Ero ala sinistra, e segnavo tanti gol.

Ero bravo anche a giocare a stecca ed ho vinto diversi tornei."



Mario



"Da giovane abitavo a Colognola. All'oratorio giocavamo a corda, facevamo il girotondo o lanciavamo un sasso nei quadrati disegnati per terra: mi spelavo sempre le dita! Eravamo otto fratelli, c'erano pochi soldi e i giocattoli scarseggiavano. Essendo così numerosi, ci divertivamo a giocare a nascondino. Ho sempre avuto la passione del canto: anche quando ero in Svezia per lavoro, mi facevano sempre cantare, dicevano che gli Italiani erano cantanti nati."

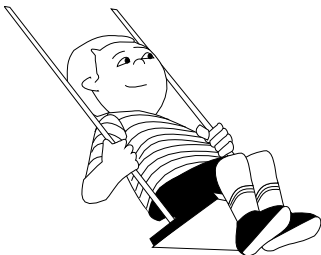
Genia

"Da ragazze facevamo diverse cose. Giocavamo a "brucio" ("mondo"), a "oca", a "prigioniero" (palla prigioniera) con due squadre di 4-5 ragazzi in una piazzetta di Cirano. Era bello anche il gioco dei "roba cantù": quattro ragazzi si mettevano agli angoli di un quadrato e ogni tanto si scambiavano di corsa i posti. Un quinto ragazzo al centro doveva riuscire ad occupare uno dei quattro angoli lasciati momentaneamente liberi."



Infine, con una speciale slitta con le ruote costruita da mio fratello, andavamo su e giù dal portone"

Aurelia



"Con due dadi si giocava ad "alto e basso": secondo quello che si dichiarava, chi faceva di più o di meno vinceva 5 o 10 "franc". Giocavamo anche a nascondiglio nelle contrade del paese o con delle bambole di stoffa colorata che cuciva la mamma."

Nella casa di Val d'Agro avevo anche l'altalena attaccata ad un albero: una volta sono caduta e per tre giorni ho avuto il mal di schiena."

Antonietta

"Giocavamo anche noi con le bambole di pezza che cucivano la mamma e la nonna. Ogni tanto ricevevo dei regalini, spesso usati, come le pentoline di alluminio e un piccolo fornellino. Una volta la mattina di Natale, al buio, guardavamo cosa ci era arrivato: vedevo qualcosa muoversi e dopo aver acceso la luce, un po' intimorita, ho scoperto di cosa si trattava: un pesce di celluloido che si muoveva toccandolo."



Rina

GLI ANZIANI SECONDO CICERONE

(A CURA DELL'INFERMIERA ROBERTA)



COSA NE PENSAVA CICERONE DELLA VECCHIAIA?

ECCO ALCUNI STRALCI TRATTI DAL “CATO MAIOR DE SENECTUTE”, SAGGIO DEL 44 A.C. DOVE AFFRONTA IL TEMA DELLA VECCHIAIA COME FASE FELICE DELLA VITA.

“L'agricoltore, in realtà, per quanto vecchio sia, se gli viene chiesto per chi pianta, non esita a rispondere: «Per gli dèi immortali, i quali vollero che non solo ricevesti tali doni dai miei antenati, ma li trasmettessi anche ai posteri.»

Vedete dunque come la vecchiaia, lungi dall'essere fiacca e inerte, sia invece attiva e sempre impegnata a fare e meditare qualcosa, in relazione, s'intende, alle attitudini che ciascuno aveva negli anni precedenti. E le persone che si aggiornano sempre? Per esempio, vediamo Solone vantarsi, nei suoi versi, quando dice di invecchiare imparando ogni giorno qualcosa di nuovo. L'ho fatto pure io, che da vecchio ho studiato la letteratura greca. L'ho abordata con tanta avidità, come se desiderassi spegnere una lunga sete, da riuscire ad apprendere le nozioni che ora mi vedete usare a mo' di esempio.

E ora non rimpiango davvero la forza di un giovane - ecco il secondo punto sui difetti della vecchiaia - più di quanto, da giovane, non desiderassi la forza di un toro o di un elefante. Conviene valersi di quel che si ha e, qualunque cosa si faccia, farla secondo le proprie forze. Sestio Elio, Tiberio Coruncanio e Publio Crasso fornivano consulenze ai loro concittadini in materia giuridica sino all'ultimo respiro conservando la loro competenza.



L'oratore, temo, perde vigore con la vecchiaia; la sua professione, infatti, non dipende solo dall'intelletto, ma anche dai polmoni e dalla forza fisica. È vero che la sonorità della voce continua a spiccare, non so come, anche in vecchiaia; io non l'ho ancora persa e vedete gli anni che ho. Tuttavia il conversare calmo e disteso si addice a un vecchio e i suoi discorsi eleganti e dolci si conciliano da soli l'attenzione del pubblico. Se non ci riuscissi più, potresti sempre fornire precetti a Scipione o a Lelio: infatti, cosa c'è di più bello di una vecchiaia circondata dal fervore dei giovani? O non vogliamo lasciare alla vecchiaia neppure forze sufficienti per istruire i giovani, per formarli e prepararli a tutti i compiti imposti dal dovere? Può esistere missione più nobile di questa?

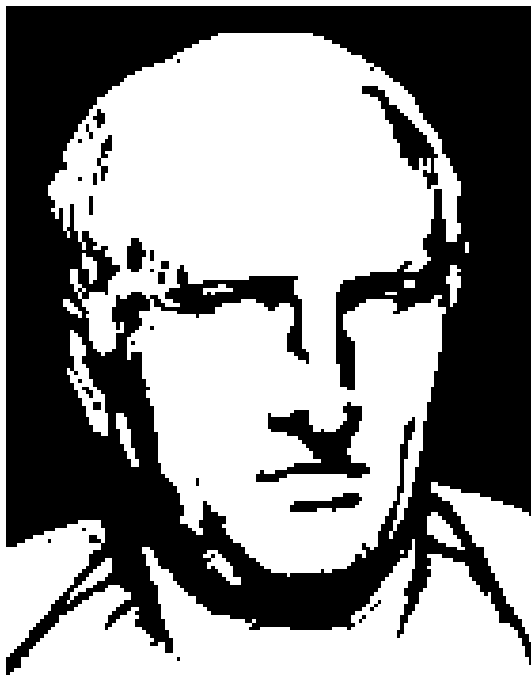
Ho approvato l'antico e lodato proverbio che consiglia di invecchiare prematuramente se si voglia restare vecchi a lungo; per quanto mi riguarda, preferirei esser vecchio meno a lungo che diventarlo prima del tempo. Segue la critica: la vecchiaia, dicono, è priva dei piaceri dei sensi. O magnifico dono dell'età se ci strappa il male più dannoso della giovinezza!

La natura non ha dato agli uomini peste più esiziale del piacere sensuale, diceva Archita, da qui i tradimenti della patria, da qui i colpi di stato, insomma, non c'è delitto, non c'è crimine che

la brama del piacere non spinga a commettere; e poi stupri, adulteri e ogni infamia del genere non sono provocati da altro incitamento se non dal piacere dei sensi. Se è vero che la natura o un dio non ha dato all'uomo niente di più bello dell'intelligenza, è altresì vero che niente, come il piacere, è nemico di questo munifico dono divino.

Dovremmo quindi esser grati alla vecchiaia capace di non farci desiderare quel che non si deve. Il piacere, infatti, ostacola la capacità di giudizio, è nemico della ragione, abbaglia, per così dire, gli occhi della mente e non ha niente a che vedere con la virtù.

Ma i vecchi sono intrattabili, inquieti, irascibili e difficili; a dire il vero, anche avari. Sì, ma si tratta di difetti del carattere, non della vecchiaia. E poi l'intrattabilità e le altre mancanze di cui ho parlato hanno una scusa, non voglio dire legittima, ma almeno in un certo senso ammissibile: i vecchi si sentono trascurati, guardati dall'alto in basso, presi in giro; aggiungiamo che ogni offesa risulta insopportabile in un corpo fragile. Tutti questi difetti, però, si attenuano vuoi con le buone abitudini vuoi con l'educazione.



Cicerone

Rimane il motivo che, più degli altri, sembra angosciare e tenere in affanno la nostra età: l'avvicinarsi della morte, che certamente non è lontana dalla vecchiaia. Infelice il vecchio che, in un'esistenza tanto lunga, non è riuscito a capire che la morte va disprezzata! Bisogna tenerla in nessun conto, se porta all'annientamento dell'anima, o addirittura desiderarla, se conduce l'anima in un luogo di vita eterna.

Quando la fine arriva, allora il passato è volato via; rimane solo quanto hai conseguito con la virtù e le azioni giuste. Se ne vanno le ore, i giorni, i mesi, gli anni: non torna più indietro il tempo passato ed è impossibile conoscere il futuro. Ciascuno deve accontentarsi del tempo che gli è concesso di vivere.

L'attore, del resto, per aver successo, non ha bisogno di recitare il dramma sino alla fine: gli basta suscitare l'applauso in qualunque scena appaia; così i saggi non devono necessariamente arrivare all'«applaudite». Il breve tempo dell'esistenza è lungo abbastanza per vivere bene e con dignità; Anche ai giovani capita di morire, secondo me è come se la

forza di una fiamma venisse domata da un gran getto d'acqua, ma quando muoiono i vecchi, allora è come se un fuoco, già consumato, si spegnesse da solo senza l'intervento di nessuna forza esterna. E come i frutti, se acerbi, si strappano a fatica dagli alberi, ma se sono maturi e cotti dal sole cadono da soli, così è una forza esterna a strappare la vita ai giovani, ai vecchi è la maturità. E io amo tanto questa maturità che, più mi avvicino alla morte, e più mi sembra quasi di veder terra e di dover entrare finalmente in porto dopo lungo navigare.

In Senofonte, Ciro il vecchio pronuncia queste parole in punto di morte: «Non pensiate, o figli carissimi, che, quando me ne sarò andato da voi, non sarò da nessuna parte o non esisterò più. Mentre ero con voi, infatti, non vedevate la mia anima, ma, sulla base delle mie azioni, pensavate che si trovasse in questo mio corpo. Dovete credere allora che sarà sempre la stessa, anche se non la vedrete più.

ECCO CHE COSA AVEVO DA DIRE SULLA VECCHIAIA, VOGLIA IL CIELO CHE POSSIATE GIUNGERVI COSÌ DA POTER CONFERMARE LE MIE PAROLE”

La parola ai volontari

La soddisfazione è immensa!

Con questa frase ho iniziato il mio piccolo discorso in occasione dell'inaugurazione del "Giardino sensoriale", tenutasi Sabato 30/06/2007.

Ed è proprio la soddisfazione di vedere i nostri cari ospiti usufruire di uno spazio all'aperto che ripaga e motiva noi Volontari a proseguire nelle varie iniziative.

Emozionante, a mio avviso, è stato il momento del taglio del nastro da parte della sig.ra Carmen che è stata scelta essendo l'ospite più anziana (ben 100 anni!) e che ringrazio per la sua disponibilità.

Ricordo che il progetto era partito un anno fa grazie all'iniziativa di noi Volontari che, vista la mancanza di un'area verde protetta e facilmente accessibile, avevamo pensato di concentrare i nostri sforzi verso la realizzazione di un piccolo giardino.

In accordo con il Consiglio di Amministrazione e la Direzione Sanitaria della Fondazione, si è deciso di creare uno spazio verde che, pur nelle sue ridotte dimensioni, potesse offrire occasione di attività per i nostri ospiti, oltre che a un'area confortevole dove passare alcuni momenti di relax con i parenti o i conoscenti.

Il giardino è inoltre dotato di barre d'appoggio per la deambulazione e arricchito con piante e fiori profumati e colorati per stimolare i sensi degli anziani. In futuro è possibile la realizzazione di una piccola fontana che



abbellisca e renda ancor più confortevole l'ambiente.

In un angolo del giardino è stata collocata la statua della Madonna di Lourdes che era in precedenza ospitata nell'antico chiostro della vecchia struttura.

Voglio ricordare che il progetto è stato curato dall'Ing. Mario Gusmini di



Vertova, mentre per i lavori sono intervenute le imprese "Edilpura" di Bellarmino Ongaro e "Artigianscavi"; la parte verde è stata realizzata da "Roberto Torri Vivai".

La spesa complessiva si aggira intorno ai 30.000 euro, al momento coperti solo per la metà attraverso diverse nostre iniziative e grazie alle offerte ricevute. Sono stati veramente tanti quelli che ci hanno aiutato, dai semplici privati, alle ditte e alle associazioni. Una citazione speciale va al



Gruppo Alpini di Gandino, che ha deciso di devolvere in favore del nostro giardino la somma raccolta in occasione della "Tenda della solidarietà" natalizia (ben 3.500 euro).

L'attenzione che i Gandinesi hanno dedicato alle nostre iniziative è la spinta su cui contiamo anche per il prossimo futuro. Oltre che per il giardino speriamo davvero di raccogliere altri contributi, in considerazione di altri bisogni piccoli e grandi che riguardano i nostri anziani.

Presenti alla cerimonia di inaugurazione, oltre ai numerosi ospiti incuriositi e soddisfatti, c'erano il Presidente della Fondazione dott. Mosconi e i Consiglieri, il Direttore Sanitario dott. Cesare Maffeis e la Coordinatrice sig.ra Martinelli, alcuni rappresentanti del Personale, il Sindaco di Gandino sig. Gustavo Maccari con il Vicesindaco sig. Colombi e alcuni Consiglieri comunali, alcuni rappresentanti del Gruppo Alpini di Gandino, il sig. Gherardi Giambattista (giornalista e presentatore ufficiale) e una gradita rappresentanza del Civico



Corpo Musicale di Gandino che, con alcuni brani del loro repertorio, ha intrattenuto i nostri ospiti rallegrando ulteriormente l'atmosfera.

Alla fine della cerimonia, dopo i discorsi di rito ed il taglio del nastro, il Prevosto don Emilio, con la collaborazione del Parroco di Cirano don Corrado, ha impartito la



benedizione al nuovo giardino.

Ultimo atto dello splendido pomeriggio è stato l'abbondante e gustoso rinfresco preparato dalle nostre Volontarie che, inutile dirlo, ha riscosso un gran successo.

Non mi rimane che

ringraziare nuovamente tutti gli intervenuti alla cerimonia e rallegrarmi per la riuscita realizzazione del nostro sogno.

Un'altra iniziativa che ha riempito di gioia il cuore di noi Volontari è stata la "pizzata" di Venerdì 06/07/07, quando, con un nutrito gruppo di ospiti, ci siamo recati in paese per passare una serata "diversa".

I partecipanti hanno dimostrato un entusiasmo che talvolta neppure i ragazzi sanno manifestare, gratificandoci a tal punto che senz'altro ripeteremo l'esperienza estendendola anche ad altri ospiti.

Come sempre approfitto di questo spazio per rinnovare l'invito, a chi lo desiderasse, di entrare a far parte della nostra Associazione di Volontari che, in questo mese, con l'iscrizione delle signore Ezia, Lucia e Vanna, ha raggiunto il numero di 33 iscritti.

C'E' TANTO DA FARE. In questo periodo per esempio cerchiamo persone disponibili, nelle giornate e negli orari a loro più consoni, a far camminare ospiti che altrimenti andrebbero incontro all'immobilità.

Cerchiamo inoltre un UOMO che abbia la passione del giardinaggio: a Lui lasceremo in gestione la cura del nuovo giardino.

Grazie ancora a tutti e alla prossima!



***La Responsabile dell'Associazione dei Volontari
"Omnia Vitae O.N.L.U.S."
Paola Bombardieri***

Come ti chiami?

Prosegue la nuova rubrica che fornisce interessanti informazioni riguardo i nomi propri più diffusi.

Continuiamo dalla lettera "A":



Alfredo/a: si festeggia il 14 agosto. Per i Longobardi significava "saggio e nobile nella pace", mentre per i Sassoni "consiglio degli elfi". È diffuso in tutta Italia grazie anche al culto di S. Alfredo vescovo di Hildesheim.

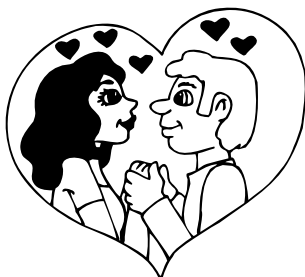
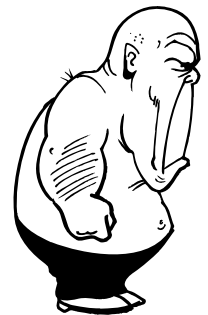
Famoso l'Alfredo personaggio della "Traviata" di Verdi.



Alice/Alicio: si festeggia il 24 giugno. deriva dal germanico e significa "di nobile aspetto". È diffuso nel nord e nel centro Italia. Famoso con questo nome alcune delle più nobili dame francesi del Medioevo.

Alma: si festeggia il 1° ottobre. L'origine è latina e significa "che nutre" e "che fa del bene". È spesso associato nelle preghiere al nome della Madonna. È diffuso al nord e al centro Italia. Alma è anche un nome di un fiume in Crimea.

Alvaro/a: si festeggia l'11 giugno. L'origine è gotica e significa "colui che si difende da tutti". È diffuso al nord e al centro. Famosi i protagonisti dell'opera "La vedova scaltra" e della lirica "La forza del destino" di Verdi.



Amanda: si festeggia l'8 maggio. Di origine latina significa "colei che deve essere amata". È diffuso specialmente al nord Italia.

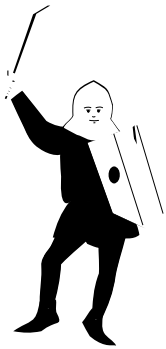
Ambra/o: diffuso specialmente al nord e al centro, deriva dall'arabo e significa "ambra grigia" (resina fossile usata come ornamento). Nel Medioevo si dava tale nome per augurare alla neonata la bellezza e il profumo appunto dell'ambra.

Ambrogio/a: si festeggia il 7 dicembre. L'etimologia è greca e significa "divino" poiché l'ambrosia era il famoso nettare degli dei. Nel mondo cristiano assunse il significato di "colui che è destinato alla vita eterna". È diffuso maggiormente al nord e in particolare in Lombardia grazie al culto di S. Ambrogio (dottore della chiesa, vescovo e patrono di Milano nel IV secolo).



Amedeo/a: si festeggia il 30 marzo. Deriva dal latino e significa "colui che ama Dio". È diffuso in tutta Italia. La Chiesa ricorda il Beato Amedeo IX vissuto nel tredicesimo secolo. È un nome tradizionale nella Casa Savoia.

Anastasia/o: si festeggia il 20 maggio. L'origine è greca e significa "resurrezione". È diffuso in particolare al centro-sud. Numerosi furono i santi con questo nome. Famosa, anche per il film, la figlia dello Zar Nicola II di Russia.



Andrea: si festeggia il 30 novembre. L'origine è greca e significa "uomo-guerriero coraggioso". È diffuso maggiormente al nord. Numerosi i santi e i beati con questo nome.

Angelo/a: si festeggia il 2 ottobre e il lunedì successivo alla Pasqua. L'etimologia è greca e significa "messaggero (di Dio)". È diffuso in tutta Italia e legato alla devozione per gli angeli custodi. Numerosi i santi e le sante con questo nome. Era anche il nome del Papa Roncalli.



Anita/o: si festeggia il 26 luglio. L'etimologia ci è sconosciuta. È diffuso in tutta Italia e deve la sua popolarità soprattutto alla moglie di Garibaldi.

Anna: si festeggia il 26 luglio. L'origine è ebraica e significa "Dio ha concesso la grazia". Dopo "Maria" è il nome più frequente ed è diffuso in tutta Italia. È legato al culto di S. Anna, madre della Madonna e moglie di Gioacchino.



I RAGAZZI DI CAZZANO

Anche quest'anno l'esperienza dei ragazzi di Cazzano S. Andrea presso il nostro istituto è terminata. Guidati dall'ormai esperta Lory e dalla giovane ma capace Daniela, il gruppo di catechismo di 1° media ha concluso il suo intervento presso il nostro Istituto.

Dobbiamo fare i complimenti alle catechiste e ai ragazzi per il loro impegno e la loro sensibilità nei confronti di chi troppo spesso riceve ormai poche attenzioni.

È infatti il terzo anno consecutivo che questo progetto va avanti e ciò dimostra come sia possibile ed importante l'incontro e la condivisione di esperienze tra generazioni diverse.

Riportiamo di seguito il "resoconto" di questa significativa esperienza fattoci pervenire dalle catechiste:



UN LEGAME TRA CAZZANO E GANDINO

Per il terzo anno consecutivo, i nostri ragazzi di prima media, Andrea, Jacopo, Michela, Sara, Geremia, Christian, Giulia, Greta, Marco, Roberta e Francesco, sono saliti presso la Casa di Riposo di Gandino per trascorrere un'ora e mezza in compagnia degli ospiti della stessa.

Quest'anno è stata un'esperienza un po' più impegnativa degli anni scorsi, poiché i ragazzi dovevano esclusivamente tenere compagnia agli ospiti, mentre gli anni precedenti facevano dei lavoretti insieme ad alcuni di loro.

Considerando i loro impegni, abbiamo iniziato a salire alla Casa di Riposo sabato 21 gennaio 2007 con i cinque ragazzi e quindici giorni dopo, di domenica, con le sei ragazze. Così abbiamo continuato ogni quindici giorni fino alla fine del mese di maggio.

L'animatore Pino ci aveva preparato uno schema riguardo la disposizione dei tavoli con i rispettivi nomi degli ospiti al fine di agevolare i nostri appuntamenti e si è reso disponibile ogni qualvolta ne avessimo avuto bisogno.



Possiamo dire che l'impegno dei ragazzi è stato lodevole poiché hanno dato del loro tempo ai nostri cari ospiti, ricevendo preziosi consigli.

Abbiamo suddiviso la classe in tre gruppi e chiesto loro: "In questa nuova esperienza vissuta con gli ospiti della Casa di Riposo, quali consigli hai ricevuto? Cosa ti ha lasciato?"

Riportiamo le loro risposte:

- *"Anche quest'anno da questa esperienza abbiamo ricevuto molto...Quello che ci è stato ripetuto più volte dagli ospiti è di comportarci sempre bene con i genitori, con gli amici e impegnarci nella scuola. Abbiamo riscoperto la soddisfazione che si prova a dedicare una piccola parte del proprio tempo a queste persone che in cambio di una visita hanno saputo darci molto."*

Andrea, Giulia, Geremia

- *"Dagli ospiti abbiamo ricevuto cari consigli: ascoltare di più i nonni, impegnarsi a scuola, non fare ai genitori richieste inutili ed essere costanti nella preghiera."*

Sara, Christian, Francesco, Roberta

- *"I consigli che abbiamo ricevuto sono: ubbidire ai genitori e pregare sempre. Questa esperienza ci ha resi veri cristiani e responsabili delle nostre azioni."*

Michela, Jacopo, Marco, Greta

A conclusione di questa iniziativa di solidarietà, lunedì 4 giugno siamo saliti alla Casa di Riposo con tutta la classe, abbiamo fatto merenda con gli ospiti e poi personalmente i ragazzi li hanno ringraziati.

Prima di lasciare la Casa di Riposo, gli ospiti hanno donato ad ognuno di loro un sacchetto di caramelle con un biglietto che portava il seguente messaggio: "Grazie della vostra gradita compagnia!!!"

Ringraziamo i carissimi ospiti, l'animatore Pino e i nostri ragazzi che hanno vissuto questa esperienza con impegno, costanza ed allegria e un arrivederci al prossimo anno catechistico 2007/2008.

Lory e Daniela

E a noi non resta che fare i complimenti a tutti loro e ricambiare l'arrivederci. BRAVI!!!



CURIOSITA'...

Foto curiose, aneddoti, fatti bizzarri che scombussolano la normale routine, eventi imprevedibili che attirano l'attenzione e fanno sorridere chi li vive.

In questa nuova simpatica rubrica (chissà se durerà!!!), presentiamo alcuni di questi momenti "alternativi" vissuti dai nostri ospiti e da noi Operatori.

Proprio per questo invitiamo tutti i colleghi a segnalarci e a renderci partecipi di qualsiasi accadimento curioso od insolito essi abbiano avuto modo di assistere in struttura. Cominciamo presentando alcuni episodi più o meno recenti:

Pina la Volpe

Qualcuno di noi ha avuto la fortuna di godere per qualche giorno, l'autunno scorso, di una visita inaspettata. Vicino ai locali caldaia si aggirava infatti un cucciolo di volpe (ribattezzato appunto "Pina la Volpe" o "Volpina") che ha attirato molti sguardi incuriositi.

Pina la Volpe dopo una settimana è sparita, prendendo atto che avrebbe trovato più cibo in montagna...



"Ci stan camin che fumano..."

Un pomeriggio di fine maggio, il nostro Giambattista attirava allarmato la nostra attenzione verso l'abitato di Barzizza perché, a suo dire, il campanile della chiesa parrocchiale stava andando a fuoco. Effettivamente il colpo d'occhio sembrava confermare la sua impressione. Spostandoci un po' abbiamo potuto constatare che c'era un fuoco acceso nei prati retrostanti. Si trattava quindi solo, per fortuna, di un'illusione ottica



Eppur si muove...

La mattina di mercoledì 20 giugno, appena prima che i nostri ospiti cominciassero le loro attività di laboratorio, nel prato adiacente la Sala Animazione, notammo che l'erba si "agitava" in modo strano.

Con nostra grande sorpresa, scoprimmo la causa di tale movimento: una grossa tartaruga! La testuggine è stata subito catturata dal nostro Umberto e messa al sicuro in attesa di scoprire l'eventuale legittimo proprietario.



Informasalute

L'EMIPARESI

Rappresenta la patologia più frequente che viene trattata in riabilitazione. Nell'anziano la causa primaria consiste in una lesione vascolare cerebrale secondaria a occlusione di un vaso arterioso da parte di un trombo o di un embolo oppure in un'emorragia.

Il danno motorio principale è dovuto a una incapacità motoria, cioè il soggetto non è in grado di compiere alcun movimento con gli arti o di destra o di sinistra; più spesso questa incapacità è presente solo per alcuni movimenti mentre altri possono essere eseguiti (*sinergie*).

Le sinergie si distinguono in *flessorie* ed *estensorie*: nelle flessorie l'arto può compiere solo movimenti di flessione che interessano contemporaneamente tutte le articolazioni, ad esempio se si chiede di flettere il polso l'emiplegico flette contemporaneamente anche la mano, il gomito e la spalla. Nelle sinergie estensorie i movimenti globali saranno indirizzati verso l'estensione.

Gli arti si possono presentare con differenti atteggiamenti, da caso a caso: in genere inizialmente v'è una fase di flaccidità muscolare e gli arti sono abbandonati, più avanti compaiono degli atteggiamenti obbligati (*posture patologiche*) per cui gli arti a riposo sono in flessione o in estensione. La causa di questo atteggiamento è legata a un aumento selettivo del *tono muscolare* (si intende per tono lo stato di contrazione di base, generalmente non avvertibile dei muscoli a riposo).

La contrazione dei muscoli con tono aumentato (*spasticità*) fissa le articolazioni in atteggiamenti obbligati in flessione o in estensione. Anche la sensibilità e sensorialità variano: da un'assenza completa di stimoli sul lato plegico a dei disturbi produttivi con presenza di dolore a riposo, oppure secondaria a uno stimolo minimo.

Sono presenti turbe complesse della sensibilità soprattutto nelle lesioni dell'emisfero destro, per cui il paziente nega la malattia (*anosognosia*) o rifiuta la presenza degli arti plegici. Talvolta esiste uno stato di confusione mentale o di demenza per cui è difficile avere notizie corrette sullo stato di sensibilità dell'anziano.

Un altro disturbo frequente è l'*eminattenzione*, in cui l'anziano pur vedendo gli oggetti esclude quelli nell'emicampo visivo posto alla propria sinistra e durante il cammino rischia di sbatterci contro.

Un'altra importante lesione è quella del linguaggio (*afasia*) presente nelle lesioni dell'emisfero sinistro. Si distinguono in *motorie*, dove esiste una povertà di espressione e una buona comprensione di quello che dice l'interlocutore, e *sensitive* con una comprensione nulla e un'espressione verbale abbondante ma incomprensibile.

Nelle lesioni dell'emisfero destro compaiono le *aprassie*, ossia incapacità di eseguire movimenti complessi come salutare o accendere una sigaretta.

Un altro disturbo che può comparire è quello della vista, cioè l'incapacità di vedere metà del proprio campo visivo: viene nominato *emianopsia laterale omonima* ed è dovuta a un danno della corteccia posteriore cerebrale.

Nel prossimo numero parleremo degli scopi dell'intervento riabilitativo.

La Terapista Antonella

L'angolo del cuore



UN GRAZIE DAI BAMBINI INDIANI

Con piacere e soddisfazione abbiamo notato che molte persone si ricordano dei bambini indiani, trovando uno spazio e un posto nel loro cuore, anche in occasioni particolari come il Matrimonio.

Alcune coppie di sposi hanno rinunciato alle bomboniere per donare la somma equivalente ai bambini bisognosi, così pure hanno fatto alcuni ragazzi in occasione della S. Cresima e Comunione. Bravi! Un gesto bellissimo e importante.

Vogliamo ringraziare e ricordare per la sua sensibilità e generosità il sig. Ezio Seminati che con la mostra dei suoi bellissimi quadri realizzata presso la Casa di Riposo ha permesso a molti bambini di mangiare, vestirsi e studiare: essi porteranno per sempre nel loro cuore "Zio Ezio".

La situazione di questi paesi poveri è molto preoccupante, solo in India 25 milioni di bambini aspettano un gesto di solidarietà e umanità. Per uscire da una condizione di estrema miseria hanno bisogno del nostro sostegno per



poter avere un futuro nella loro terra. Noi con qualche piccolo sacrificio possiamo fare tanto per loro, contribuendo a realizzare un avvenire più sereno e migliore per tutti.

L'Associazione unita ai bambini aiutati esprime un profondo GRAZIE a tutti i benefattori.

Liliana e Onorino

Associazione Aiutiamo i Fratelli Poveri e Lebbrosi O.N.L.U.S.

Via IV Novembre n°21, 24024 Gandino (BG). Tel 035-746719 Fax 035-732847

Conto Corrente Postale n° 46496949

Bancario n° 676 S. Paolo IMI Filiale Peia (Bg)

Coordinate Bancarie O1025 - 53320

AIUTACI AD AIUTARE

COME ERAVAMO...

Inizia da questo numero un'altra nuova rubrica (come vedete siamo sempre "in fermento" per cercare di rendere il nostro giornalino sempre più piacevole e interessante) intitolata "Come eravamo ...". Proporrò in ogni uscita vecchie fotografie dei nostri ospiti (e non solo) a partire dagli anni '90 in poi.

Vieni da sé che le immagini si riferiscono, almeno per i prossimi numeri, alla vecchia sede della Casa di riposo.

Percorreremo insieme un viaggio a ritroso nella memoria, riscoprendo volti e personaggi del passato e situazioni quasi dimenticate che ci faranno rivivere vecchie emozioni.

L'antico chiostro

Queste fotografie risalgono all'estate del 1994.

Si sta svolgendo una festa all'aperto (allora le Animatrici erano Michela e Susanna) e sullo sfondo si può vedere la "banda" di Gandino in divisa "estiva" che sta eseguendo un brano.

Come si può notare il giardino del chiostro era ancora quello "originale", con piante e fiori ben tenuti dalle suore presenti e da alcuni volontari.

Ma i venti della ristrutturazione stavano arrivando, come si può notare dalle "prove colore" della foto successiva...



In effetti le condizioni dell'antico chiostro non erano ottimali (colonne e muri scrostati, la pavimentazione dissestata) e urgeva quanto meno una dignitosa "rinfrescata".

Cominciano intanto a riaffiorare personaggi dal passato: chi di noi (almeno quelli che frequentano ormai da più di un decennio la Casa di riposo) non si ricorda di ospiti cari come Sandrino, Luciano, Argia, la sig. Campana e tanti altri che pian piano andremo a scoprire?

Al prossimo numero!!!



AUGURI!!!



...agli Ospiti che compiono gli anni nel mese di

Luglio

il giorno 5 il signor Cantamessa Adone

il giorno 6 il signor Servalli Angelo

*il giorno 12 i signori Colombi Giovanni
e Nodari Pietro*

il giorno 13 la signora Nodari Battistina

il giorno 14 il signor Scaraglino Francesco

*il giorno 17 le signore Lizzola Giovanna
e Mariotti Cinzia*

il giorno 23 la signora Torri Maria

e a quelli che li compiono ad

Agosto

il giorno 1 il signor Capitano Andrea

il giorno 2 la signora Bonazzi Maddalena

*il giorno 7 la signora Nodari Caterina
e il signor Ongaro Francesco*

il giorno 9 la signora Ambrosioni Angela

il giorno 10 la signora Ongaro Pierina

il giorno 16 il signor Esposito Felice

*il giorno 21 le signore Nodari Alessandrina
e Zucchelli Giovanna*

il giorno 23 la signora Carminati Emilia

il giorno 25 le signore Baratelli Caterina e Sabbioni Jole

il giorno 26 la signora Rudelli Alessandra

il giorno 29 la signora Castelli Teresa

il giorno 31 la signora Spampatti Margherita

Ringraziamenti

- ♥ Grazie come sempre ai Volontari dell'Associazione che ci aiutano nelle varie attività ed iniziative
- ♥ Grazie in particolare a Carolina e Pina per il loro aiuto alla mostra
- ♥ Grazie agli acquirenti dei quadri del sig. Ezio e ai visitatori
- ♥ Grazie ai nostri sponsor
- ♥ Grazie a tutti coloro che hanno fatto un'offerta per il giornalino
- ♥ Grazie alla sig.ra Lanfranchi Maria per le offerte
- ♥ Grazie ai titolari del Bar tabacchi edicola "L'Antica Fontana" che ci aiutano nella distribuzione del giornalino
- ♥ Grazie a N.N. per l'offerta per il giornalino
- ♥ Grazie a Liliana OSS per la sua generosa offerta per il giornalino
- ♥ Grazie alla Direttrice Martinelli per i premi per la tombola
- ♥ Grazie alla sig.ra Nicoletta per i fili da ricamo
- ♥ Grazie alla sig. Mimma per le berrette
- ♥ Grazie alla sig.ra Luisa per l'offerta per il giornalino
- ♥ Grazie alla sig. Maria per la generosa offerta per il giardino
- ♥ Grazie a suor Marcella per la lana
- ♥ Grazie a Giusy OSS per l'offerta
- ♥ Grazie alla sig.ra Agnese per l'offerta
- ♥ Grazie alla sig.ra Anna per la pianta
- ♥ Grazie a Carmen per i fili da ricamo
- ♥ Grazie a Lory di Cazzano per l'ovatta
- ♥ Grazie a N.N. per l'offerta generosa per il giardino in memoria del suo caro
- ♥ Grazie ai componenti del Civico Corpo Musicale di Gandino e a tutti coloro che hanno partecipato all'inaugurazione del Giardino
- ♥ Grazie a Tiziana, al sig. Onorino e a Lucia per le cartoline
- ♥ Grazie alla sig.ra Milly per l'offerta
- ♥ Grazie alle sig.re Celo Ongaro e Carolina Caccia Castelli per l'offerta per i fiori delle aiuole
- ♥ Grazie a Maria Pia per le videocassette
- ♥ Grazie a N.N. per i 500 euro per il giardino
- ♥ Grazie alla sig.ra Gina per la sua offerta

E un grazie di cuore a tutti gli altri che distrattamente abbiamo dimenticato ma che ci aiutano e ci pensano!!!

I nostri SPONSOR

IMPRESA EDILE

TORRI VITTORINO

Costruzioni edili private e industriali

Via Ruviali 41
24024 Gandino-BG
Tel 035/746149

Alla prossima !!!