

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 - NOVEMBRE 2007 - N° 10

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.

Ora disponibile anche su Internet: www.gandino.it

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 dott. Perico

L’Infermiera Roberta

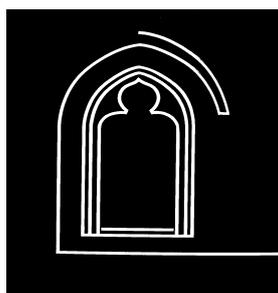
Gli Animatori Tiziana e Pino

Le Terapiste Antonella e Letizia

La Responsabile dei Volontari e Consigliere Paola Bombardieri

Il dott. Giuseppe Mosconi

(In copertina uno dei quadri realizzati dalla sig.ra Carrara Andreina e donato alla Fondazione)



In questo numero potrete leggere:

"La Voce" arriva su Internet.....	pag. 4
Il Faro.....	pag. 5
Consigli del Medico.....	pag. 7
L'Angolo di Ezio.....	pag. 8
Cronache dall'Animazione.....	pag. 9
Programma di Dicembre.....	pag. 21
Soluzione del quiz.....	pag. 23
Benvenuto don Alessandro-Complimenti don Emilio....	pag. 24
La parola ai Volontari.....	pag. 25
L'Angolo del cuore.....	pag. 26
Come eravamo.....	pag. 27
Come ti chiami.....	pag. 28
Una scelta difficile.....	pag. 29
Informasalute.....	pag. 31
C'era una volta.....	pag. 32
Auguri.....	pag. 33
Ringraziamenti.....	pag. 34
I nostri Sponsor.....	pag. 36

Buona lettura!!!

"La Voce" arriva su Internet!!!

"La Voce" non si ferma più: dopo l'interesse suscitato tra i nostri ospiti, i parenti, i visitatori e i concittadini, ora vola anche in "Internet"!

Come si può leggere dall'articolo pubblicato sull'inserito dell'Eco di Bergamo "Vita bergamasca" il 21 settembre, il nostro giornalino sarà reperibile a breve anche attraverso la "rete".

Tutto questo è stato possibile grazie all'interessamento del signor Giambattista Gherardi, "giornalista ufficiale" del paese, che segue sempre da vicino tutte le vicende

di Gandino e le riporta fedelmente sulle pagine del quotidiano bergamasco (nonché sui periodici "Val Gandino", "Araberara" e "Civitas") e del dott. Paolo Tomasini (curatore del sito "www.gandino.it"). Leggere "La Voce" *on line*, come si suol dire, diventa una realtà. Anche chi risiede lontano potrà tenersi aggiornato sulle vicende e sulle attività dei suoi cari anziani. Più di così...

La tiratura del giornalino, in verità, non raggiunge ancora quei livelli da noi auspicati: dopo l'iniziale gradimento, dovuto probabilmente alla novità nell'ambito del panorama editoriale gandinese, segni poco incoraggianti ci stanno pervenendo. Il numero delle copie stampate ad ogni uscita ("La Voce", per chi ancora non lo sapesse, ha una frequenza bimestrale) dalla nostra tipografia di fiducia, la "Radici Due", oscilla tra le 100 e le 120, ma le richieste sono in calo (eccezion fatta per gli "affezionati").

La speranza di tutta la Redazione del giornalino è quella che la sua diffusione in casa di riposo e fuori aumenti progressivamente (budget permettendo) fino a diventare un punto di riferimento fisso per i lettori che hanno a cuore la nostra storica istituzione e soprattutto chi la abita.

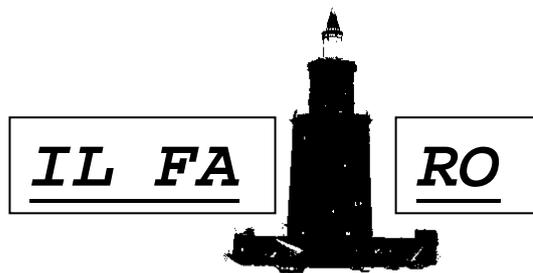
Ricordiamo che "*La Voce della Fondazione*" è nata nel marzo dell'anno scorso (dopo un lungo periodo di progettazione) con questi precisi obiettivi:

- sensibilizzare ed informare i cittadini sulle attività e le vicende all'interno della casa di riposo, con un occhio di riguardo alle iniziative promosse dal servizio Animazione.
- Dare visibilità e rendere protagonisti i nostri ospiti.
- Favorire la collaborazione tra le varie figure professionali che operano in struttura.

Dal numero "0" a oggi già molte modifiche e miglioramenti sono stati apportati, grazie soprattutto ai nostri "redattori" che dedicano parte del loro tempo libero pensando e curando rubriche interessanti ed utili. L'invito a partecipare è sempre aperto a tutti: chi volesse mettere un po' del suo prezioso tempo a disposizione, si faccia avanti!!!

Il giornalino del ricovero a Gandino è anche in edicola

■ È in distribuzione in questi giorni il numero 9 del periodico «La Voce», pubblicazione curata dagli ospiti e dal servizio animazione della casa di riposo di Gandino che in quasi due anni di vita si è fatta un buon seguito di affezionati lettori. Il giornalino offre cronache e immagini relative alle attività degli ospiti ed è in distribuzione (offerta libera) alla portineria dell'istituto oppure al bar edicola «L'Antica Fontana». È consultabile anche alla biblioteca e a breve sarà reperibile in Internet, sul sito www.gandino.it. È possibile richiedere il periodico via posta, telefonando al numero 035.745447 in orari d'ufficio.



CONSIGLI PER ASSISTERE L'ANZIANO A DOMICILIO

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

Ipertiroidismo nell'anziano

L'incidenza di malattie della tiroide cresce con l'età: in soggetti con età superiore a 60 anni la frequenza di **ipotiroidismo** è compresa tra il 2% ed il 7.4%, quella di **ipertiroidismo** tra lo 0.5% e il 2.3%.

Tra le forme da iperfunzione della tiroide, l'ipertiroidismo dell'anziano è sostenuto nel 70% dei casi dal **gozzo nodulare tossico**, osservandosi invece una relativa minore incidenza del **gozzo diffuso tossico**.

Nel gozzo nodulare tossico l'ipertiroidismo rappresenta il risultato di un'iperproduzione ormonale da parte di una o più aree di parenchima tiroideo che sono divenute autonome.

Nell'adenoma tossico o **morbo di Plummer** in particolare il quadro clinico è dovuto alla presenza di un nodulo singolo iperfunzionante.

E' dominante una sintomatologia cardiovascolare con tachicardia e fibrillazione atriale in forma stabile o episodica.

Il gozzo multinodulare tossico o **sindrome di Marine-Lenhardt** è caratterizzato invece dalla presenza di un numero maggiore di aree funzionalmente autonome (noduli multipli).

Con il termine di gozzo diffuso tossico si intende invece la complessa sindrome che nella letteratura dei diversi paesi viene indicata con vari eponimi a ricordo dei suoi primi osservatori: il chirurgo italiano Flajani (1821), il medico irlandese Graves (1835) ed il medico tedesco Basedow (1840), e con preferenza nei paesi di lingua inglese della dizione "morbo di Graves" ed in Europa dell'eponimo "**morbo di Basedow**".

E' malattia autoimmune organo-specifica e l'eziologia, ancora poco chiara, riconosce alcune possibili anomalie immunologiche.

Ne risulta un aumento di volume e un'iperfunzione della tiroide con un quadro di ipertiroidismo, cui si associa nel giovane e nell'adulto un'oftalmopatia dai caratteri peculiari.

Le manifestazioni cliniche del morbo di Basedow sono comunque nell'anziano più sfumate rispetto alle altre fasi della vita, ed il quadro di ipertiroidismo si presenta differente rispetto a quello riscontrabile nel soggetto giovane e nell'adulto.

Il gozzo è per lo più di piccole dimensioni, o manca o sfugge all'osservazione, l'esoftalmo di solito assente, o comunque di entità molto modesta. Sono infatti più frequenti la tachicardia, la fibrillazione atriale, in forma stabile o episodica, e l'astenia.

La “**crisi tireotossica**” è una complicanza oggi molto rara ma gravissima dell'ipertiroidismo.

E' caratterizzata da esordio improvviso e rapido con grave esacerbazione dell'ipertiroidismo, da iperpiressia, tachicardia, fibrillazione atriale o altre aritmie, scompenso cardio-circolatorio, disidratazione, agitazione e psicosi. Il coma può essere l'evoluzione di una crisi non trattata.

La crisi tireotossica rappresenta pertanto un'emergenza che mette in pericolo la vita e che richiede un trattamento immediato e specifico.

Se non diagnosticata la sua prognosi è quasi sempre infausta.

Diagnosi laboratoristica e strumentale

Il reperto patognomonico dell'ipertiroidismo è rappresentato dall'elevazione plasmatica degli ormoni tiroidei liberi, **FT3 e FT4**, forme biologicamente attive degli ormoni, con riscontro di **TSH** soppresso.

Sul piano strumentale anche nell'anziano la **Scintigrafia tiroidea**, è utile per distinguere un gozzo nodulare tossico, dove si osservano uno o più noduli ipercaptanti, dal morbo di Basedow, ove la ghiandola è in toto aumentata di volume e diffusamente captante.

L' **Ecografia tiroidea** è un ulteriore utile esame atto a differenziare le varie forme di ipertiroidismo.

Cenni di terapia

Scopo della terapia , nelle varie forme di ipertiroidismo dell'anziano, è quello di comportare un rapido controllo dell'iperfunzione della tiroide.

Nel non frequente gozzo diffuso tossico o morbo di Basedow, la terapia deve essere innanzitutto medica e si avvale degli **antitiroidei**, farmaci tireostatici rappresentati dal metimazolo e dal propiltiouracile. Questi agiscono bloccando la sintesi degli ormoni tiroidei .

Nei pazienti che non rispondono alla terapia medica, o che presentano recidiva dopo antitiroidei, o ancora controindicazioni all'intervento chirurgico o all'anestesia, la terapia elettiva sarà quella radiometabolica con **I131**.

In casi selezionati può ricorrersi al trattamento chirurgico risolutivo che sarà di **tiroidectomia**.



Consigli del Medico

(a cura del Dott. Giuseppe Mosconi)

LA SOLITUDINE

La voglia di vivere, l'entusiasmo, l'energia, non sono qualità riservate solo alle età più giovani. Anche la terza età, l'età degli anziani, può possedere tali caratteristiche. Tutto ciò dipende dall'uso che gli anziani fanno del loro tempo, delle attività che svolgono, degli interessi che coltivano.

Si può essere vivi e vitali anche in età avanzata, purché la vita che si conduce non sia una vita passiva, ma abbia interessi o obiettivi per il futuro.

L'età anagrafica non è di per sé indicativa di nulla. L'età che conta è quella del cervello.

Se l'esistenza verrà affrontata con slancio ed energia, la solitudine risulterà essere l'ultimo dei problemi, purché si abbiano i mezzi adatti per riuscire a sconfiggerla.

Vi sono innumerevoli solitudini, racchiuse tutte in un unico concetto. Ci sono momenti della giornata in cui l'anziano predilige la solitudine, come momento di riflessione, di introspezione e di meditazione intima su di sé e sul senso della propria esistenza, ed altri momenti in cui la solitudine è bandita per immergersi profondamente nella socialità e nel contatto diretto con il mondo esterno.

La vita di ciascun individuo, giovane o anziano, si trova in bilico tra due tipi di atteggiamenti: la voglia di solitudine e l'ansia di socialità, di comunicazione con gli altri e di interazione con i suoi simili. Entrambi questi momenti sono importanti ed essenziali per l'individuo, ai quali l'uomo non potrebbe mai rinunciare, essendo sino all'ultimo istante della sua vita parte integrante della società. La solitudine quindi è un concetto dagli svariati volti e dai molteplici significati. Non deve assumere la forma patologica della nostalgia e della malinconia, come spesso avviene nelle nostre Case di riposo.

Occorre mantenere in loro viva l'attenzione per il mondo che li circonda, rispettare la loro personalità e la loro dignità, per cui il "settore animazione" (che può essere ludica, culturale, affettiva) diventa una delle componenti più efficaci, unitamente alla presenza, al conforto e alla vicinanza dei famigliari e delle persone amiche. Ogni iniziativa che si realizzi per la socializzazione degli anziani ha un significato anche terapeutico.

Lodevole è l'opera dei Volontari alla gestione delle Fondazioni, ma utile è il loro contributo operativo, assistenziale ed economico per realizzare strutture di cura e di ricreazione, unitamente a quelle più recenti innovative quali: la fisioterapia preventiva e terapeutica-correttiva; la Pet-therapy con l'ausilio di animali addestrati, la musicoterapia, la proiezione di film e di documentari, che ravvivino la loro memoria presente e passata e ritardino il più possibile il decadimento delle funzioni psichiche e fisiche.

Queste, a parere mio, sono le linee programmatiche per la loro sopravvivenza nella società.

Colgo l'occasione per ringraziare pubblicamente tutti coloro che nei cinque anni di mia Presidenza hanno collaborato con me nella costruzione della nuova Fondazione e nella sua gestione, dai medici ai paramedici, dal personale amministrativo agli animatori e ai volontari.

Agli ospiti, specie a quelli più bisognosi, il mio saluto più fervido, con l'augurio di ogni bene. Rimarrà sempre vivo in me il Loro ricordo.

Informiamo i lettori de "La Voce" che la preziosa collaborazione del Dott. Mosconi con il nostro giornalino continuerà attraverso la nuova rubrica "Consigli del Medico". La sua grande esperienza, preparazione e disponibilità non potrà che arricchire i contenuti del nostro periodico. Ricambiamo sentitamente da parte di tutti i Suoi saluti e i ringraziamenti.

L'Angolo di Ezio

Il sig. Ezio in questo numero ci propone un suggestivo scorcio di piazza Vittorio Veneto a Gandino.

Anche questo disegno ha fatto parte della mostra delle sue opere realizzata il giugno scorso e acquistato da un privato.



Al prossimo capolavoro!!!

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 di cestini e alla produzione di manufatti originali e simpatici da parte degli ospiti per la tradizionale mostra-mercato di Natale (si veda a proposito il programma di Dicembre a pag. 21).

Riproponiamo, per chi fosse interessato, il programma settimanale di massima delle attività del periodo "invernale" (novembre-marzo).

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	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 giovedì al mese: **Cinema in Sala Animazione**

Feste con l'A.N.M.I.L.

L'Associazione Nazionale Mutilati e Invalidi del Lavoro ogni anno interviene per due volte presso la nostra struttura per offrire ai nostri ospiti alcuni momenti di festa.

Quest'anno la prima occasione si è presentata giovedì 13 settembre, quando il sig.

Franchina (Delegato per Gandino dell'associazione) con i suoi compagni, oltre ad offrire un piccolo rinfresco, si è presentato con alcuni componenti della famosa "Mandolinistica leffese", tra cui spiccavano due capaci e simpatici allievi. Chitarre e mandolini



hanno allietato il pomeriggio dei nostri ospiti proponendo anche musiche ballabili e brani "ever green". (Nella foto i musicisti, i membri dell'associazione e alcuni ospiti che "posano" per l'occasione)



Mercoledì 17 ottobre invece, eccezionalmente nel salone del secondo piano (abbiamo provveduto a spostare gli armadi divisorii per poter proporre anche in questo reparto alcuni momenti d'allegria), gli amici dell'A.N.M.I.L. ci hanno proposto il bravo maestro Valentino, fiancheggiato dall'onnipresente Mario, con il suo

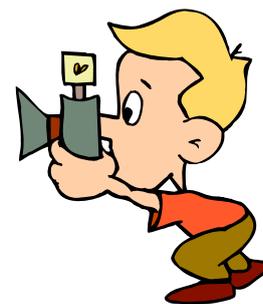
ricco e coinvolgente programma musicale.

I nostri ospiti ballerini, volontari e visitatori si sono naturalmente lasciati andare a scatenate danze per il piacere di tutti gli spettatori.

Non ci rimane che ribadire un grande GRAZIE ai gentili membri dell'associazione che si ricordano sempre di noi!!! Appuntamento all'anno prossimo!!!



Il concorso fotografico



Anche quest'anno abbiamo partecipato al "Concorso fotografico" indetto dalla Casa di riposo di Vertova "Cardinal Gusmini", che fa parte di una serie di iniziative e manifestazioni all'interno dell'annuale "Settimana d'argento" dedicata agli anziani.

Il concorso, che ci ha tra l'altro visti vincitori tre anni fa, è aperto a tutti gli istituti per anziani della bergamasca e vede sempre una nutrita e agguerrita partecipazione.

Il regolamento prevedeva la consegna di tre fotografie a tema, formato 30x20, accompagnate dal titolo e da una breve descrizione del soggetto ritratto: un'apposita giuria di esperti ne sceglieva una sola che concorreva poi alla vittoria finale.

A proposito, il tema di quest'anno era: "Oltre le stagioni... gli animali" : nella pagina seguente potete vedere in anteprima le nostre fotografie, presentate tra l'altro in un particolare formato per fare più scena!!!



Il programma del pomeriggio proposto

dalle Animatrici locali è stato molto corposo: dopo i saluti a tutte le case di riposo presenti (ben dieci) e un breve intermezzo musicale, è seguito un riconoscimento ai ragazzi delle medie del paese che hanno realizzato le copertine del giornalino dell'istituto vertovese ("L'Arcobaleno") all'interno di un progetto in collaborazione con gli insegnanti della scuola.

È arrivato quindi il momento da noi più atteso: la premiazione del concorso fotografico. Quest'anno, considerato anche il poco tempo avuto per preparare le foto (solo un giorno!) avevamo nutrito poche speranze di vittoria.

La foto scelta per partecipare alla finale è stata quella intitolata "E tu chi sei?" che ritraeva un bel primo piano di Roberto insieme al gatto "Tigro" gentilmente "prestatoci" per l'occasione dal proprietario (il giovane William) e che, udite udite, ci ha permesso di classificarci al **terzo posto!**

Nella fotografia potete vedere il momento della consegna del premio (una pietra scolpita) da parte di un amministratore della casa di riposo di Vertova alla nostra Animatrice Tiziana e al protagonista della fotografia Roberto. Per ovvie ragioni non abbiamo potuto portare sul palco anche il gatto! Arrivare sul podio ha rappresentato per tutti noi una grande soddisfazione e ci ha invogliato a "dare di più" nelle prossime occasioni. Nel mese di dicembre, all'interno del sempre più ricco programma di Natale, avrete il piacere di ammirare dal vivo e per una settimana (dal



giorno 18 al 23) tutte le fotografie che hanno partecipato al concorso, su gentile prestito delle brave Animatrici di Vertova Valeria e Manuela.

Il gioioso pomeriggio è proseguito con uno spettacolo musicale d'alta qualità (era presente tra l'altro anche l'affermata cantante Francesca Alotta) e, infine, con una merenda all'altezza della splendida giornata!

I NOSTRI
CAPOLAVORI
IN GARA!!!



La grigliata

Evviva gli Alpini!!! E' soprattutto grazie a loro che la giornata di sabato 29 settembre è stata per i nostri ospiti tra quelle da ricordare con piacere.

Ben quarantacinque di loro hanno potuto passare una mattina e un pomeriggio in allegria, "diverso" da tutti gli altri: polenta, cotechini e spiedini alla griglia, patatine fritte, verdure pastellate, olive ascolane, formagella, dolce e caffè hanno fatto da "contorno" a questa particolare iniziativa che ha movimentato un sabato di inizio autunno.

L'intenzione della nostra Coordinatrice di riunire gran parte dei ospiti in una "grigliata" di gruppo si è rivelata azzeccata: l'idea originaria prevedeva di sfruttare l'antico

chiostro, sede dell'ex casa di riposo, per una giornata festosa all'aria aperta.



Purtroppo la stagione inoltrata e le avverse condizioni atmosferiche hanno impedito tutto ciò, tanto che abbiamo dovuto ripiegare nei due soggiorni del piano terra est (per il momento ancora "disabitato"). L'"esperimento" è comunque da ritenersi ben riuscito e l'esperienza sarà riproposta in futuro.

Sabato mattina, di buon'ora, il Gruppo Alpini di Gandino si è presentato con

tutta l'attrezzatura necessaria e si è "accampato" fuori dalla Sala Animazione, nell'unico posto riparato all'esterno della struttura. Qui, dopo aver scaricato i

tavoli e le panche per accogliere i nostri ospiti, hanno subito cominciato a preparare la brace per l'enorme griglia e a scaldare l'acqua per l'abbondante polenta. Nel frattempo i numerosi volontari, la nostra direttrice e noi animatori, cominciavamo a preparare le sale, ad apparecchiare per il pranzo e a "radunare" tutti gli ospiti coinvolti.

Da non dimenticare il fondamentale aiuto dei nostri cuochi, che hanno integrato il sostanzioso piatto con dei buoni contorni e con i formaggi.



Alle 11.30, puntuali, gli Alpini arrivavano in reparto con la grigliata pronta e col "peröl" della polenta fumante, accolti da un forte applauso e al grido di "Viva gli Alpini!".

Vi assicuriamo che il piatto proposto era davvero appetibile e il suo profumo invitante si è subito sparsa per le scale e i corridoi.

Una volta finito il lauto pranzo, come manifestare la propria soddisfazione se non attraverso qualche canto proposto dall'ormai famoso "duo" formato da Bepi e Mario?



È così, lasciandoci andare a un buon umore crescente, l'allegro pomeriggio si è protratto fino alle 15.00 e ha lasciato nella mente di tutti il ricordo di una giornata veramente speciale vissuta in compagnia.

Per l'anno prossimo si sfrutterà maggiormente la stagione estiva, ma non

è detto che prima di allora l'esperimento non venga riproposto!

Non ci resta che ringraziare nuovamente il Gruppo Alpini di Gandino per la consueta gentilezza e disponibilità, la nostra Coordinatrice sig.ra Martinelli per l'aiuto, le numerose Volontarie dell'Associazione "Omnia vitae", il sig. Egidio, i ragazzi della cucina, i "cantanti", il personale e, naturalmente, tutti gli ospiti che hanno partecipato con entusiasmo alla prima edizione della "grigliata".



Alla prossima e... **VIVA GLI ALPINI!!!**



La gita

Finalmente si esce!!! Questo è quanto avranno pensato i nostri cari ospiti la mattina di martedì 9 ottobre. L'estate è già finita da un pezzo ma, per vari motivi, solo in questo è stato possibile organizzare la prima gita "lunga" con pranzo fuori.

La meta (alla faccia della fantasia!), è stata ancora quella dell'anno scorso: il ristorante "Vecchio Mulino" di Rovetta, che con il suo parco ben curato, la buona cucina e il laghetto per la pesca sportiva, ci avrebbe permesso di passare una giornata in allegria e in relax.



Complice la bella giornata di sole, l'umore dei ventisei ospiti partecipanti alla gita (più una decina di accompagnatori) si presentava particolarmente festoso e verso le 10.00 cominciava la loro avventura.

Con il pullman "gran turismo" noleggiato per l'occasione, l'allegria comitiva giungeva attorno alle 10.30 a

destinazione, trovandosi in un ambiente accogliente in mezzo alla natura.

Con prontezza i nostri ospiti più attivi si sono recati nei pressi del laghetto per cominciare, come promesso, l'attività della pesca sotto la guida esperta della volontaria Maddalena che aveva portato tutta l'attrezzatura da casa. Il resto della truppa si sgranchiva le gambe o si



accomodava, crogiolandosi al sole, sulle panchine attorno al laghetto pieno di guizzanti trote.

I frutti della pesca non si facevano aspettare: in meno di un'ora Ezio e Roberto, sotto gli occhi incuriositi degli altri ospiti, avevano già catturato una dozzina di bei pescioloni.

Verso mezzogiorno, richiamati all'ordine da

chi cominciava ad avvertire i primi morsi della fame, ci si accomodava nel ristorante, in una saletta riservata tutta per noi.

Il ricco e sfizioso menù comprendeva:

- lasagnette alla bolognese
- filetto di trota gratinato con verdure
- arrosto glassato con funghi e patatine
- torta di mele
- caffè

Dopo l'abbondante pranzo arrivava il momento più delicato: quello di combattere l'inevitabile



trovare se non

quello di avventurarsi in canti e balli accompagnati dai sempre disponibili Bepi e Mario? Chi cantava, chi passeggiava, chi ancora giocava a carte...e così, senza rendercene conto, il pomeriggio passava veloce in allegria.

Infine, verso le 16.30, arrivava il pullman per riportarci verso casa lasciandoci nella mente il ricordo dei bei momenti trascorsi insieme.

A questo punto non ci resta che ringraziare chi, con sensibilità e professionalità, ha contribuito alla buona riuscita della gita:

- l'OSS Marisa, che si è resa disponibile nel suo giorno di riposo;



- GianFranca e Serena, intervenute a titolo volontario;

- tutte le volontarie Carolina, Bruna, Amabile, Maddalena, Diana e Licinia che, come sempre, aiutano e rallegrano l'ambiente;

- Bepi e Mario che ci hanno assicurato due ore di buona musica.

Alla prossima!!!



Festa d'autunno



Martedì 23 ottobre la Casa di riposo di Leffe ha riproposto la tradizionale "Festa d'autunno", che vede coinvolte diverse strutture della provincia. Erano presenti gli animatori e gli ospiti di Gandino, Valbondione, Ardesio, Gromo, Clusone, Casnigo, Vertova, Lovere, Costa Volpino e Nembro oltre naturalmente ai padroni di casa. Accompagnati dal Volontario Adriano abbiamo accettato volentieri il

gentile invito e ci siamo recati a Leffe.

Grande allegria e spirito di condivisione hanno caratterizzato il bel pomeriggio: ad



animare tutti gli ospiti intervenuti ci ha pensato il coro di Nembro "Saranno famosi...spèta amò n'po" condotto dall'animatore Walter che, con la sua solita bravura, ha saputo coinvolgere i presenti in canti e balli.

Non poteva mancare una sostanziosa merenda offertaci dalla casa ospitante a base di crostata, biscotti e bibite. Alla fine, ciliegina sulla torta, ci è stato donato un bel manufatto creato dagli ospiti locali.

Ringraziamo di cuore l'animatrice Giulia di Leffe, la Presidente Mariella Gallizioli e il personale della casa di riposo di Leffe per la gentile accoglienza, con la speranza di poter ricambiare dando loro appuntamento all'anno prossimo (magari in occasione di una bella festa estiva nel nostro chiostro).



A proposito: nel coro di Nembro riconoscete qualcuno di familiare? Si tratta proprio del sig. Umberto, un nostro ex ospite da poco trasferitosi. Un'ultima cosa: tutti noi avremo il piacere di avere questo spettacolo a dicembre, nella nostra struttura, all'interno delle iniziative per le feste natalizie.

La castagnata

Anche quest'anno, grazie come al solito al buon cuore e alla disponibilità del Gruppo Alpini di Gandino, capitanati dal Sig. Angelo Moro, è stato possibile per i nostri ospiti gustare i deliziosi frutti autunnali per eccellenza: le castagne.

Giovedì 25 ottobre infatti, nel primo pomeriggio, alcuni Alpini arrivavano con tutta l'attrezzatura necessaria e



una ventina di chili dei suddetti frutti. Approfittando della clemenza del tempo, è stato possibile posizionare il treppiede, braciere e padella di fianco al nuovo



giardino, per consentire anche agli ospiti di assistere dal vivo alla cottura delle castagne.

Una volta pronte, tutta la compagnia ha fatto il suo ingresso nel salone del terzo piano e la vista delle tanto apprezzate "Penne nere" ha strappato un lungo applauso agli ospiti riuniti per la merenda.

La fase di "sbucciatura" è subito iniziata, grazie anche all'apporto delle Volontarie intervenute per dar man forte. Dagli altri piani intanto arrivavano numerosi altri ospiti per assaggiare le tanto sospirate "gheröle". Mentre la degustazione aveva luogo, l'ambiente decorato per l'occasione è stato rallegrato come sempre dal



famoso duo "Bepi & Mario" che, accompagnati da Alpini e simpatizzanti, hanno intonato diversi brani "evergreen" accolti con entusiasmo dal "pubblico".

Che dire...un pomeriggio in allegria per merito di chi si ricorda sempre di noi!!!

Viva i nostri Alpini!!!

Concorso cartoline

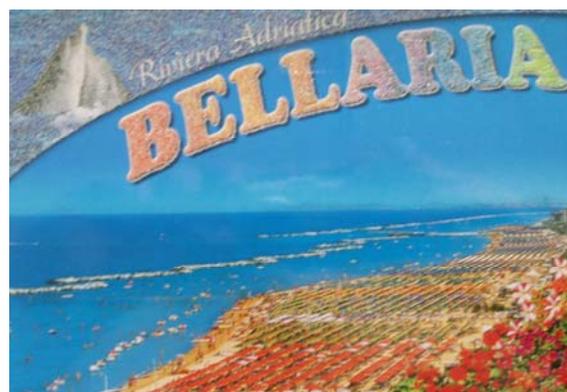
E' finalmente giunta l'ora di proclamare il vincitore del tanto atteso concorso estivo "La cartolina più bella" indetto a luglio attraverso le pagine de "La Voce".

L'invito di spedirci una cartolina dai luoghi di villeggiatura, esteso ai colleghi, ai parenti degli ospiti, ai visitatori, ai lettori del giornalino e, perché no, anche agli ospiti stessi, è stato raccolto da un buon numero di persone che si sono ricordate di noi!

Le cartoline giunte in animazione sono state tutte gradite e il compito della giuria (composta dagli ospiti che scendono in Sala animazione per i laboratori creativi) non è stato per niente facile.

Paesaggi marini, città d'arte, caratteristiche feste locali, luoghi di montagna, simpatiche vignette: mai scelta è stata più faticosa, ma i nostri giurati avevano l'ingrato compito di sceglierne solamente una!

Alla fine, per un solo voto di scarto, è risultata vincitrice la cartolina speditaci ad agosto dalla famiglia Frigeni di Gandino in vacanza a Bellaria sulla riviera adriatica. Ci fa piacere il fatto che il nostro invito a spedirci un ricordo dalle ferie sia stato accolto anche da qualcuno dei nostri fedeli lettori.



Il simpatico messaggio inviatoci dice:

«Ho tentato di animare anch'io in spiaggia come fai tu, ma non ho avuto risultati positivi come i tuoi. Tanti saluti da Corrado, Angela, Valentina e Simone. P.S.: salutami tutti i tuoi giovanotti!»

E il premio? Un bel "centrotavola" natalizio e una bella foto ricordo del vincitore pubblicata sul nostro giornalino!!! Ringraziamo infine pubblicamente anche tutti gli altri che ci hanno gentilmente spedito una cartolina: Roberta IP e famiglia, i nipoti



della sig.ra Ongaro Maria, Tiziana IP e famiglia, la figlia della sig.ra Torri Maria, Maurizio (inserviente), Cecilia (della lavanderia), il sig. Onorino Bertocchi, Letizia (fisioterapista), la volontaria Amabile, Lucia (ASA) e un ringraziamento particolare a due ospiti che ci hanno scritto: il sig. Ezio dalla Valle Imagna e il sig. Umberto, da poco trasferitosi. GRAZIE A TUTTI E...ALL'ANNO PROSSIMO!!!



Progetto acquario



Tra le tante iniziative in corso in questo periodo, si aggiunge ora quella del "Progetto acquario".

Grazie all'indispensabile aiuto del titolare del supermecato "Frescomio" di Gandino, Angelo Beltrami, che si è gentilmente offerto per raccogliere gran parte dei fondi necessari alla realizzazione di un acquario, ci stiamo dando da fare perché il progetto vada a buon fine:

Punti spesa? No, grazie: acquario ai nonni

Così esordiva l'articolo del "nostro" giornalista ufficiale sig. Gherardi pubblicato puntualmente sull'inserito dell'Eco di Bergamo di giovedì 27 settembre e che raccontava come è nata la brillante idea che coinvolgerà tutti i frequentatori del negozio.

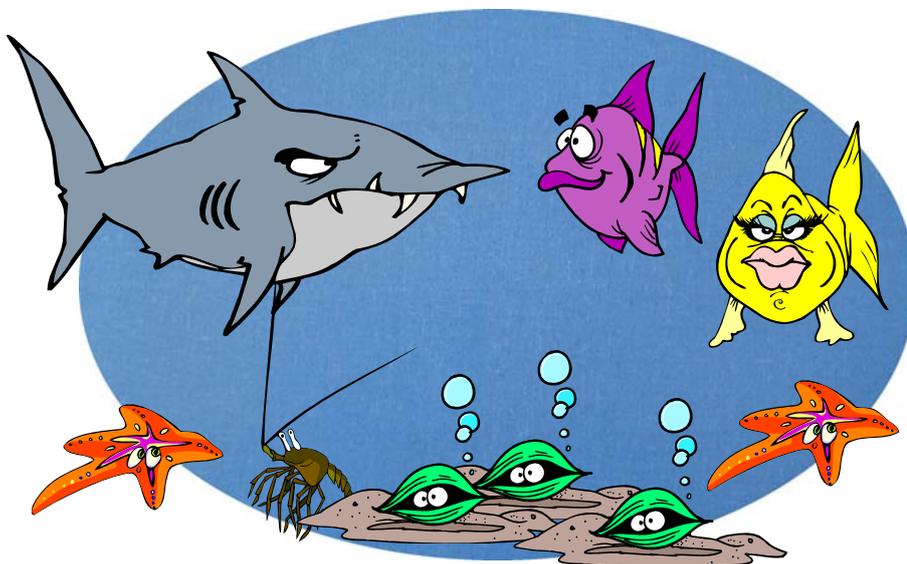
Prendendo spunto da quello da lui installato nel suo esercizio (vale proprio la pena di andarlo a vedere!), ci è venuta voglia di averne uno tutto nostro!

L'attuazione del progetto non avrà probabilmente tempi brevi: considerati i costi elevati e il periodo necessario per l'allestimento, potremo ammirare l'acquario solamente l'anno prossimo.

Un'altra questione, se tutto procederà come previsto, sarà quella di trovare il posto migliore per collocare l'acquario: dopo avere valutato un po' tutte le possibili soluzioni, pensavamo che la più adatta, per non scontentare nessuno, potesse essere quella di sistemarlo nell'atrio d'ingresso vicino alla vetrinetta dell'Animazione.

Noi crediamo che, oltre ad essere più visibile e ad abbellire il locale, potrebbe rappresentare una curiosità e uno stimolo a scendere per i nostri ospiti.

Chiunque avesse idee in proposito o volesse partecipare in qualsiasi modo a questo progetto, si faccia vivo!!!





Aspettando il Natale...



Proposte del Servizio Animazione per il mese di Dicembre

GIOVEDÌ' 6

Alle ore 15.30 Festa dei Compleanni di dicembre con il maestro Gamba

VENERDÌ' 7

Alle ore 16.00 al 3° piano Tombola dell'Immacolata con ricchi premi

SABATO 8

*Alle ore 9.00 S. Messa animata dai ragazzi delle classi di catechesi
di 2° e 3° media di Barzizza*

DOMENICA 9

*Alle ore 15.30 nel salone del 3° piano, concerto della Corale Luigi Canali
di Gandino organizzato dall'Associazione dei Volontari "Omnia vitae"*

MARTEDÌ' 11

Alle ore 16 al 3° piano Tombola di Santa Lucia con ricchi premi

GIOVEDÌ' 13

*Nel pomeriggio arriva Santa Lucia accompagnata
dal tradizionale suono delle cornamuse*

SABATO 15

*Alle ore 16.00, nel salone del 3° piano, concerto del coro di voci bianche
"Piccole note insieme" diretto dalla professoressa Laura Fratus*

MARTEDÌ' 18

Alle ore 14.30, presso la Casa di riposo di Vertova, "Concerto natalizio"

MERCOLEDÌ' 19

In Sala Animazione alle ore 15.00, proiezione del film "Nativity"

GIOVEDÌ' 20

*Alle ore 16.00, nel salone del 3° piano, Concerto di Natale
con il coro "Saranno famosi...spèta amò n'po" di Nembro*

VENERDÌ' 21

Alle ore 16.00 al 3° piano Tombola di Natale con ricchi premi



LUNEDI' 24

- Durante la mattina arriva Babbo Natale con un piccolo dono per tutti
- Alle ore 16.00, nel soggiorno del piano terra est, scambio di auguri:
 - siete tutti invitati a partecipare!!!



MARTEDI' 25 - S. Natale -

S. Messa animata dal clarinetto di Paolo Servalli

GIOVEDI' 27

Alle ore 16.00, nel salone del 3° piano, festa in musica di fine anno con i maestri Valentino e Mario

SABATO 29

Dalle ore 16.00 in tutti i reparti, arrivano le "Pie de Solt": la magica atmosfera creata dal suono delle tradizionali cornamuse.

LUNEDI 31

Alle ore 16.00 al 3° piano Tombola di fine anno con ricchi premi e brindisi per l'anno nuovo

*** * ***

DA MARTEDI 18 A DOMENICA 23

Nell'atrio d'ingresso della struttura mostra fotografica del concorso "Oltre le stagioni... gli animali" organizzato dalla Casa di riposo di Vertova.

DA MARTEDI 25 A DOMENICA 30

Nell'atrio d'ingresso mostra fotografica a cura dell'Associazione di Volontariato "Omnia vitae" operante in struttura, sulle iniziative organizzate a favore degli ospiti in questi due anni di attività

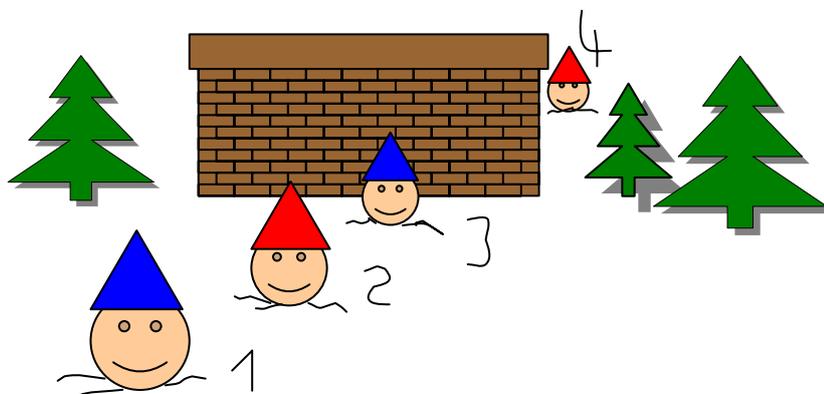
Da Giovedì 13 a Domenica 16 e da Giovedì 20 a Domenica 23

Nell'atrio d'ingresso della struttura Mostra-mercato dei manufatti creati dagli ospiti durante i laboratori creativi

Buon Natale e Felice anno nuovo!!!

Il Quizzone

Pubblichiamo la soluzione del "quizzone" proposto nel numero scorso.



SOLUZIONE

A parlare è il prigioniero di mezzo davanti al muro, quello con il cappello rosso (il n°2). Il n°1 e il n°4 non vedono niente e parlare sarebbe rischioso. Il n°3 vede davanti a sé un cappello rosso e uno blu, quindi il suo potrebbe essere o rosso o blu. Se vedesse due cappelli dello stesso colore (mettiamo due cappelli rossi) sarebbe sicuro che il suo è dell'altro colore (in questo caso blu): proprio per questo il prigioniero n°2 aspetta un po' per vedere se il n°3 parla. Siccome ciò non succede, capisce che il suo cappello e quello del n°1 sono diversi (altrimenti il n°3 avrebbe seguito il ragionamento appena esposto). Visto che il n°1 ha il cappello blu, il n°2 capisce che il suo deve essere differente, cioè rosso: lo dice e tutti si salvano.



Buone notizie

Informiamo che la domanda alla Fondazione della Comunità Bergamasca, per un contributo alla realizzazione del nostro nuovo giardino esterno, è stata accolta e provvederà quindi allo stanziamento di una somma pari a 20.000 euro.

A questo si aggiungeranno i proventi della firma del "cinque per mille" relativi alle dichiarazioni dei redditi del 2006. L'Agenzia delle Entrate ha pubblicato sul proprio sito internet l'elenco degli enti e delle associazioni che dovrebbero ricevere tali fondi e la Fondazione Cecilia Caccia in Del Negro, scelta da 1178 contribuenti (non solo gandinesi), risulta essere al settimo posto in bergamasca e dovrebbe ricevere in futuro un contributo di 24.600 euro. **GRAZIE A TUTTI!!!**

Benvenuto don Alessandro!!! Complimenti don Emilio!!!

Nonostante l'ingresso ufficiale si sia svolto domenica 30 settembre, tutti noi abbiamo avuto il piacere di conoscere il nuovo curato dell'Oratorio con qualche giorno di anticipo. Accompagnato dal neo Mons. Emilio Zanoli. Don Alessandro ha celebrato la sua prima



messa nella cappella della Casa di riposo, accolto calorosamente da tutti gli ospiti presenti.

Don Alessandro Angioletti è nato a Bergamo il 20 maggio 1979 ed è stato ordinato sacerdote nel giugno scorso.

Proviene dalla comunità di Bonate Sotto dove ha frequentato le scuole dell'obbligo, entrando nella comunità del Biennio del Seminario nel settembre del 1993 in prima superiore.

Dopo il liceo ha proseguito il

suo cammino nella comunità di teologia, svolgendo il servizio estivo e festivo nella comunità di Loreto, in città.

Negli anni 2001-2002, mentre frequentava la terza, ha assistito come prefetto i ragazzi delle medie. Dal 2003 ha prestato servizio nella comunità di Berbenno, dove ha vissuto gli ultimi due anni in preparazione all'ordinazione sacerdotale, diventando diacono il 31 ottobre dello stesso anno.

Che dire...Oratorio nuovo, curato nuovo!!!

Come accennavamo prima, novità anche per il nostro prevosto don Emilio, divenuto Monsignore e nominato Cappellano di Sua Santità papa Benedetto XVI. I festeggiamenti del caso sono iniziati sabato 6 ottobre, quando, all'interno di un concerto in basilica, il neo Monsignore ha ricevuto l'abito talare da parte



dell'Amministrazione Comunale. Il giorno dopo, domenica 7, messa solenne e corteo fino alla piazza accompagnato dalle confraternite, dall' Civico Corpo Musicale e dalle autorità civili.

Da parte nostra e di tutti gli ospiti della Fondazione, tanti auguri di cuore al novello Curato e al neo Monsignore!!!

(Nelle foto la prima S. messa celebrata in casa di riposo da Don Alessandro e da Monsignor Zanoli).

La parola ai Volontari

La fine dell'anno è ormai alle porte e come di consuetudine è tempo di bilancio, che per noi è sicuramente più che positivo, sia da un punto di vista materiale che umano.

Infatti l'obbiettivo di quest'anno: la realizzazione del giardino sensoriale, è stato raggiunto completamente, sia strutturalmente che economicamente. Tutto questo è stato possibile solo e grazie a tutti coloro i quali hanno dimostrato solidarietà, collaborazione e fiducia nelle nostre iniziative. Il finanziamento richiesto alla Fondazione Comunità Bergamasca, che grazie all'intervento incisivo del Dott. Mosconi Giuseppe e della Sig.ra Luciana Radici, ha avuto esito positivo e ci ha consentito di veder realizzato anche dal punto di vista economico il nostro ambizioso sogno.

Un grazie particolare è dovuto al Sig. Andrea Parolini per la preziosa collaborazione in tutti questi mesi.

Un pensiero di riconoscimento anche all'amministrazione della Casa di riposo che si è dimostrata sensibile e collaborativa verso i nostri progetti. Ho accennato prima al rapporto umano, senza questo aspetto nulla avrebbe senso, in questa esperienza ho incontrato persone meravigliose alle quali mi sono affezionata giorno dopo giorno, ascoltando le loro storie, percependo le loro emozioni, cercando di soddisfare le loro piccole necessità, sostenendo le loro debolezze e incertezze, accogliendo a braccia aperte il loro affetto.

E che dire allora delle Volontarie, Volontari, Suor Marcella e Suor Angela che collaborano fattivamente con impegno e serietà, sempre pronti a portare avanti qualsiasi iniziativa tu proponga con entusiasmo e passione, ingredienti indispensabili. Grazie di cuore a tutti Voi!

Immane in ogni iniziativa Pino e Tiziana, due animatori sensibili e appassionati al loro lavoro, molto amati dagli ospiti: vi sono riconoscente per i consigli e la disponibilità dimostrata. Anche il buon rapporto instaurato con il Direttore Sanitario Dott. Maffei Cesare e la Coordinatrice Sig.ra Martinelli Margherita, ha agevolato le nostre iniziative e di questo ne sono particolarmente felice.

Ringrazio di cuore per la loro generosità le Associazioni di volontariato del territorio ed in particolare l'AVIS di Gandino e Cirano, l'insostituibile gruppo Alpini, la Sig. Rudelli Carmen e la compagnia Stabile Loverini che ha allietato con allegria i nostri ospiti la Domenica dell'11 Novembre.

Il 27 giugno la nostra associazione è stata iscritta alla Sezione Provinciale del Registro Regionale delle Organizzazioni di Volontariato, pertanto ora vi è la possibilità di rilasciare in caso di donazione una ricevuta che consente una deduzione fiscale nella vostra dichiarazione dei redditi.

Desidero augurare a tutti un lieto Santo Natale con l'auspicio di un nuovo anno ricco di ambiziosi obbiettivi.

Il presidente dell'Associazione di Volontariato "Omnia vitae" O.N.L.U.S.

Paola Bombardieri

L'angolo del cuore



TRA I POVERI DEL GUATEMALA, HONDURAS, NICARAGUA

Guatemala: una terra con foreste tropicali, vulcani e fertili altopiani, popoli di antiche civiltà, tra i quali i Maya. Poi l'immenso lago di Atitlan, villaggi sperduti tra le montagne a tremila metri, clima molto umido in montagna, tropicale in pianura. Zacualpa, inutile cercarla sulle guide turistiche: è un luogo di martirio, nascosto tra i boschi. Poco lontana dalla città si apre la caverna riempita di salme di persone massaccrate circa 20 anni fa. Nel convento dei Frati Francescani una stanza sta ancora



a testimoniare gli strumenti di tortura con cui gli squadroni della morte massacravano la povera gente della zona. Anche i sacerdoti hanno subito la medesima sorte: nel 1998 viene ammazzato il vescovo Josè Gerardi, una vita spesa per i diritti umani. Ora qui sorge un istituto di suore che si occupa dei piccoli e delle donne abbandonate. Un viaggio difficile, la violenza è sempre dietro l'angolo, fuori ogni negozio c'è una persona di guardia; noi stessi abbiamo dovuto circolare con una scorta armata. Il lavoro è molto duro, 10-12 ore nelle piantagioni di caffè, mais, banane: il salario è da fame. La maggioranza dei terreni è in mano a ricchi proprietari, anche i bambini devono lavorare, non frequentano le scuole, quindi la maggior parte resta analfabeta. Anche in campo sanitario la situazione è drammatica, malattie come l'aids sono in forte espansione e i poveri devono ricorrere ai "curanderos" (persone che curano con erbe della foresta) non avendo che pochi Quezal (la moneta locale) da poter spendere: non possono permettersi di andare da un medico. Le condizioni più difficili, come in altri paesi poveri, sono vissute dalle donne: figli, lavoro, sottomissione, e molte volte sono abbandonate a se stesse con un carico di 8-10 figli da sostenere. Ne abbiamo incontrate parecchie in questi centri dove si cerca di aiutarle, ma sempre mancano i mezzi economici per continuare questo importante lavoro, come ci diceva una responsabile locale Sr. Ana Maria: "Diamo del cibo, medicine, un po' d'istruzione, assistiamo i loro bambini mentre sono al lavoro nei campi, ma tante volte non abbiamo più nulla da dare, solo promesse e speranze". Abbiamo dato un contributo per i bisogni più urgenti, e la nostra futura disponibilità ad aiutarli. Il Natale si avvicina, come sarebbe bello che anche su queste tavole ci fosse più serenità con cibo a sufficienza!

L'Associazione augura serene festività a tutti gli ospiti e al personale.

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...

Continua la rubrica intitolata "Come eravamo...", dedicata alla riscoperta di ospiti e momenti di vita del recente passato.

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

Le gite

Quando l'animazione era ancora agli albori nelle case di riposo, le gite erano (a ragione) una delle attività più gettonate. Il pulmino era nuovo fiammante e le Animatrici di allora (Michela e Susanna) erano ben decise di sfruttarlo il più possibile.

La prima foto che vi proponiamo risale all'anno 1992 e ritrae gli ospiti della struttura in gita a Imbersago. Accompagnati da Michela e la "mitica" volontaria Lucia, appaiono molti volti noti a chi frequenta (o ha frequentato) la casa di riposo negli anni novanta. Dal "portinaio" Andrea a Franco, da Luciano alla famosa "signorina" e tutti



gli altri. Fa un po' malinconia notare che (oltre naturalmente alle accompagnatrici!), oggi rimane solamente la sig.ra Maria Teresa (che è ancora nostra ospite). A dire il vero della sig.ra Adriana (al centro nella fila dietro) abbiamo perso le tracce dopo il suo trasferimento a Clusone.

La seconda fotografia è datata 30/06/1994 ed è stata scattata sul lungolago a Lovere. Oltre all'Animatrice Susanna si scorgono un giovane Roberto e Tina Nodari, oltre che ad altre facce note (che purtroppo ci hanno lasciato).

Quella di Lovere è una meta ambita dagli ospiti che rimangono sempre affascinati dalla vista del lago.

Alla prossima!!!



Come ti chiami?



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

È il momento della lettera "B":

Barbara: si festeggia il 4 dicembre. È diffuso in tutta Italia, la sua origine è greca e significa "straniera". È patrona degli artiglieri ("santabarbara" è chiamato il deposito di munizioni), dei minatori, degli architetti e dei vigili del fuoco. È protettrice dai fulmini: S. Barbara di Nicomedia infatti venne decapitata dal padre che subito dopo venne incenerito da un fulmine.

Bartolomeo/a: si festeggia il 24 agosto. È diffuso in tutta Italia. In aramaico significa "Dio ha dato" mentre in ebraico vuol dire "il bellicoso". Famoso S. Bartolomeo apostolo e martire, rappresentato da Michelangelo scorticato: per questo forse è considerato patrono dei macellai, dei sarti, dei pellicciai e guaritore delle malattie della pelle.

Basilio/a: si festeggia il 1° gennaio. È diffuso in particolare al sud e nelle isole. Dal greco significa "regale". Numerosi i santi e i martiri con questo nome.

Battista/Battistina: si festeggia il 24 giugno. È diffuso soprattutto al nord e dal greco significa "immergere in acqua" dal culto di S. Giovanni Battista che istituì il battesimo e annunciò la venuta di Cristo. È patrono di Genova e Firenze.

Beatrice: si festeggia il 18 gennaio. È diffuso specialmente al centro Italia e dal latino significa "colei che dà beatitudine". Legato al culto della beata Beatrice d'Este, al prestigio di diverse famiglie nobili del passato e a diversi personaggi letterari. Famosa la Beatrice celebrata da Dante nella "Vita nova" e nella "Divina commedia".

Benedetto/a: si festeggia il 21 marzo (è legato alla primavera: "a S. Benedetto ogni rondine è sul tetto"). È diffuso soprattutto al centro e dal latino significa "benedetto da Dio". Si ricorda in particolare S. Benedetto da Norcia, fondatore dei Benedettini a Montecassino il cui motto era "ora et labora". Patrono d'Europa, è protettore degli agricoltori, dei chimici, degli ingegneri e degli speleologi.

Beniamino/a: si festeggia il 31 marzo. Dall'ebraico significa "figlio fortunato" o "figlio prediletto". Nell'Antico Testamento è ricordato come secondo figlio di Giacobbe e Rachele, concepito dalla madre in età molto avanzata.



Una scelta difficile: il ricovero presso una Casa di Riposo

(a cura dell'Infermiera Roberta)

Quali sono i motivi principali per cui un parente prende la difficile decisione di ricoverare il proprio caro presso una struttura come la nostra?

Per descrivere meglio il fenomeno, mi rifaccio ad un interessante studio mirato condotto dalla Regione Friuli Venezia Giulia nel 2003 che, per la mia esperienza, ben definisce i termini generali del problema nonostante si riferisca a quella realtà.

Innanzitutto premetto che, visto l'andamento sociale degli ultimi decenni del nucleo familiare, era pressoché inevitabile che la famiglia da "allargata" si restringesse a quella odierna (padre, madre e figli), relegando a vita autonoma gli anziani "nonni" che invece, fino a qualche decennio prima, erano il motore ed il collante della stessa.

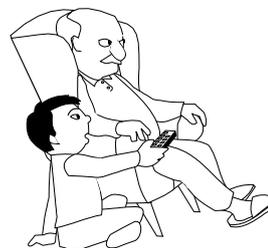
I motivi predominanti sono sostanzialmente due:

- l'aumento progressivo degli anziani ultrasessantacinquenni ed in particolare degli ultraottantenni;

- relativo aumento delle malattie cronico degenerative che sempre più affliggono le persone appartenenti a queste fasce d'età.

Il manifestarsi di tali malattie tipiche dell'anziano piano piano facilitano l'insorgenza di condizioni di disabilità e di non autosufficienza, portando ad una crescita non indifferente del fabbisogno di assistenza.

Di fronte a questi cambiamenti le famiglie, che da sempre hanno rappresentato un punto saldo dell'assistenza degli anziani a domicilio, non sempre sono state in grado di gestire le nuove situazioni che si sono presentate ricorrendo così con maggior frequenza all'istituzionalizzazione.



Emerge sempre più chiaramente che la famiglia, da sola, non possa essere in grado di garantire in futuro l'apporto assistenziale consistente e continuo di cui l'anziano non autosufficiente necessita, trovandosi di conseguenza spesso nella condizione di dover per forza ricorrere alla soluzione istituzionale.

La ricerca succitata elenca le maggiori cause di istituzionalizzazione per patologia:

- **Demenza (33%)**
- **Esiti di ictus (16%)**
- **Malattie dell'apparato locomotore (13%)**
- **Malattie dell'apparato cardiovascolare (11%)**
- **Disturbi mentali (8%)**
- **Malattie dell'apparato respiratorio (5%)**
- **Malattie metaboliche (3%)**
- **Cause varie (11%)**

La ricerca riporta inoltre i motivi per cui un familiare decide di ricoverare un congiunto in una RSA:

- ❑ **Complessità assistenziale (89%)**
- ❑ **Abitazione non adeguata (32%)**
- ❑ **Burnout del caregiver (stanchezza di chi assiste) (30%)**
- ❑ **Attività lavorativa (19%)**
- ❑ **Reddito insufficiente (2%)**
- ❑ **Altro (17%)**

Infine esplicita se la scelta dell'istituzionalizzazione è stata condivisa con la persona anziana:

- ❑ **La persona era d'accordo (40%)**
- ❑ **La persona non era d'accordo (9%)**
- ❑ **La persona non era in grado d'intendere (51%)**

CONCLUSIONE

Le famiglie rappresentano una risorsa di fondamentale importanza per assicurare alle persone anziane con problemi di non autosufficienza il diritto di invecchiare al proprio domicilio. Tuttavia, sappiamo che le recenti tendenze demografiche hanno



modificato i tratti della famiglia italiana portando ad una crisi del tradizionale modello di cura ed assistenza familiare. La presenza di nuclei familiari sempre più ridotti e la sempre più frequente partecipazione della donna, tradizionalmente caregiver principale, al mercato del lavoro, hanno infatti modificato fortemente la capacità delle famiglie di prendersi cura dei propri anziani.

Di seguito riporto stralci di testimonianze apparse in un interessante articolo de "La rivista del sociale" (rivista trimestrale edita dall'Istituto per gli Studi sui Servizi sociali di Roma) del 02/2007, scritto da Renzo Scortegagna:

Un figlio, rivolgendosi alla sua madre allettata e gravemente dipendente dice:

"Mamma fai la brava...mamma ho cominciato a dieci anni ad aiutarti...ne ho sessantacinque., dimmi quando vado in pensione!."

L'affetto o in qualche caso il senso del dovere non bastano a compensare o a ricompensare la fatica del lavoro di cura. Una figlia che assiste da sempre la madre ultranovantenne, risponde così all'intervistatrice che la interroga:

"Sarà anche un arricchimento a livello morale, ma il vecchio demolisce, signora mia!"

Sempre all'intervistatrice, una signora risponde:

"...è un calvario, non so se è lunedì, se è sabato, se è domenica, non ho respiro, lì sempre, lì sempre, questa situazione ha creato tensione per tutti, cominciando da me..."



Informasalute

IL SORRISO AIUTA A GESTIRE LO STRESS

Il primo passo da compiere è diventare consapevoli delle situazioni e degli stimoli che sono per noi causa di stress; non esiste predefinito: persone diverse, reagendo in modo diverso alle sollecitazioni, possono identificare cause di natura molto lontana.

Alcuni vivono bene sotto pressione e possono provare stress in ambienti di lavoro meno demanding, altri preferiscono vivere in realtà lavorative basate sulla routine. Pensando alla vostra vita è necessario riconoscere i luoghi, le persone, i fatti che causano lo stress.

Il primo consiglio a questo punto è la comprensione di quali stimoli possano essere evitati: in questo caso la scelta da fare è una sola, eliminare la ragione di stress.

Purtroppo molte situazioni sono imprescindibili: se la causa di stress è il vostro capo, un familiare, l'ambiente di lavoro, non è possibile rimuoverle ma è necessario affrontarle.

Innanzitutto cercate di capire se è possibile cambiare le vostre reazioni a queste situazioni critiche: fate un passo indietro e valutate i fatti da punti di vista diversi, chiedetevi se è così importante piacere a tutti, non pretendete la luna da voi stessi. Il processo di cambiamento può essere lento, ma ogni passo che riuscirete a fare modificando le vostre reazioni produrrà i suoi benefici, riducendo i livelli di stress ai quali sarete sottoposti. Una volta eliminati gli stress evitabili e, nei limiti del possibile, modificate le vostre reazioni, rimarranno comunque situazioni nelle quali lo stress sembrerà purtroppo avere la meglio.

Tra le varie tecniche di gestione dello stress c'è la terapia del sorriso. I benefici del sorriso nella gestione dello stress sono molteplici:

- Ormoni: l'atto del ridere riduce il livello di ormoni rilasciati in situazioni di stress come il cortisolo, l'adrenalina, la dopamina e, allo stesso tempo, rilascia ormoni benefici come le endorfine. L'insieme di queste azioni determina una drastica riduzione degli effetti fisici dello stress.
- Sfogo fisico
- Esercizio fisico: una sana risata mette in moto il diaframma, i muscoli addominali e i muscoli delle spalle lasciando i muscoli più rilassati
- Distrazione: l'attenzione viene allontanata dalla collera, i sensi di colpa e le emozioni negative che si stavano provando.
- Cambio di prospettiva: la nostra risposta cambia se consideriamo un evento una minaccia piuttosto che una sfida. Un atteggiamento sdrammatizzante può fornire una prospettiva più leggera ed aiutare ad affrontare gli eventi come sfide. Studi scientifici hanno dimostrato che mentre un bambino ride fino a 400 volte al giorno, l'adulto medio non lo fa che meno di venti volte.

Ecco alcune strategie per mettere in atto una terapia del sorriso:

- film e TV: evitate in situazioni di stress la visione ripetuta e continua di film o serie TV drammatici. Scegliete piuttosto delle commedie comiche per introdurre qualche sana risata nella vostra vita.
- Ridete con gli amici: uscite con gli amici, organizzate incontri e serate di gioco e, soprattutto, in compagnia non lasciate che le conversazioni si focalizzino sempre sui problemi vostri e degli altri.
- Scoprite il lato comico: sdrammatizzate, sdrammatizzate, sdrammatizzate. Cercate di ridere di ciò che vi sta frustrando, di essere più leggeri nell'affrontare le cose, dandovi un'opportunità di guardarvi dal di fuori e scoprire il lato comico di ciò che sta accadendo.
- Fingete di ridere: gli effetti positivi di una risata si manifestano anche quando questa è "finta".

Se il sorriso non vi viene spontaneamente, sforzatevi e forzate, e presto scoprirete che è entrato nella vostra vita senza che ve ne siate accorti.

La Fisioterapista Letizia

C'ERA UNA VOLTA...IL MIO PAESE

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

L'ultimo comune preso in considerazione dal nostro "indice di residenzialità" degli ospiti presenti in RSA è:



RANICA

Lo stemma del Comune è costituito da uno scudo con una ruota dentata (simbolo dell'industria) con al di sotto due ramoscelli, uno di quercia e uno di olivo (simbolo dell'agricoltura) ed al di sopra una corona.

Storia :

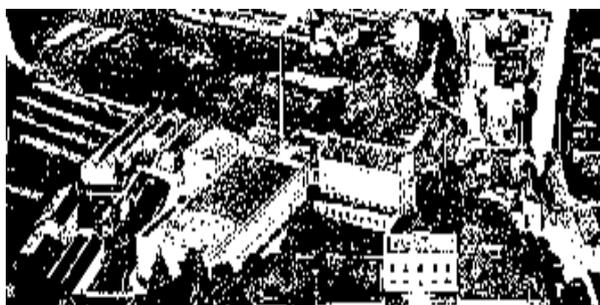
Il nome di Ranica è citato per la prima volta in un documento dell' 881:

il significato del nome pare sia da attribuire ad una villa (detta " villa hilarianica"). In epoca medioevale il paese ebbe una intensa vita : ne sono testimonianza i resti della cinta di fortificazione di un castello (distrutto dai guelfi nel 1362). Ulteriore vestigia dell'epoca è la torre che ancora oggi sorge in località Viandasso (al confine con il comune di Gorle).

Il comune di Ranica è costituito nel 1886 , però già sotto la dominazione di Venezia si hanno notizie di una amministrazione propria (come da Statuto del 1748).

Industria tessile Zopfi

Lo stabilimento per la filatura del cotone fu fondato dallo svizzero G. Zopfi nel 1869 e cominciò a funzionare nel 1870. Fu ampliato nel 1878 con l'aggiunta di un nuovo corpo di fabbrica. Il reparto di tessitura fu eretto nel 1881 e ingrandito nel 1907 quando furono introdotti i telai meccanici. Nel 1900 l'intero stabilimento impiegava 800 operai.



costruzione neoclassica che dispone di una superficie coperta di 8000 mq, ed è circondata da un parco di circa 60.000 mq. Attualmente la Villa è sede dell' Istituto Mario Negri Centro di Ricerche Cliniche per le Malattie Rare "Aldo e Cele Daccò". Il Centro ospita una sezione di degenza con circa 30 posti letto. La sezione Day-Hospital è destinata alla realizzazione di progetti clinici che non richiedono degenze protratte e dispone di 8 posti letto. La sezione ambulatori è destinata agli incontri periodici con i pazienti.



Villa Camozzi

Fu costruita dal 1810 al 1815 , su progetto del ranichese Simone Elia. È una

AUGURI!!!



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

Novembre

*il giorno 1 la sig.ra Cassetta Santa
il giorno 4 la sig.ra Capelli Maria Vittoria
il giorno 7 il sig. Bonacina GianBattista
il giorno 8 la sig.ra Lanfranchi Giuseppa e il sig. Caccia Luigi
il giorno 9 la sig.ra Zanotti Benvenuta
il giorno 10 le sig.re Nodari Maria, recalcata Emerenziana
e il sig. Nembrini Luigi
il giorno 11 il sig. Colombi Quirino
il giorno 14 le sig.re Noris Lucia e Paris Ermelinda
il giorno 18 il sig. Cavagnis Angelo
il giorno 19 la sig.ra Loglio Modesta
il giorno 23 la sig.ra Loglio Battistina e il sig. Cima Giovanni
il giorno 29 la sig.ra Merigo Luigia*

...e a quelli che li compiono a

Dicembre

*il giorno 4 la sig.ra Fumagalli Maria
il giorno 7 la sig.ra Picinali Anna Maria
il giorno 8 il sig. Nicoli Giovanni
il giorno 9 la sig.ra Eusebio Ernesta
il giorno 15 la sig.ra Campana Maria
il giorno 19 il sig. Rossi Tommaso
il giorno 22 il sig. Zenoni Luciano
il giorno 30 la sig.ra Caccia Margherita
il giorno 31 il sig. Mecca Mario*

AUGURI!!!

Ringraziamenti

- ♥ Grazie come sempre ai Volontari dell'Associazione e i volonterosi che ci aiutano nelle varie attività ed iniziative
- ♥ Grazie al bar edicola "La vecchia fontana" che ci aiuta nella distribuzione del giornalino
- ♥ Grazie a tutti coloro che ci hanno spedito una cartolina dalle vacanze
- ♥ Grazie alla Volontaria Bruna per le dolci merende offerte agli ospiti
- ♥ Grazie a Roby e Lucy del bar "Nuovo Savoia" per i gelati e i caffè
- ♥ Grazie alla Volontaria Carola per l'orologio
- ♥ Grazie al sig. Bepi Anesa per il prestito dei film
- ♥ Grazie alla sig.ra Ongaro Luisa per l'offerta per il giornalino
- ♥ Grazie alla sig.ra Ghirardelli Eugenia per l'offerta per il giornalino
- ♥ Grazie alle sig.re Lory, Lucilla e Flaminia per l'aiuto dato
- ♥ Grazie alla sezione AVIS di Cirano e a Bruna in particolare per le torte
- ♥ Grazie al Gruppo Alpini di Gandino per la "Grigliata" e la "Castagnata"
- ♥ Grazie a Bepi e Mario per l'intrattenimento alla gita, alla "Grigliata" e alla "Castagnata"
- ♥ Grazie alla Volontaria Carolina per l'offerta
- ♥ Grazie al maestro Valentino e a Mario per l'intrattenimento
- ♥ Grazie all'OSS Liliana per l'offerta per il giornalino
- ♥ Grazie a Valentina Zenoni per la traduzione
- ♥ Grazie a Emanuela Rottigni per le magliette e i centrini
- ♥ Grazie alla sig.ra Lanfranchi Maria per le offerte
- ♥ Grazie alla figlia della sig.ra Anastasia per l'offerta per le foto
- ♥ Grazie alle Volontarie Bruna, Carolina e Diana per l'offerta
- ♥ Grazie alle ragazze del micronido "Ambarabà" di Gandino per l'ovatta
- ♥ Grazie a Moira per le bottiglie di spumante
- ♥ Grazie al Volontario Adriano per i premi della tombola
- ♥ Grazie all'ASA Cannizzaro M.A. per l'offerta per le foto
- ♥ Grazie a Elis e alla misteriosa donatrice per lo stereo
- ♥ Grazie alla sig.ra Antonietta per l'offerta per il giornalino

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

Alla prossima !!!

I nostri SPONSOR

IMPRESA EDILE

TORRI VITTORINO

Costruzioni edili private e industriali

*Via Ruviali 41
24024 Gandino-BG
Tel 035/746149*