

*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 3 - NOVEMBRE 2008 - N° 16

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: visitate il sito 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

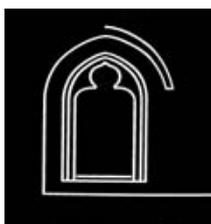
L’Infermiera Roberta

Gli Animatori Tiziana, Pino e Giulia

La Responsabile dei Volontari e Consigliere Paola Bombardieri

Collaboratore esterno: dott. Giuseppe Mosconi

(In copertina uno dei nuovi quadri realizzati dagli Ospiti per abbellire la sala animazione)



In questo numero potrete leggere:

Il Calendario 2009	pag. 4
Il Faro	pag. 5
L'Angolo del cuore	pag. 7
Gli anziani e l'arte moderna	pag. 9
La parola ai Volontari	pag. 10
L'Angolo di Ezio	pag. 11
Chiaccherando	pag. 12
Cronache dall'Animazione	pag. 14
Le nostre interviste	pag. 26
L'Hospice	pag. 28
Consigli del medico	pag. 29
Il dolore	pag. 30
Come ti chiami	pag. 31
Gero Training	pag. 32
Dolci e delizie	pag. 34
L'Anziano nell'arte	pag. 35
Come eravamo	pag. 36
Sensi di colpa	pag. 37
Auguri	pag. 38
Ringraziamenti	pag. 39
I nostri sponsor	pag. 40

Buona lettura!!!

Il calendario 2009

Bella sorpresa per questo ultimo numero del 2008 del nostro giornalino!!! Allegato a questa uscita di novembre de "La Voce" infatti, troverete il bel calendario realizzato in collaborazione con altre case di riposo della provincia, dal titolo "Oltre le stagioni...i mestieri di una volta".

L'idea è nata in seguito all'annuale concorso fotografico organizzato dalla Casa di riposo di Vertova "Cardinal Gusmini" che, all'interno delle manifestazioni per la "Settimana d'argento", propone ogni anno nel mese di settembre, un tema diverso che coinvolge diversi istituti della bergamasca.

I protagonisti sono naturalmente gli ospiti delle varie strutture che si impegnano insieme ai loro animatori in questa importante iniziativa, realizzando ogni volta delle fotografie originali e molto curate.

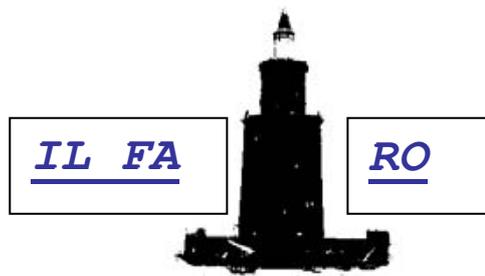
Il tema di questa edizione era particolarmente azzeccato ed accattivante: "I mestieri di una volta" e, vista la rara bellezza e suggestione delle opere presentate dai vari operatori, era un vero peccato che l'iniziativa non avesse un degno seguito. Per questo noi animatori di Gandino abbiamo condiviso, insieme alle brave animatrici di Vertova Valeria e Manuela, l'idea di raccogliere le migliori fotografie (una per istituto) in un calendario veramente "alternativo" da proporre a tutti voi per l'anno nuovo.

Si tratta di uno sforzo organizzativo ed economico non indifferente, finalizzato a sottolineare, da una parte, l'importanza di tutte quelle iniziative a favore dei nostri anziani e, dall'altra, l'impegno e la voglia di "mostrarsi" degli stessi ospiti che spesso non hanno la possibilità di esprimersi e di essere considerati. È un'opportunità unica per avere in casa un calendario originale che ci terrà compagnia, insieme ai suoi protagonisti, per un anno intero e ci aiuterà a riscoprire certi "mestieri" e, perché no, certi valori di una volta. Un'occasione per noi per apprezzare la fatica e i sacrifici del contadino o delle lavandaie e la possibilità per i nostri ospiti di rivivere alcune realtà e tradizioni del loro passato.

Come anticipato, parte dei calendari sarà allegata al numero di novembre de "La Voce" per premiare i nostri fedeli lettori (è sempre gradita una piccola offerta!), altri saranno messi in vendita durante il tradizionale "Mercatino di Natale", mentre i restanti saranno donati ai nostri ospiti. Con questa iniziativa speriamo di aver fatto cosa gradita sia a tutti i nostri lettori che ai nostri cari ospiti, sempre al centro delle nostre attività e dei nostri pensieri.

Vi ricordiamo infine che potrete ammirare tutte le fotografie che hanno partecipato al concorso fotografico in questione durante la terza settimana di dicembre, in esposizione nell'atrio d'ingresso della nostra struttura.

Non resta che augurarvi, con un certo anticipo, un buon anno nuovo da parte di tutta la redazione de "La Voce" e del CdA della nostra Fondazione. **BUON 2009!!!**

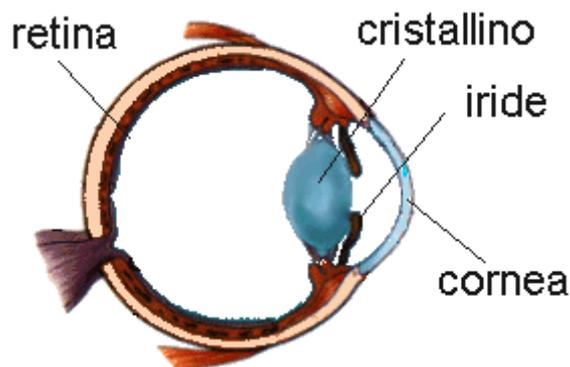


CONSIGLI PER ASSISTERE L'ANZIANO A DOMICILIO

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

LA CATARATTA

Per "cataratta" si definisce un opacamento del cristallino dell'occhio. Il cristallino ha la stessa funzione dell'obiettivo in una macchina fotografica, deve produrre nell'occhio un'immagine a fuoco.



Il concetto di "cataratta" viene dal Medioevo e deriva dal termine greco "katarraktês". Questo termine in greco definisce qualcosa che cade dall'alto in basso. Questo significato è stato trasferito in medicina per indicare lo "schermo grigio" che "cade davanti all'occhio" quando il cristallino diventa opaco.

La cataratta dunque non è una malattia contagiosa, né può insorgere in seguito ad un affaticamento prolungato degli occhi

I FATTORI DI RISCHIO

- Età, rientra fra le cosiddette malattie senili, che si manifestano per lo più solo dopo i 60 anni.
- il diabete mellito (l'incidenza della cataratta nei diabetici è tre volte superiore rispetto ai non diabetici)
- i traumi bulbari
- le terapie cortisoniche di lunga durata
- l'ereditarietà.

CRISTALLINO SANO



CRISTALLINO CON
CATARATTA

SINTOMI

- Vista offuscata
- abbagliamento ed elevata ipersensibilità alla luce
- insorgere della miopia o aggravamento della miopia. Anche una variazione della gradazione degli occhiali in tempi molto brevi può indicare un aumento dell'opacizzazione del cristallino.

TERAPIA

Il metodo ideale è rappresentato dall'intervento chirurgico con impianto di una lente artificiale, che sostituisce la capacità rifrattiva del cristallino naturale asportato. Nella maggior parte dei casi viene utilizzata la tecnica della "Facoemulsificazione", che consiste nella frantumazione con ultrasuoni della lente naturale, seguita poi dall'impianto del cristallino artificiale (IOL).

COMPLICANZE

Innanzitutto bisogna riconoscere che le complicanze dell'intervento di cataratta sono inversamente proporzionali all'abilità ed all'esperienza del chirurgo.

Possono essere **intraoperatorie**, soprattutto nelle cataratta complicate da altra patologia, e quindi richiedere un tempo maggiore di intervento oppure manovre particolari (rottura capsula posteriore, prolasso irideo, prolasso vitreale, caduta di frammenti di cataratta nel vitreo, emorragie coroideali, ecc.). Generalmente queste complicanze sono dominabili con appropriate manovre del chirurgo.

Possono essere **post-operatorie** e sopravvenire anche dopo un intervento eseguito a regola d'arte (ipertono, edema corneale, infezioni endobulbari). Queste ultime complicanze sono generalmente rimediabili soprattutto se diagnosticate ed affrontate tempestivamente. Tuttavia, in una minima percentuale di casi, le complicanze più serie possono condurre alla perdita della funzione visiva.



L'Angolo del cuore



L'Associazione ha ricevuto questa testimonianza che vogliamo far conoscere a tutti.

...per meditare...come danzare nella pioggia...

Era una mattinata movimentata, quando un anziano gentiluomo di un'ottantina d'anni arrivò per farsi rimuovere dei punti da una ferita al pollice.

Disse che aveva molta fretta perché aveva un appuntamento alle 9:00.

Rilevai la pressione e lo feci sedere, sapendo che sarebbe passata oltre un'ora prima che qualcuno potesse vederlo.

Lo vedevo guardare continuamente l'orologio e decisi, dal momento che non avevo impegni con altri pazienti, che mi sarei occupato io della ferita.

Mentre mi prendevo cura di lui, gli chiesi se per caso avesse un altro appuntamento medico dato che aveva tanta fretta.

L'anziano signore mi rispose che doveva andare alla casa di cura per far colazione con sua moglie.

Mi informai della sua salute e lui mi raccontò che era affetta da tempo dall'Alzheimer.

Gli chiesi se per caso la moglie si preoccupasse nel caso facesse un po' tardi.

Lui mi rispose che lei non lo riconosceva già da 5 anni.

Ne fui sorpreso, e gli chiesi "E va ancora ogni mattina a trovarla anche se non sa chi è lei?"

L'uomo sorrise e mi batté la mano sulla spalla dicendo: "Lei non sa chi sono, ma io so ancora perfettamente chi è lei".

Dovetti trattenere le lacrime...Avevo la pelle d'oca e pensai: "Questo è quel genere di amore che voglio nella mia vita".

Il vero amore non è né fisico né romantico. Il vero amore è l'accettazione di tutto ciò che è, è stato, sarà e non sarà.

Le persone più felici non sono necessariamente coloro che hanno il meglio di tutto, ma coloro che traggono il meglio da ciò che hanno.

Spero condividerai questo messaggio con qualcuno a cui vuoi bene, io l'ho appena fatto.

La vita non è una questione di come sopravvivere alla tempesta, ma di come danzare nella pioggia.

Sii più gentile del necessario, perché ciascuna delle persone che incontri sta combattendo qualche sorta di battaglia.



Per chi ne volesse sapere di più, vi invitiamo a visitare il sito
www.poverielebbrosionlus.org

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)

Coord. Bancarie O1025 - 5332O IBAN 1T31 HO30 6953 3201 0000 0000 676

AIUTACI AD AIUTARE

Mentre adattiamo questo articolo per il nostro giornalino, Liliana e suo marito Onorino stanno partendo per le loro "vacanze" in India.

Non sappiamo se le faccia piacere che si renda pubblico questo suo viaggio, ma siamo convinti (e lei lo sa meglio di noi) che sensibilizzare su questi temi non può fare altro che bene.

Facciamo loro tanti auguri con la speranza che le nostre preghiere li aiutino nella loro missione e contribuiscano a dare loro la forza necessaria. Vogliamo inoltre dedicargli questa storiella propostaci da un ospite:

"La storia di un raggio di sole"

" Un mattino un piccolo raggio di sole appena nato si affacciò dal cielo e vide la terra: monti, valli, città..

Il raggio decise di ascendere e visitare il mondo. Dapprima incontrò il mare.

"Buongiorno!" gli dissero le onde e scintillarono di gioia.

"Oh, è bello il mondo!" pensò il raggio. Poi vide in lontananza una foresta buia. Il raggio di sole entrò nel bosco e ciò che prima era scuro prese colore.

L'erba e le foglie presero il loro bel verde, i funghi si vestirono di rosso e una farfalla si mise a svolazzare sfoggiando il suo bel vestito bianco e rosa.

"E' bello far del bene!", si disse il raggio.

Poi vide la città, che era come immersa in una nuvola di fumo: grigio era il cielo, grigie le case, grigi i volti degli uomini che camminavano frettolosi.

Il raggio di sole cercò di illuminare quelle facce, ma invano. "Non ce la faccio da solo..." pensò.

Allora chiamò molti altri raggi di sole. Vennero a schiere, rossi, verdi, blu, dorati: tutto fu illuminato e divenne meraviglioso."

Gli anziani e l'arte moderna

(a cura del Dott. Perico)

EVERYMAN (letteratura)

Everyman di Philip Roth è un romanzo che mostra già dalla copertina il finale : la copertina è infatti listata a lutto. Il protagonista del racconto muore.

Lo scrittore ebreo di Newark, superata la settantina, si confronta col tema della vecchiaia e della morte. Per l'autore la vecchiaia non è altro che un devastante conto alla rovescia, "l'impotente rassegnazione al deterioramento fisico ed alla tristezza finale e a quell'attesa che è l'attesa del nulla".

Nemmeno la fede può mitigare questa sensazione : "La religione era una bugia che aveva riconosciuto presto nella vita...niente abracadabra su Dio e sulla morte, né obsolete fantasie sul paradiso, per lui".

Siamo solo corpi, destinati a vivere a morire secondo un destino previsto da altri corpi, venuti prima di noi.

C'è in Roth sempre questo senso dell'ineluttabile : "La vecchiaia non è una battaglia, la vecchiaia è un massacro".

Il protagonista del libro non percepisce alcun futuro davanti e così si ritira in una villetta sull' oceano che da giovane aveva amato.

E lì consuma il presente, che altro non è che l'approssimarsi della morte.



La parola ai Volontari

Si sta già concludendo un altro anno che ha visto la nostra associazione impegnarsi in molteplici attività a favore dei nostri cari ospiti.

Il bilancio di questo 2008 è da ritenersi più che soddisfacente: numerose sono state le iniziative che hanno permesso la raccolta dei fondi necessari all'acquisto del nuovo pulmino e della pedana indispensabile per il trasporto delle carrozzelle, che verrà allestita a gennaio 2009.

Voglio sottolineare la buona riuscita della vendita del miele di novembre che ci consentirà di pensare a nuove iniziative a supporto del servizio animazione: tanti sono i possibili progetti che valuteremo insieme agli animatori e al dott. Maffeis.

In questo anno molto impegnativo non sono mancate le critiche nei nostri confronti: poche sono state quelle costruttive che ci hanno fatto riflettere e migliorare, tante purtroppo quelle "gratuite" che non hanno avuto altro effetto se non quello di creare tensioni e malintesi.

A tal fine è nostra volontà ripetere per l'ennesima volta che la nostra attività ha l'obiettivo di migliorare la vita dei nostri ospiti: se qualcuno avesse qualcosa da obiettare o da chiedere può rivolgersi direttamente a noi.

Ribadiamo anche che siamo sempre alla ricerca di nuovi volontari: le opportunità per rendersi utili sono molte ma vi assicuro che la soddisfazione che ne deriva è unica!!!

Non mi resta infine che ringraziare innanzitutto i membri della nostra associazione per l'impegno e l'amore che hanno saputo dimostrare, Pino, Tiziana e Giulia per la loro collaborazione, il dott. Maffeis per il suo fondamentale supporto, il personale della Fondazione, il parroco Don Emilio e tutti i nostri numerosi sostenitori.

Un particolare abbraccio a tutti i nostri cari ospiti che sono sempre al primo posto nei nostri pensieri e nei nostri cuori.

Non rimane che augurare a tutti Voi un...

...sereno Natale e felice anno nuovo!!!

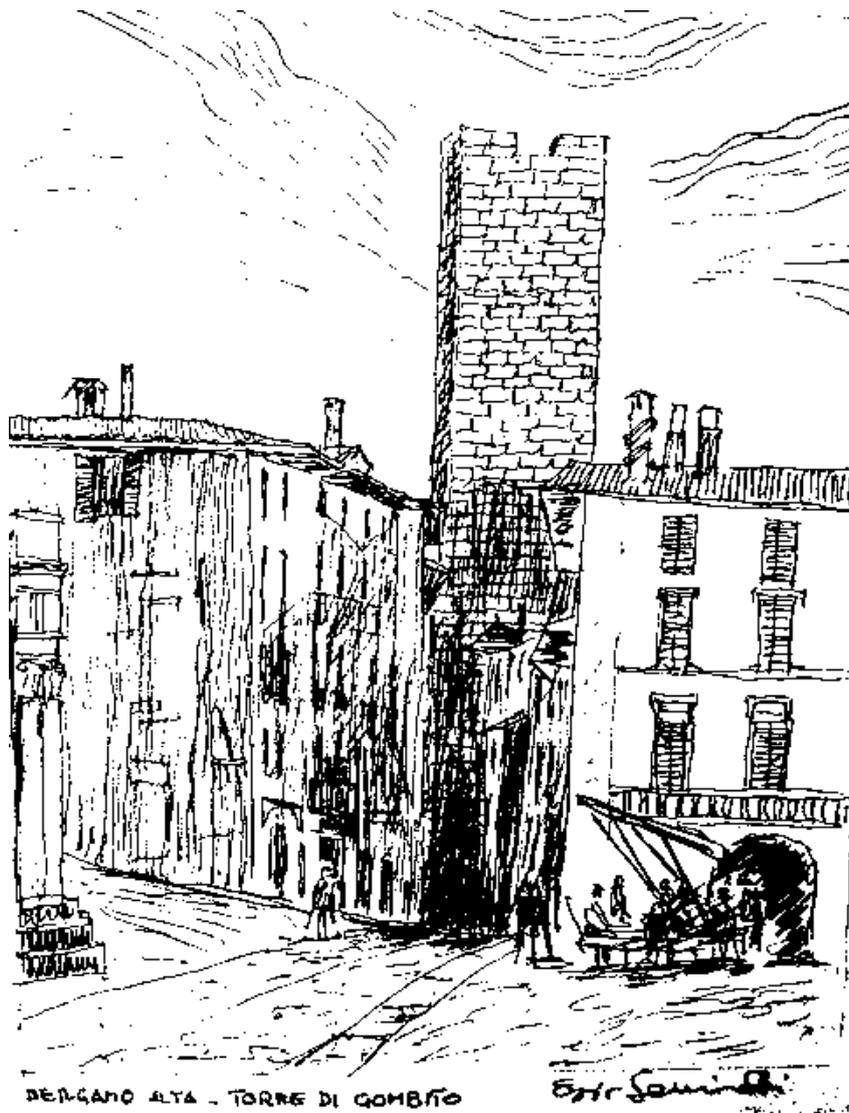
*La Presidente dell'Associazione di Volontariato "Omnia vitae"
Paola Bombardieri*

L'Angolo di Ezio



Ecco un'altra delle opere "inedite" che il sig. Ezio ci propone ripescandole dai suoi lavori più o meno recenti.

In questo numero possiamo ammirare uno scorcio particolare di Città Alta (la "Torre del Gombito"), una dei soggetti preferiti dal nostro artista.



In questo periodo stiamo allestendo per il sig. Ezio un piccolo "atelier" qui in casa di riposo, dove possa riprendere anche a dipingere altri meravigliosi quadri.

Vi aggiorneremo sugli sviluppi nei prossimi numeri!!!

Chiacchierando...

Riprende (finalmente!) la rubrica dedicata ai racconti dei nostri ospiti, spesso incentrati sui ricordi e sulle attività del loro passato.

Per questo numero abbiamo proposto un argomento legato alla nostra presenza sul "set" televisivo della trasmissione "Mezzogiorno in famiglia".

La domanda era: "Quali programmi televisivi guardavate a casa e quali seguite ancora?"

Sentiamo un po' cosa ci hanno risposto:



" Mi è piaciuto in particolare il romanzo con Alberto Lupò "Cittadella", in cui interpretava il ruolo di un medico. altre mie passioni erano i telegiornali e i programmi con le canzoni, da San Remo a tutti gli altri" Aurelia

"Seguivo molto i telegiornali e la "rivista" con canti, balli e scenette. Quando le trasmettevano mi piacevano anche le operette. Tra i programmi moderni preferisco "La vita in diretta" con Cucuzza prima e ora con Sposini, l'oroscopo e "Chi l'ha visto". Antonietta

"Mi piacevano molto le operette al sabato sera. Interessanti anche da seguire in televisione i matrimoni reali (mi ricordo in particolare quello del re di Spagna Juan Carlos con Sofia di Grecia) e lo "Zecchino d'oro". Non mi dispiaceva neanche lo sport, soprattutto quello dei grandi eventi (Olimpiadi, giro d'Italia, formula 1...). Rina



"La mia passione erano i telefilm polizieschi purché non troppo violenti. Seguivo il "Tenete Sheridan", i processi di "Perry Mason" e il "Tenente Colombo". Anche oggi se posso li seguo ancora. Anche la rivista non mi dispiaceva ma spesso mi stancava." Maurina

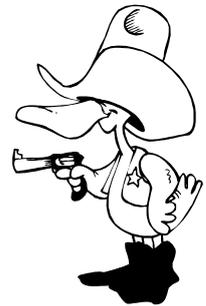
"Mi sono sempre piaciuti i film d'amore, specialmente con attori stranieri. Mi è piaciuta anche la "Cittadella" a puntate. Ultimamente seguivo i telegiornali e il programma di Cucuzza "La vita in diretta" Paolina





"La televisione non la comandavo io ma il capofamiglia. Col papà e i fratelli mi toccava vedere solo dello sport e non fiatare!" **Maria L.**

"Mi piacevano tutti i cinema belli, anche quelli dei "cow boy". Poi guardavo anche la rivista ma odiavo le telenovelas (troppo finte!) e l'opera." **Lucia**



"La mia passione sono le telenovelas. Le seguivo una dietro l'altra: "Beautiful", "Cento vetrine", "Sentieri" e "Vivere". Non me ne perdevo una!" **Maria V.**

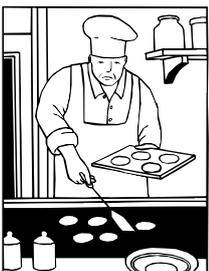


"Io non l'ho mai avuta la televisione! Ascoltavo spesso alla radio le cantate di "San Remo". C'è poi un bel programma serale su radio uno condotto da Aldo Forbice che tratta un argomento diverso ogni sera: la gente telefona da casa e i giornalisti presenti in studio rispondono alle domande. Non mi dispiacevano neanche le partite di pallone: io tifavo Roma perché c'era Totti, anche se non so neanche che faccia abbia!" **Elena**

"La mattina presto seguivo sempre il telegiornale anche perché c'erano le previsioni del tempo. Alle 11.30 c'era "Forum" con il giudice. A seguire vedevo "Sentieri". I film vecchi mi piacevano molto, per esempio quelli con Amedeo Nazzari o Manfredi e quelli del "Commissario Maigret" e anche "Pinocchio".



Non mi dispiacevano neanche le partite di calcio della nazionale. A volte guardavo "Chi l'ha visto" per piangere un po'!" **Rina C.**



"Mi son sempre piaciuti i film di una volta, per esempio il "Fornaretto di Venezia" o "La neve sul ceppo" che parlava di una suora innamorata. Erano film per tutta la famiglia: ora non li fanno più, si vedono solo film violenti."

Isolina

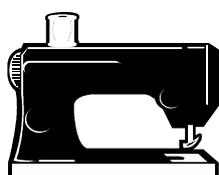
Cronache dall'Animazione

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

In questo periodo i lavori sono stati finalizzati all'abbellimento della sala animazione (alcuni nuovi quadretti), alla creazione degli addobbi per il Natale e alla produzione di manufatti originali e simpatici per la tradizionale mostra-mercato di Natale da parte delle ospiti abili nell'arte del lavoro a maglia e del cucito. E tanto altro ancora!!!

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

LUNEDI'	ORE 10.00-11.00 Visite nei reparti	ORE 14.45-16.30 LABORATORIO (Sala Animazione)
MARTEDI'	ORE 10.00-11.00 Ginnastica di gruppo (nei reparti)	ORE 14.30-15.30 Visite nei reparti ORE 16.00-17.00 TOMBOLA (3° piano) o FILM in sala animazione
MERCOLEDI'	ORE 09.30-11.00 LABORATORIO (Sala animazione)	ORE 13.30-14.30 Pulizia dell'acquario ORE 16.00-17.00 S. ROSARIO e CANTO (2° piano)
GIOVEDI'	ORE 10.00-11.00 Ginnastica di gruppo (nei reparti)	ORE 14.45-16.30 LABORATORIO (Sala Animazione)
VENERDI'	ORE 10.30-11.00 APERITIVO (atrio d'ingresso)	ORE 16.00-17.00 TOMBOLA (3° piano)



Il primo giovedì del mese:
Festa dei Compleanni nei reparti
Due martedì al mese:
Cinema in Sala Animazione
Date da destinarsi:
Gite e passeggiate



Tutti in convento!!!

Con questo titolo non vogliamo segnalare un'improvvisa vocazione tardiva da parte delle nostre ospiti, ma raccontarvi di una visita da parte nostra a un "personaggio" che, per cause di forza maggiore, non vediamo da qualche tempo: suor Marcella. Come tutti sapete, sta passando la sua convalescenza nel convento delle suore Orsoline di Gandino, dopo l'incidente occorso nel mese di maggio. Suor Marcella, che era solita partecipare alla quotidiana messa mattutina in casa di riposo, si sta infatti riprendendo per poter continuare le sue numerose attività (ricordiamo tra l'altro anche il suo servizio presso la Scuola materna di Gandino).

Così, nel pomeriggio di mercoledì 17 settembre, con un gruppetto di ospiti ci siamo recati, passeggiando beatamente sotto un tiepido sole di fine estate, presso il Convento di via Castello, sperando di trovare suor Marcella almeno fuori dal letto. Dopo una breve attesa nel giardino posto sul retro dell'Istituto (e attirando la curiosità di altre "sorelle" intente alle loro attività di cucito e di ricamo), ecco apparire in fondo al cortile una pimpante suor Marcella, visibilmente felice per la nostra inaspettata visita.

Con l'ausilio di una stampella si è presto diretta verso di noi abbracciandoci uno ad uno e invitandoci a sedere con lei per passare un po' di tempo insieme. Altre suore, Superiora compresa, si soffermavano per una deliziosa chiacchierata anch'esse contente di vedere qualche faccia nuova.

Commoventi anche gli incontri di una nostra ospite con suor Assunzione, che ai tempi insegnava a cucire alle giovani gandinesi, e con suor Evangelista e suor Domenica che invece operavano nella vecchia sede della casa di riposo.

Dopo esserci congedati dalle tante suore, contenti per le buone condizioni di suor Marcella (e dopo avere fatto una buona merenda al bar), non ci rimaneva che tornare alla base per riprendere le nostre normali attività.



Foto di gruppo con suor Marcella

Sotto il Monte



Tutti gli anni è "d'obbligo" una gita di una giornata intera, che coinvolga il maggior numero di ospiti possibili per passare alcuni momenti allegri in un contesto spensierato e diverso dal solito.

Per essere sinceri già ad agosto alcuni di noi avevano potuto "assentarsi" per tutto il giorno grazie ad un gradito invito della signora Aurora che ci aveva condotti sul Monte Farno. Ma come si sa l'abitudine porta ad esagerare e parecchi ospiti avevano chiesto il "bis".

A dire il vero la meta pensata per la gita di giovedì 18 settembre era differente da quella prestabilita, il Parco naturalistico delle Cornelle a Val Brembo, una destinazione "accattivante" che da sempre attira con le sue bellezze la curiosità dei nostri ospiti.

Purtroppo le previsioni meteo infauste annunciavano già dal lunedì piogge e freddo per il giovedì successivo: dovendo prenotare il pasto e noleggiare un pulmino, non ci restava che "ripiegare" su un'altra località, cercando di non scontentare nessuno.

Dopo alcuni animati consulti con gli ospiti, si giungeva infine ad una sofferta ma unanime decisione: la casa natale di Papa Giovanni XXIII a Sotto il Monte.



Sbrigate tutte le necessità organizzative e arrivati finalmente al numero definitivo dei partecipanti (sedici ospiti in tutto dopo molti ripensamenti e ritiri), non rimaneva che lasciarci alle spalle tutto e tutti e partire verso la nostra meta. La mattina del faticoso giorno, verso le ore dieci, la comitiva era pronta per affrontare con lo spirito giusto la giornata.



Due i pulmini per l'occasione (il nostro più uno preso a noleggio): con l'aiuto dei nostri volontari gli ospiti si dividevano tra i due mezzi e iniziava l'avventura, un misto tra divertimento e viaggio "spirituale".

Prima tappa, verso le ore undici, la chiesa parrocchiale di Sotto il Monte: una visita breve

tanto per cominciare a entrare nell'ottica della nostra gita e per prepararci al meglio agli appuntamenti successivi (tra cui quello del pranzo!).



Poi breve passeggiata verso il Ristorante Angeloni per stuzzicare l'appetito e per affrontare al meglio il pasto: pur trattandosi di un menù turistico i cuochi ci proponevano:

- Panzerotti e risotto allo zafferano con verdure
- Arrosto e bocconcini di vitello con polenta
 - Patatine fritte e insalata mista
 - Macedonia con gelato
 - Caffè

Carino anche l'incontro "a tavola" e il relativo "gemellaggio" con un'altra comitiva di una casa di riposo milanese, la RSA "Mater sapientiae", che ha condiviso con noi la successiva visita alla casa natale di Papa Giovanni.

Dopo un paio d'ore all'insegna del gustoso cibo e del buon umore, era giunta l'ora di scacciare il torpore di dosso e ripartire immediatamente per rispettare il programma.

Come detto, insieme ai nuovi amici milanesi, ci siamo diretti alla casa natale del "Papa buono" dove ci aspettava Padre Gianni per accoglierci e guidarci in quel luogo particolarmente emozionante.

Chi si aspettava qualcosa di "grandioso" ha invece trovato un'umile dimora, seppur ben conservata, dove Angelo Giuseppe Roncalli mosse i primi passi: ma proprio questo ambiente umile ed essenziale contribuisce a creare un'atmosfera suggestiva e commovente.

Prima Padre Gianni ci ha introdotto dal cortile esterno nella stanza a piano terra dove è raffigurato sulla parete l'albero genealogico di Papa Giovanni e quindi al primo piano, dove si trova la stanza in cui il futuro Papa nacque il 25 novembre 1881. Qui si può vedere ancora oggi il letto dei genitori, un cassetto scrivania e il quadro originale della Madonna posto sopra il giaciglio.



Una foto dei due genitori anziani è accanto all'atto di nascita del bambino Angelo Giuseppe; si può notare inoltre la lettera da lui scritta il giorno dopo aver compiuto quarantanove anni come ringraziamento ai genitori, in cui risalta il giudizio positivo che egli dà all'educazione ricevuta dai genitori.



Scendendo le scale dalla stanza natale per tornare in cortile, si incontra la "cancelleria" dove è possibile acquistare alcuni ricordi ed immagini di Papa Giovanni, il cui ricavato va alle missioni del P.I.M.E. (i Padri Missionari).

Da qui si accede, attraverso un corridoio chiuso da vetrate dove sono esposte alcune belle fotografie

rappresentanti le tappe più importanti della vita di Angelo Roncalli, alla struttura del Seminario. Nell'ampio atrio ci si trova di fronte la rinomata statua in bronzo dello scultore Carlo Pisi che riproduce con dimensioni esatte la figura del Papa. Qui i pellegrini si fermano ad accarezzare le mani del Papa per ottenere benedizioni e particolari grazie.

Al piano superiore c'è la "Sala delle grazie", una stanza che raccoglie numerosi "voti" e fiocchi azzurri e rosa che testimoniano la predilezione di Papa Giovanni per i bambini. Di fianco si accede alla chiesa, dove Padre Gianni ha impartito a tutti noi la benedizione e si è accomiato salutandoci calorosamente.

Verso le 15.30 la partenza da Sotto il Monte verso la nostra casa, un po' stanchi ma con il cuore felice e sereno.

Concludiamo infine questo nostro resoconto con due doverosi ringraziamenti: ai Volontari della Associazione per il loro



aiuto e all'ASA Gianfranca e all'OSS Mariangela che volontariamente si sono prestate un'altra volta ad accompagnare i nostri ospiti e a garantire loro un'adeguata assistenza.

"La corrida": ospiti allo sbaraglio!!!

Lunedì 22 settembre: questa era la data fissata dalle capaci Animatrici di Vertova Valeria e Manuela per le premiazioni dell'annuale concorso fotografico che vede come protagonisti gli ospiti.

Il tema molto stimolante di questa edizione era "Gli antichi mestieri", che permetteva ai vari operatori delle strutture partecipanti di intraprendere con i loro ospiti un percorso a ritroso nel tempo e una



minuziosa ricerca dei lavori di un tempo e degli attrezzi utilizzati una volta.

Ben dodici le case di riposo che hanno voluto mandare le loro fotografie e prender parte a questo pomeriggio in allegria all'interno della tradizionale "Settimana d'argento" organizzata dall'Istituto vertovese.

Grande tensione tra i presenti al momento dell'assegnazione dei premi per le migliori tre fotografie e un po' di sconforto da parte nostra per non essere riusciti a piazzarci tra i primi nonostante lo spirito della manifestazione non fosse quello di



"competere" ma di condividere e di partecipare. Questa piccola delusione è anche dovuta al fatto che eravamo abituati troppo bene: ricordiamo infatti che l'anno scorso abbiamo occupato il terzo gradino del podio e tre anni fa riuscimmo addirittura a classificarci primi.

Quest'anno la vittoria è stata attribuita alla casa di riposo di Lovere, seguita da quella di Villa d'Adda e dell'istituto di Cene (con la "nostra" Giulia che per l'occasione rappresentava la "concorrenza").

Tutte le fotografie in verità erano molto belle e studiate con cura, ponendo attenzione anche ai piccoli particolari. Avrete tutti l'occasione di poter ammirare questi capolavori a dicembre nella nostra struttura,

durante le iniziative che proporremo per le feste natalizie.

Grande novità di quest'anno era rappresentata dalla "Corrida: ospiti allo sbaraglio". Prendendo spunto dalla seguitissima trasmissione televisiva, le Animatrici di Vertova hanno invitato le case partecipanti a far esibire i loro ospiti sul palco in un'avvincente e simpatica "gara": gustose "scenette", sketch divertenti, canti e balli con tanto di travestimento, sono state solo alcune delle performance artistiche che hanno appassionato e strappato grandi applausi in una sala gremita di persone.

Da parte nostra ben due le esibizioni di altrettanti "solisti": la prima, fuori concorso, ha visto il nostro Gianbattista deliziare i presenti con la più classica delle canzoni italiane, "Mamma", mentre la seconda è stata eseguita dalla signora Anna che ha recitato una poesia scritta da tutti noi per sottolineare il significato della bella giornata che andavamo vivendo.



Per la cronaca la speciale giuria ha attribuito la vittoria della corrida a una signora che ha recitato a memoria il "Giuramento di Pontida" in modo impeccabile: a suo favore ha sicuramente giocato, oltre alla ferrea memoria, anche la rispettabile età di 101 anni!!!

Tutti i partecipanti hanno comunque ricevuto come riconoscimento una bella medaglia per sottolineare il loro coraggio e le loro capacità.

In conclusione di questo intenso ed emozionante pomeriggio tutti gli animatori delle varie strutture sono saliti sul palco per ringraziare gli organizzatori e per intonare insieme agli

ospiti in sala un canto finale.

Dopo una ricca e gustosa merenda offertaci dai padroni di casa, è arrivato il momento di tornare alla "base" per raccontare il bel pomeriggio.

Il saio di Padre Pio

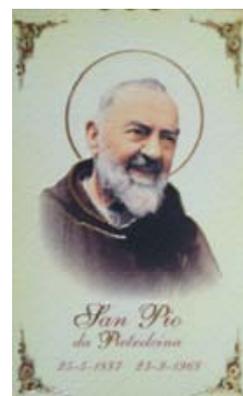
Mercoledì 24 ottobre breve visita obbligatoria all' ormai famoso "saio" di Padre Pio (o meglio "San Pio da Pietrelcina"), donato alla parrocchia di Gandino da una famiglia del paese che aveva avuto rapporti con i Frati Cappuccini e che glielo donarono in occasione del S. Natale del 1941.

Il saio era esposto ai fedeli in una teca di fronte all'altare dei SS. martiri patroni Ponziano, Valentino, Quirino e Flaviano.

All'interno della teca si poteva vedere una copia miniata del



decreto della Curia Vescovile che conferma l'appartenenza del saio a Padre Pio. Dopo l'emozionante visita, la recita del S. rosario e il bacio della reliquia (un lembo del saio stesso), è seguito un piccolo momento conviviale presso il "Bar Centrale" (uno dei nostri sponsor) con una squisita torta offertaci dal titolare Roberto.



"Mezzogiorno in famiglia"

Grande fermento in paese per l'arrivo della televisione nazionale! Giovedì 16 ottobre infatti, una troupe di RAI 2 ha suscitato un notevole clamore "invadendo" di buon mattino la piazza di Gandino per registrare alcune immagini per il noto programma televisivo "Mezzogiorno in famiglia".



Grande ed attiva la partecipazione e l'entusiasmo del popolo gandinese che ha fatto da contorno a una piazza abbellita ed ornata per le grandi occasioni.

Non sono mancate all'appello tutte le autorità locali, i rappresentanti dei veri gruppi e delle associazioni, i bambini

dell'asilo, la gente comune e, naturalmente, una rappresentanza dei nostri ospiti.

Moto d'epoca, prodotti tipici locali e figuranti in costumi storici hanno fatto bella mostra accompagnate dall'impareggiabile presentazione del sig. Gherardi (e chi meglio di lui?) sotto l'attenta ed esperta regia della troupe televisiva.



I nostri ospiti si sono inseriti nel migliore dei modi alla folla che sottolineava con scroscianti applausi le varie fasi delle riprese, rivelando una

certa eccitazione per il fatto di essere inquadrati dalle telecamere della RAI.

Durante l'allestimento delle scenografie la nostra "telegenica" compagnia ne ha approfittato per una sacrosanta pausa caffè (offertoci gentilmente dalla nostra



volontaria Bruna) prima di ributtarci sulle scene.

Verso le undici il rientro alla "base" per prepararsi al pranzo e per tornare, con un po' d'orgoglio in più, alla tranquillità dei nostri cari ambienti.

La "Festa d'autunno"

E' ormai il terzo anno consecutivo che gli amici della "Casa Serena" di Leffe ci invitano per festeggiare insieme la fine dell'estate e l'inizio di una stagione forse più "grigia" ma sempre piena di iniziative e di entusiasmo.



Giovedì 23 ottobre la brava Animatrice Silvia (protagonista tra l'altro in questo numero della rubrica "Le nostre interviste"), con l'aiuto del personale dell'istituto leffese e di molti volontari, ha organizzato questo momento conviviale per permettere a tanti ospiti di diverse case di riposo della bergamasca di condividere un momento di allegria e spensieratezza.

Nell'ampio salone del primo piano quasi duecento persone hanno potuto cantare insieme al coro di Nembro "Saranno famosi...spèta amò 'n po!", guidati dall'impareggiabile animatore Walter.

Canti popolari e brani "evergreen" hanno entusiasmato tutti i presenti strappando fragorosi applausi e anche, perché no, qualche lacrima di commozione.

L'occasione per i nostri ospiti è stata utile anche per ritrovare vecchi amici e conoscenti, trascorrendo con loro un po' di tempo a ricordare i tempi passati.

Immane a metà pomeriggio l'abbondante e squisita merenda a base di patatine, torte e stuzzichini che ha rifocillato i gioiosi partecipanti a questa giornata veramente speciale.

Dopo gli ultimi canti di gruppo, non rimaneva che ritornare a casa, ma non senza un particolare ricordo consegnatoci dalla solare Silvia: nel consegnarci un sacchettino "misterioso, ci informava che per indovinare il contenuto bisognava prima risolvere l'indovinello scritto in un biglietto (rigorosamente in dialetto) che vi riproponiamo:



*"Cari amici di Gandino, indovinate un po' chi sono:
Go la barba longa ma so mia ò nono,
e me foi e se ciama scarfoi,
e 'nge dovra a 'mpaià e scagne e a fa sö ol paiù,
col gre an fa sö i ofele ca è ze mai bù:
a so la sciura melga!"*

Naturalmente, come avrete sicuramente capito, nel misterioso pacchetto abbiamo trovato una bella pannocchia che appenderemo come ricordo della giornata nella nostra sala animazione. Ancora un ringraziamento agli amici di Leffe!!!

La Castagnata a Lefte

Ma quello della "Festa d'autunno" non è stato l'unico invito da parte dei gentili amici di Lefte. Il mercoledì dopo il primo incontro infatti, non abbiamo rifiutato nemmeno il secondo, tenuto anche conto del fatto che si trattava nientemeno che di una "castagnata".



Con altri ospiti rispetto alla volta precedente (per non portare sempre quelli!) siamo ripartiti alla volta di Lefte per condividere un altro momento in allegria con i nostri "vicini" di casa.

Nel salone al piano terra tutto era pronto per accoglierci nel migliore dei modi:



tavoli e panche, un bel calduccio, tanta gente vociante e un "complessino" che già intonava alcuni brani popolari. In quel mentre gli alpini di Lefte stavano cocendo, all'esterno della struttura, un bel po' di deliziose caldarroste per tutti gli invitati. Oltre a noi infatti erano presenti anche gli ospiti della casa di

riposo di Cene guidati dalla "nostra" animatrice Giulia.

Un grande applauso accompagnava l'ingresso degli Alpini che "sfornavano" sui nostri tavoli le invitanti caldarroste pronte per essere sbucciate e...mangiate! Naturalmente non ci siamo fatti pregare e, con l'aiuto di un'aranciata e un po' di vin brulè, delle fumanti castagne sono rimaste solo le bucce!!!

Doppio grazie quindi agli amici di Lefte, ai loro Alpini e in particolare alla brava Animatrice Silvia!!!



La nostra Castagnata

Al ritorno dall'ultima gita a Leffe, gli ospiti rimasti a casa ci guardavano un po' in cagnesco: la notizia della nostra "abbuffata" di castagne si era diffusa a macchia d'olio grazie al sempre efficiente "sistema informativo interno". Come rimediare? Proponendo per il giorno dopo un'altra castagnata!



Offerta questa volta dai nostri Alpini di Gandino, sempre pronti a intervenire in caso d'emergenza o per soddisfare le nostre voglie "gastronomiche" (vi ricordate della grigliata estiva?). Purtroppo per motivi di spazio non abbiamo potuto estendere l'invito ad altre case, ma ci riproponiamo di organizzare per l'anno prossimo una grande festa estiva (magari nell'antico chiostro). Detto fatto ecco arrivare in orario di merenda le penne nere con un pesante scatolone che diffondeva per le scale un profumino inconfondibile. Oltre ai ben 20 chili di castagne appariva anche un pentolone all'interno del quale si agitava un liquido scuro ma molto aromatico (vin brulè?). Pronti via, iniziava da parte degli Alpini, di alcuni ospiti e dei volontari la sbucciatura

dei gustosi frutti autunnali per offrirli a tutti i presenti. Ad accompagnare l'appetitosa merenda non poteva mancare un po' di buona musica dal vivo, offerta



dal sempre bravo e gentile maestro Claudio Gallizioli che, sistematosi in mezzo agli ospiti, ci ha deliziato con le note della sua chitarra e con la sua voce coinvolgente. Che dire? Grazie di cuore al nostro Gruppo Alpini, al cantante Claudio e ...agli sbucciatori!!!

All'anno prossimo!!!

Gradisce un aperitivo?

Ricordate l'appuntamento con l'aperitivo nel giardinetto esterno per passare un momento "informale" in compagnia? A chi si chiede che fine ha fatto questa iniziativa, viste le ormai avverse condizioni climatiche che l'autunno ci offre, lo accontentiamo subito: l'aperitivo viene servito ancora e precisamente il venerdì mattina, alle ore 10.30 nell'atrio d'ingresso della struttura. Nonostante il posto non sia proprio dei più caldi (e nell'attesa di trovare una valida soluzione), i nostri ospiti non si scoraggiano e partecipano numerosi a questo appuntamento fisso del programma settimanale.

Qualche stuzzichino, una bibita, tanti canti di gruppo, questi sono gli ingredienti



per assicurare una mattina in allegria!!!

Chi volesse aiutarci ad accompagnare gli ospiti al piano terra, non si faccia troppi problemi!!!

Venite numerosi e... alla vostra salute!!!

Ricordate!!!

Potete trovare il nostro giornalino

"La Voce"

anche su INTERNET, sul sito

www.gandino.it



Altro fiocco, questa volta azzurro, all'interno del Comitato di Redazione de "La Voce": il 9 novembre è nato infatti il piccolo Giorgio, figlio dell'animatrice Tiziana (e del marito Giulio).

Da parte nostra congratulazioni ai genitori e tanti auguri al nuovo arrivato!!!

Le nostre interviste

Continua in questo numero la rubrica “Le nostre interviste”, che ha la finalità di far conoscere e di approfondire alcune tematiche legate all’animazione negli istituti geriatrici. I protagonisti saranno soprattutto Animatori ed Educatori che operano nelle varie strutture, ma incontreremo anche altre figure direttamente legate al mondo degli anziani e alle loro problematiche (medici, amministratori d’istituti e comunali, operatori dei vari servizi in casa di riposo, responsabili di associazioni e di gruppi...). Gli argomenti saranno proposti appunto sotto forma di intervista e i nostri interlocutori cambieranno di volta in volta.

La protagonista questa volta è Silvia Astori, l’ Animatrice della Casa di riposo di Leffe.

Silvia durante l’intervista ha mostrato un grande entusiasmo per il suo lavoro e ci ha raccontato molti aspetti delle attività e delle iniziative che organizza per i suoi ospiti.

Per ragioni di spazio, purtroppo, riusciremo a riproporvi solo una parte di tutto il suo appassionato racconto!



Bene Silvia: per cominciare presentati a chi non ti conosce.

Ciao a tutti, mi chiamo Silvia Astori, ho 29 anni e sono di Cazzano S. Andrea (anche se ci tengo a precisare che ho qualche “radice” anche a Gandino). Lavoro alla Casa Serena di Leffe da alcuni mesi ma avevo già avuto un’esperienza qui qualche tempo fa.

Nasco come educatrice in asilo nido dove seguivo alcuni bambini, in un ambiente piccolo e “rumoroso”: dall’oggi al domani mi sono trovata “catapultata” in un contesto del tutto diverso, in casa di riposo, alle prese con molti ospiti.

Mi ricordo che a placare la naturale agitazione dei primi giorni contribuì un gesto gentile e una frase rassicurante di una signora ospite che, prendendomi la mano, mi disse: “Non preoccuparti, i nonni sono come i bambini e i bambini sono tutto”. Quell’episodio mi sostiene ancora adesso e mi aiuta a star serena.

Come è il tuo rapporto con gli ospiti?

Con i “nonni” mi trovo molto bene, si può dire che ho scoperto la mia vera passione. La relazione che abbiamo instaurato è molto semplice e familiare, più spontanea e normale di quel che si possa pensare.

Descrivici un po’ la struttura e i suoi ospiti.

La struttura è nuova e a detta di tutti molto accogliente. All’entrata c’è un bel giardino dove i nostri ospiti possono passeggiare tranquillamente o stare all’aria aperta in compagnia dei loro cari. In totale vi risiedono 97 persone divise in quattro nuclei.

Sei l’unica Animatrice dell’istituto?

Per il momento sì. Gli ospiti sono tanti e non sempre si riescono a coinvolgere tutti. Per fortuna mi aiutano alcuni volontari che intervengono ai laboratori creativi, per accompagnare gli ospiti dai reparti ai luoghi delle attività, alle gite, alle passeggiate e alle feste dei compleanni.

Quali attività proponi ai tuoi ospiti?

C’è un programma fisso settimanale che prevede diverse attività:

- le attività ludiche-ricreative (tombola e mercante in fiera)
- i laboratori in sala animazione denominati “Spazio alla creatività”
- le attività per la stimolazione cognitiva e la socializzazione (cruciverba, quiz...)

- il laboratorio di cucina “Cosa bolle in pentola”
- i canti di gruppo
- le feste dei compleanni
- la ginnastica di gruppo
- attività di orto e giardinaggio
- gite e passeggiate

E' in fase di studio inoltre il “progetto acquario” e il “progetto biblioteca” che coinvolgeranno rispettivamente chi è in condizioni da non poter partecipare ad altre attività e chi è interessato alla lettura. Un altro progetto che mi piacerebbe attuare è quello del giornalino: per il momento noi abbiamo a disposizione una pagina nel bollettino del paese “L'Antenna” dove cerchiamo di dare voce ai nostri ospiti ma, in futuro, sarebbe belle avere un giornalino tutto nostro!

A proposito di quegli ospiti un po' più compromessi, come riesci a coinvolgerli in qualche modo?

Ogni tanto riesco a dedicare qualche mezza giornata per salire nei reparti a far visita a chi normalmente non è in grado di partecipare attivamente alle varie iniziative. Con l'aiuto di parenti e visitatori, cerco di stimolare questi ospiti mostrando e dando loro per esempio frutti e fiori stagionali, cosa che oltre ad essere un valido pretesto per favorire la relazione può aiutare il loro orientamento temporale.

Passiamo ad un argomento “delicato”: i rapporti con l'Amministrazione e la collaborazione con i colleghi degli altri servizi.

Come puoi immaginare in una casa di riposo gli aspetti da gestire e i problemi da risolvere sono tanti e spesso l'animazione non rientra in quelli prioritari. Devo dire però che la nostra Direttrice Sanitaria e la nostra Presidente sono abbastanza sensibili ed attente al tema dell'animazione e cercano in ogni modo di appoggiarci.

Per quanto riguarda i colleghi di reparto bisogna dire che i loro piani di lavoro sono probabilmente così “tirati” che non hanno molto tempo per poter collaborare quanto vorrebbero. Ricordo infine che con il personale del servizio riabilitazione cooperiamo per quanto riguarda la ginnastica di gruppo. Io li aiuto nel trasporto degli ospiti e spesso conduco una parte degli incontri cercando di favorire le relazioni e la comunicazione attraverso momenti ludici e di socializzazione.

E con i parenti degli ospiti come va?

A dire il vero non vengono spesso a chiedere se il loro caro partecipa o meno alle attività, poiché di solito sono più preoccupati per la situazione “clinica” del parente. Comunque devo dire che quando cerco di coinvolgerli sono pronti a rispondere. Anche loro vanno stimolati!

So che anche tu fai parte del “Gruppo di coordinamento” degli animatori della media e alta valle: come sta andando e quali sono le finalità?

Il nostro gruppo si ripropone essenzialmente di mettere a confronto le nostre esperienze e di organizzare qualche iniziativa insieme. Noi per esempio questa settimana proponiamo la tradizionale “Festa d'autunno” e settimana prossima la “Castagnata”, appuntamenti aperti anche agli ospiti delle altre case di riposo della valle: anche voi naturalmente siete invitati!

Bene Silvia, la nostra intervista finisce qui. Ti ringraziamo e ti invitiamo a fare la “chiusura”

Grazie a voi. Concluderò questa intervista con una frase che è anche un desiderio espresso continuamente dai nostri ospiti: “Nessuno smetta mai di sorridere”

L'HOSPICE

(a cura del dott. Perico)

Cicely Saunders (1918-2005) “Sono stata infermiera, sono stata assistente sociale, sono stata medico. ma la cosa più difficile di tutte è imparare ad essere un paziente”

Cicely Saunders viene considerata l'ispiratrice e la fondatrice della moderna assistenza ai malati terminali. A lei dobbiamo il prototipo dell'hospice, quel St. Christopher's Hospice di Londra da lei reso perfettamente funzionante nel 1967. La Saunders fu infermiera e assistente sociale prima e in seguito medico. La Saunders si iscrive alla scuola per infermiere, supera gli esami e dimostra da subito le sue grandi abilità organizzative.

Ma un grave mal di schiena, causato in parte dalla scoliosi, le impedisce, una volta diplomata, di esercitare la professione infermieristica.

Per non abbandonare la cura dei malati, intraprende l'attività di assistente sociale. Matura in lei la consapevolezza che un grande sforzo deve essere avviato per lenire la disperazione dei malati terminali i quali abbisognano di un'assistenza specializzata, meno tecnologica forse, ma altrettanto complessa e qualificante di quella prestata nelle unità di terapia intensiva. Consapevole che come infermiera non sarebbe stata ascoltata con la sufficiente attenzione, Cecily si iscrive a medicina quando ha compiuto già trentatré anni. Intanto lavora al suo grande progetto. Il St. Christopher's Hospice vede la luce dopo undici anni di gestazione.

Si tratta di un istituto che ospita malati terminali di cancro, ma anche malati cronici costretti a letto e anziani. Grande attenzione viene prestata al malato, che abbisogna di cure personalizzate.

L'obiettivo è liberare la persona ammalata dalla sofferenza e dal dolore, con la consapevolezza che il dolore non ha soltanto una dimensione fisica, bensì emotiva, sociale e spirituale. I farmaci vanno somministrati prima che il dolore si acuisca, ma sarà necessario creare un ambiente ricco di calore umano e di comprensione psicologica.

In Italia la storia delle Cure Palliative è iniziata nel 1970 all'Istituto Nazionale Tumori di Milano con una serie di studi sul dolore. Nel 1975 il prof. Ventafridda conobbe Cecily Saunders al Saint Christopher's Hospice, e da lei imparò quale fosse l'approccio ideale da tenere coi malati terminali. Tornato in Italia nel 1976 fondò la Fondazione Floriani, la cui *mission* è quella di migliorare la qualità della vita dei pazienti terminali.

Negli anni Settanta, a Venezia si tenne un congresso al quale fu invitata a parlare come relatrice anche Cecily Saunders. Mentre i colleghi esponevano le teorie sulle avanguardie tecniche in ambito chirurgico e anestesilogico, la Saunders parlò di rapporti, di incontri, di relazioni coi malati. La reazione generale del comitato scientifico fu di scetticismo verso quello che venne considerato un intervento retorico, che non aveva nulla a che fare con la cultura e la scienza.

In un congresso tenutosi in Italia, vennero imposte le linee guida che proponevano una scala del dolore e i relativi trattamenti, comprendendo l'utilizzo di oppiacei.

Alla fine degli anni ottanta nasce la Società Italiana delle Cure Palliative e nascono i primi hospice. Con la legge 450/98 si afferma che ogni regione italiana deve avere *hospice* all'interno del territorio. L'hospice è una struttura residenziale solitamente dedicata al ricovero di malati affetti da tumore in fase avanzata, dove vengono applicate le cure palliative. Il malato che entra in hospice e i suoi familiari sono seguiti da un'equipe multidisciplinare di professionisti (medici, psicologi, fisioterapisti, infermieri ecc.), la cui collaborazione garantisce un servizio professionalmente e umanamente ineccepibile, e fornisce un'assistenza complementare a quella dell'ospedale, in un ambiente ospitale e progettato per accogliere anche i familiari e ricreare, per quanto possibile, l'atmosfera di casa.

Consigli del Medico

(a cura del Dott. Giuseppe Mosconi)

FATTORI DI RISCHIO

Da tempo stiamo parlando di “fattori rischio” che predispongono o che contribuiscono ad aggravare le malattie più gravi che colpiscono l’organismo dell’uomo specie se anziano; purtroppo nonostante si siano messi a disposizione i mass-media nella sensibilizzazione di massa, la prevenzione non ha raggiunto risultati efficaci.

Tra questi in primo piano il fumo, che concorre alla diffusione di malattie cerebro e cardiovascolari (come infarto miocardico ed ictus cerebrale), di patologie polmonari (come bronchiti croniche, ostruttive, asma bronchiale, enfisema polmonare e il cancro del polmone). Smettere di fumare è senza dubbio la soluzione migliore per la salute ma, se il tabacco è un male per alcuni irrinunciabile, possiamo limitare i danni facendo le giuste scelte a tavola con un’alimentazione equilibrata e con il movimento. Uno stile di vita salutare è quello che prevede un buon livello di attività fisica e un’alimentazione adeguata ai propri fabbisogni sia energetici che nutrizionali. Per avere un buon livello di attività fisica, non è necessario fare particolari discipline sportive, che potrebbero essere controindicate data la diminuita capacità respiratoria del fumatore, ma semplicemente evitare la sedentarietà sfruttando tutte le occasioni possibili per muoversi: camminare a piedi, andare in bicicletta, fare giardinaggio, fare da soli le faccende domestiche e limitare il più possibile lo star seduti davanti ad un computer o alla televisione.

Nutrirsi in maniera equilibrata significa introdurre ogni giorno con gli alimenti una quantità di energia pari alla quantità di energia spesa. Questo permette di mantenere il proprio peso, senza dimagrire e senza ingrassare. Mangiare troppo e male oltre a causare obesità (altro fattore di rischio), può portare ad un aumento di zuccheri (diabete) o di grassi (ipercolesterolemia) nel sangue e contribuire ad aumentare la pressione arteriosa (altro fattore di rischio).

Oltre che evitare di mangiare troppo o troppo poco, è necessario bere molta acqua, per aiutare l’organismo a depurarsi; che la dieta sia varia e che siano limitati certi ingredienti come il sale, i grassi fritti di origine animale come panna, burro e strutto, unitamente agli zuccheri (i dolci in particolare). È inoltre importante che i diversi alimenti siano presenti in quantità equilibrata: alimenti proteici come carni, pesce, uova, legumi, latticini, una o due volte al giorno alimenti ricchi di carboidrati complessi, preferibilmente integrali, come i cereali e i loro derivati (riso e pasta), a tutti i pasti.

Queste diete devono essere regolate in presenza di specifiche malattie (come il diabete) da parte del medico e del dietologo.

Oggi si parla con insistenza di dieta antiossidante, che vuol dire una dieta che elimina i radicali liberi, cioè quelle particelle ad alta carica elettrica, fortunatamente instabili, che quando sono presenti in quantità elevate nell’organismo e non sono metabolizzati, danneggiano le cellule accelerando il decadimento di organi e tessuti, apportando inesorabilmente invecchiamento e malattia. Anche il fumo aumenta la produzione di radicali liberi. Poteri antiossidanti determinano le vitamine C, A e E, sono contenute nella verdura e nella frutta. Sono ricchi di vitamina C gli agrumi, mentre l’olio d’oliva, di semi e di soia e le noci sono ricchi di vitamina E. Le uova, il pesce e i formaggi contengono vitamina A.

Occorre abolire i superalcolici; è permesso bere un bicchiere di vino rosso a pasto (vino rosso in particolare perché contiene ossido nitrico che è un potente vasodilatatore naturale).

I superalcolici e l’abuso di alcool aumentano gli effetti dannosi del fumo sia sulla mucosa della bocca, sulle vie aeree, sia sull’apparato digerente, procurando gastriti, ulcere e danni al fegato e al pancreas (le temibili pancreatiti a decorso rapido) come pure l’insorgenza di tumori.

“Schiavi della prima sigaretta” così inizia un articolo di una delle riviste più prestigiose del mondo “Le scienze”. Già nel titolo si rimarca quanto pesi l’iniziativa d’iniziare a fumare in giovane età.

Le gravi conseguenze si evidenziano irreversibili nell’età senile.

IL DOLORE NELL'ANZIANO

(a cura del Dott. Perico)

Secondo uno studio del 1996 (GLOTH) circa la metà delle persone anziane è affetta dal sintomo "DOLORE".

Il dolore nell'anziano può avere svariata origine: dolore da patologia articolare (artrosi), dolore neuropatico (da nevrite diabetica), dolore oncologico (neoplasia) tanto per fare qualche esempio.

Il paziente anziano richiede un approccio diverso, rispetto a quanto si attua nel giovane, per ciò che concerne il trattamento del sintomo "dolore", e questo per alcune ragioni:

- Presenza di differenti capacità metaboliche
- Presenza di differente sensibilità ai farmaci
- Presenza di più malattie concomitanti
- Presenza di terapie complesse con più farmaci
- Presenza di ridotto intervallo tra effetto terapeutico ed effetto tossico di un farmaco.

Nella terapia del dolore del paziente anziano sono frequenti alcuni errori di valutazione:

- Somministrazione di dosi di farmaco che risultano poi troppo elevate a causa di un accumulo per deficit della funzione epatica e renale
- Somministrazione di dosi di farmaco che risultano insufficienti per il controllo del dolore, con conseguente abbandono della terapia
- Rinuncia alla prescrizione di farmaci antidolorifici potenti (stupefacenti) nella errata convinzione che producano dipendenza
- Rinuncia alla prescrizione di farmaci antidolorifici nella erronea convinzione che il dolore sia un normale effetto dell'invecchiamento.

A proposito di quanto detto precedentemente circa la necessità di un adeguato dosaggio dei farmaci contro il dolore, mi piace concludere con questa citazione:

*"Un po' di sapere è pericoloso:
bevi a fondo dalla sorgente Pieria,
o non gustarne affatto:
lì brevi sorsi inebriano il cervello
e il berne molta, di nuovo lo rischiara."*

(Alexander Pope, 1688 – 1744)

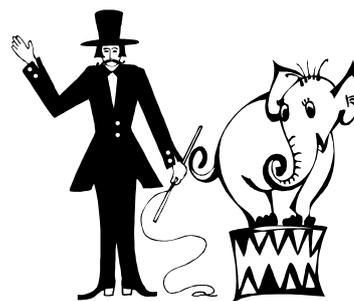
Come ti chiami?

Prosegue la rubrica che fornisce interessanti informazioni riguardo l'etimologia dei nomi propri più diffusi nel nostro bel Paese. In questo numero affrontiamo la lettera "D":



Dalila: l'etimologia è ebraica e significa "povera". È diffuso al nord e al centro Italia. Nell'antico testamento è la donna amata da Sansone al quale tagliò i capelli, fonte della sua forza, tradendolo.

Damiano/a: si festeggia il 16 marzo. L'etimologia è greca e significa "domare, sottomettere". È diffuso in particolare al Sud. È sostenuto dal culto dei fratelli Damiano e Cosma, medici che curavano gratuitamente. Per questo è protettore di medici, farmacisti e dentisti (oltre che dei barbieri).



Daniele/a: si festeggia il 21 luglio. Di origine ebraica, significa "Dio ha giudicato". È diffuso in tutta Italia ma in particolare in Lombardia e in Toscana. È sostenuto dal culto di vari santi.

Dante/a: si festeggia l'11 febbraio. L'etimologia è latina e significa "colui che sopporta". È diffuso specialmente al Nord. Non esistono santi con questo nome ma si ricorda il poeta Dante Alighieri autore della "Divina Commedia".

Dario/a: si festeggia il 19 dicembre. L'etimologia è persiana e significa "colui che mantiene il bene". pochi i santi con questo nome, si ricordano alcuni re persiani con questo nome.

Davide/a: si festeggia il 29 dicembre. L'etimologia è ebraica e significa "amato da Dio". È diffuso in tutta Italia ma in particolare in Lombardia. È sostenuto dal culto di vari santi ma si ricorda specialmente il secondo re d'Israele che da fanciullo sconfisse con una fionda il gigante Golia.

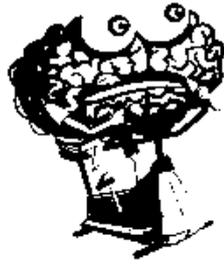


Debora: l'etimologia è ebraica e significa "ape". È diffuso al Nord e al Centro. Ricorda una profetessa dell'Antico Testamento che provocò la ribellione del popolo ebraico contro l'oppressione dei cananei.

Delio/a: l'etimologia è greca e significa "piano". Potrebbe anche essere il diminutivo di Adelia. È diffuso in tutta Italia.

Demetrio/a: si festeggia il 22 dicembre. Dal greco significa "madre terra" ed è diffuso in tutta Italia. È sostenuto dal culto di S. Demetrio vescovo di Antiochia.

GERO



TRAINING

Erroneamente a quanto si pensa, invecchiando non necessariamente il cervello “si ferma” e smette di funzionare correttamente, se stimolato può mantenersi attivo ed informa proprio come il corpo, ad ulteriore prova di ciò riporto la mail di risposta in proposito inviatami dal **Centro di Psicologia e Neuropsicologia di Torino** :

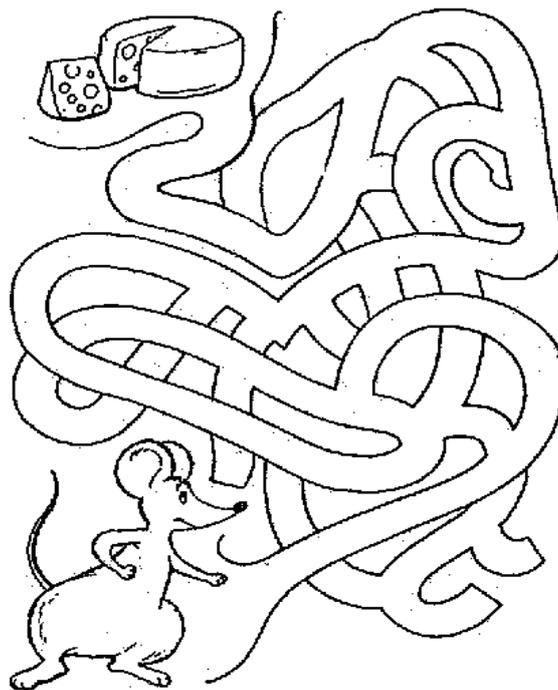
*Gent.le Roberta,
nel ringraziarla per averci contattato, le rispondiamo alla sua domanda in
maniera affermativa; tutto quello che può aiutare a mantenere vivo il
cervello aiuta ad evitare un decadimento cognitivo.*

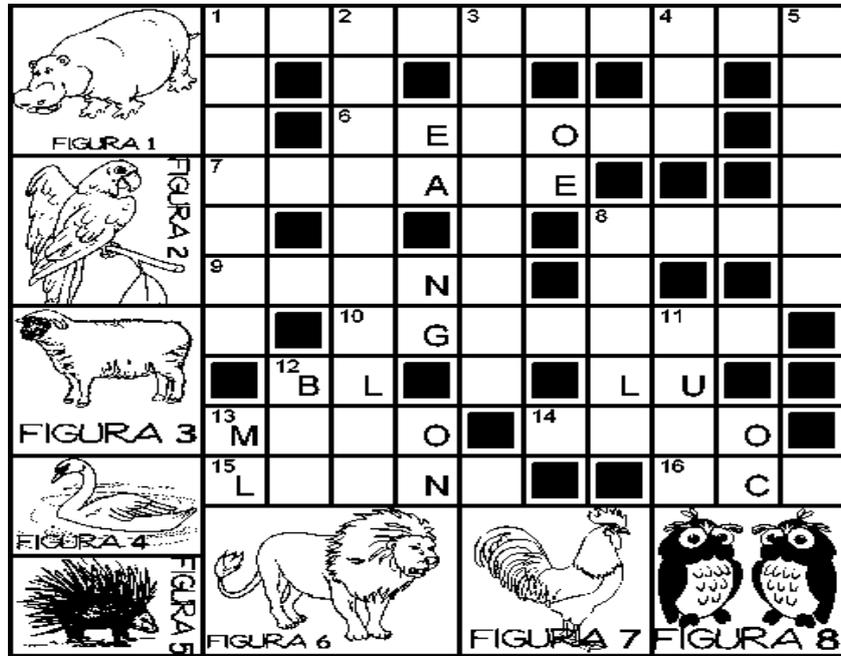
*Il cervello è paragonabile ad un "muscolo": maggiore è l'esercizio,
migliori saranno le performances.*

Segreteria TorinoPSICOLOGIA.it

Ecco quindi di seguito alcuni esercizi BUONA GINNASTICA !!! :

TROVA IL PERCORSO



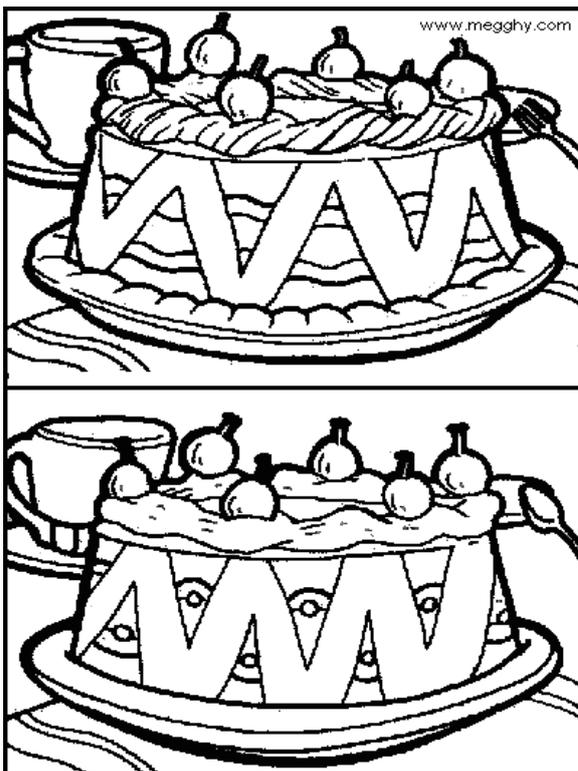


Orizzontali

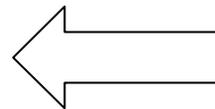
1. Figura 1 – **6.** Figura 3 – **7.** Uccello come il falco e l'aquila – **8.** Figura 8 – **9.** Elegante uccello bianco – **10.** Il figlio del 6 orizzontale e della figura 3 – **13.** Asino, somaro – **14.** Piace al gatto – **15.** Figura 6 – **16.** Figura 4.

Verticali

1. Figura 5 – **2.** Figura 2 – **3.** E' comune in città – **4.** Serve per volare – **5.** E' molto simile alla foca – **8.** Figura 7 – **11.** Carnivoro delle favole – **12.** Con l'asinello nel Presepe.

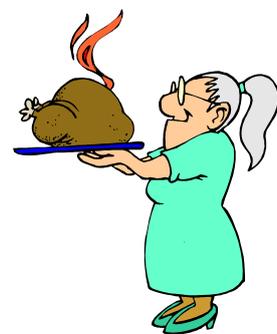


TROVA LE 7
DIFFERENZE FRA I DUE
DISEGNI



Dolci e delizie

(a cura dell'Animatrice Giulia)



Ed ecco il primo appuntamento con questa nuova rubrica che attirerà sicuramente i lettori più golosi ... con qualche semplice ricetta che tutti possono realizzare e magari far provare agli amici...

Con gli ospiti sceglieremo le varie ricette a seconda della golosità del momento: aperitivi, primi, secondi, contorni ma soprattutto dolci e dessert!!!

Per questo primo incontro proponiamo:

Rotolo di pasta sfoglia con melanzane

Ingredienti:

- un rotolo di pasta sfoglia già pronta
- una melanzana di medie dimensioni
- 100 gr di fontina
- un uovo
- una spruzzata di formaggio grattugiato
- aglio
- olio
- sale
- pepe



Per prima cosa è necessario lavare la melanzana (senza togliere la buccia), tagliarla a rondelle non troppo spesse e cospargerle col sale grosso in modo da ammorbidire la melanzana, togliere il sapore acido e facilitare la cottura.

Lasciamo le melanzane sotto sale per circa 30 minuti, dopodiché le sciacquiamo sotto l'acqua corrente e le asciughiamo in un panno pulito.

In una casseruola facciamo imbiondire uno spicchio d'aglio con un po' d'olio, saltiamo le melanzane in padella (dai due lati). Dopo averle dorate le stendiamo sulla sfoglia pronta, aggiungiamo un pizzico di sale e pepe, mettiamo fontina, grana padano ed ora non ci resta che arrotolare la nostra sfoglia ripiena.

A piacere si può aggiungere qualche fettina di prosciutto cotto.

Spennelliamo il nostro rotolo con l'uovo sbattuto e inforniamo a 180° per circa 20 minuti. A cottura ultimata tagliate a fette il rotolo, servite ancora caldo e ...

...e Buon Appetito!!!

L'Anziano nell'arte

(a cura dell'Infermiera Roberta)

Continua questa rubrica che si ripropone di studiare più da vicino la figura dell'anziano attraverso il linguaggio dell'arte, dall'età classica all'800.

“L'IMMAGINE DELLA VECCHIAIA NEI CALENDARI MEDIEVALI”

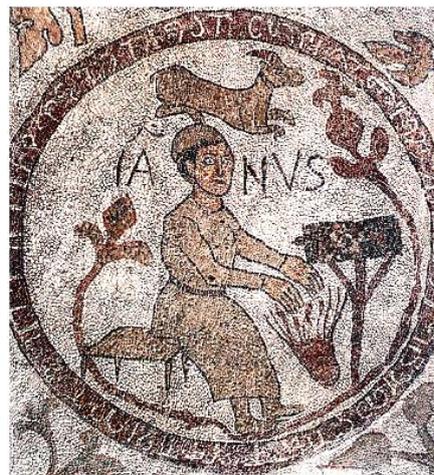
Nelle rappresentazioni iconografiche di quest'epoca il ciclo dei mesi è sempre strettamente collegato al lavoro dell'uomo in una successione che alterna le varie attività svolte, con i necessari periodi di riposo.

La particolare disposizione del ciclo dei mesi negli edifici religiosi è stabilita da una ben definita strategia di comunicazione della Chiesa verso i fedeli. A partire dalla fine del XI secolo i luoghi privilegiati sono due : per le sculture la facciata esterna, lungo l'arco del portale d'ingresso a suggerire il “fluire ciclico del tempo” mentre per i cicli musivi, l'ubicazione prediletta era il pavimento vicino all'altare, per dimostrare chiaramente il rapporto di dipendenza che lega l'essere umano alla divinità, il lavoro agricolo era il mezzo più sicuro per avvicinarsi a Dio.

Secondo il domenicano **Vincenzo Beauvais** (XII secolo), le attività che l'essere umano deve compiere durante l'anno sono una sorta di dovere assegnatogli da Dio in conseguenza del peccato originale, riscattandolo con la fatica e l'operosità quotidiana. In questo contesto si diffonde una immagine della vecchiaia legata alla quotidiana laboriosità dell'uomo, in sintesi il succedersi dei mesi, lo scorrere della vita, è l'itinerario del fedele verso la Salvezza.

La figura del vecchio è di solito legata al mese di **Gennaio e Febbraio** perché sono i periodi generalmente dedicati al riposo sia dell'uomo che della natura, è il tempo dell'inoperosità, quando l'essere umano vive grazie ai frutti ed ai sacrifici che ha compiuto nell'anno appena trascorso.

Una delle iconografie più comuni in questo senso ritrae il vecchio Gennaio tutto infreddolito, seduto a riscaldarsi davanti ad un fuoco



Ma l'iconografia di Gennaio a partire dalla fine del XII secolo si amplia di una nuova versione : lo scorrere del tempo, la congiunzione fra il vecchio ed il nuovo anno è rappresentata come **Giano** divinità classicamente **bifronte**, caratteristica donatagli da Saturno perché potesse conoscere sia il passato che il futuro. Dal suo nome deriva anche il nome di Gennaio dove l'ultima fase dell'anno ha il volto di un anziano mentre il viso più giovane è il nuovo anno che sta per arrivare.



.....ALLA PROSSIMA: “ LE ETA' DELLA VITA”

RINGRAZIO LA FONDAZIONE CASSA DI RISPARMIO DI BOLOGNA PER LA DONAZIONE DEL LIBRO “I SEGNI DEL TEMPO” DA CUI SONO STATE TRATTE LE INFORMAZIONI PER QUESTI ARTICOLI.

Come eravamo...

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

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

I VOLONTARI

Il tema di questo numero sono "i volontari", risorsa preziosa (e a volte poco riconosciuta) per ogni casa di riposo. I volontari nascono contemporaneamente al nascere di un'istituzione: essi contribuiscono a migliorare (sia quantitativamente che qualitativamente) i servizi offerti ai "destinatari". C'è sempre qualcuno che si propone per aiutare il prossimo meno fortunato o più bisognoso.

Nella nostra struttura i volontari sono sempre stati presenti: in questa sede non vogliamo fare differenze o discriminazioni: ognuno ha sempre svolto il suo compito (quale che fosse) con spirito di sacrificio e di carità.

Vale la pena ricordare la prima associazione di volontariato, capitanata da Deni Capponi, nata proprio in casa di riposo, il mitico gruppo "GPA", che per circa un ventennio ha cercato di dare un'organizzazione più funzionale ai servizi che svolgeva all'interno della struttura.



Al suo interno numerose persone (tra cui molti giovani) si sono date da fare per migliorare la qualità di vita dei nostri ospiti con quello spirito di fratellanza e di condivisione tipico appunto del volontario. Tornando ai giorni nostri non si può non menzionare l'associazione "Omnia vitae" che opera da circa tre anni all'interno della nostra Fondazione e che conta già una quarantina di membri. Grazie alla tenacia della sua presidente, la sig.ra Paola Bombardieri, e alla buona volontà di tutti i soci, questa associazione ha ottenuto (e continua a farlo) ottimi risultati sia per quanto riguarda l'assistenza agli ospiti che per la promozione e la realizzazione di importanti iniziative.

Le foto di repertorio che vi proponiamo (datate all'incirca 1990) vogliono essere solamente un piccolo tributo a tutti quelli che sono (e sono stati) capaci di pensare anche agli altri.



Sensi di colpa...

(a cura del dott. Perico)

Il nostro produttivo collaboratore, il dottor Perico, ci propone in questo articolo un'esperienza vissuta da un figlio (Raffaele La Capria) alle prese con una mamma anziana e malata.

Pur avendo il nostro giornalino un "taglio" orientato all'allegria e alla positività, vogliamo presentarvi comunque questa storia perché rappresenta un'esperienza di vita reale e, purtroppo, a volte ricorrente.

Quando per la strada vedo una di quelle vecchiette rinsecchite, piccole di statura che si guardano intorno con gli occhi smarriti come se il mondo fosse un grosso macinino che sta per abbattersi su di loro, quando vedo una di queste vecchiette storte e disperate penso a mia madre che era diventata così nell'ultimo anno della sua vita, l'ottantacinquesimo.

E provo per quelle vecchiette una compassione, una tenerezza simile a quella che rivolgerei a mia madre se potessi incontrarla, e quando paragono la vecchietta che lei era diventata alla donna esuberante che lei era prima, prima di precipitare di colpo nella vecchiaia più tragica, ancora non riesco a capire come ciò sia potuto avvenire in così breve tempo.

Soltanto un anno prima lei rideva, era sempre di buon umore e predisposta alla gioia, si divertiva a passeggiare nelle vie più eleganti del centro per guardare le vetrine o prendeva appuntamento con un'amica per andare a vedere un film, bastava poco a farla contenta.

Dopo la morte di mio padre, parve all'inizio sollevata e come liberata, poi all'improvviso cadde nella vecchiaia come si cade in un fosso, anzi in un nero precipizio. Questo ancora oggi mi impaurisce. Verso di lei ho un rimorso che non riesco a cancellare. Quando non ce la feci più a tenere in mano la situazione, perché in quel tempo io ero separato, c'era l'orario d'ufficio da rispettare e non avevo dietro le mie spalle una di quelle famiglie numerose dove trovi sempre chi ti dà un aiuto, dopo aver affidato mia madre a diverse badanti tutte inefficienti, costose e a lei antipatiche, dovetti arrendermi perché non sapevo più come fronteggiare quella sopravvenuta ed estrema forma di disagio, quell'umiliante marasma fisiologico che è una vera catastrofe per un vecchio.

Fui costretto perciò ad affidare mia madre ad una clinica dove c'erano infermieri adatti a un caso come il suo. Ma lei aveva sempre amato le sue stanze, era diventata una casalinga che si identificava coi suoi mobili, con i suoi cassetti, con le sue poltrone e solo in casa ormai si sentiva sicura. Strappata dalle sue stanze si chiuse in se stessa, si sentì abbandonata, alla mercé di tutto e si lasciò morire pochi giorni dopo il suo ricovero.

La trovarono morta nel letto la mattina e quando io arrivai e la vidi era irriconoscibile, era come l'involucro essiccato, vuoto e accartocciato di un uccello.

Era morta nella notte e io mi sentii in colpa di averla lasciata sola in quei momenti. Il senso di colpa verso di lei non mi ha più abbandonato e spesso nei sogni in molti modi lo rivivo.



Auguri!!!



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

Novembre

- Il giorno 1 Cassetta Santa**
- Il giorno 4 Capelli Maria Vittoria**
- Il giorno 5 Gregis Renato**
- Il giorno 7 Bonacina GBattista e Breda Ermindo**
- Il giorno 8 Caccia Luigi**
- Il giorno 9 Zanotti Benvenuta**
- Il giorno 10 Nodari Maria e Recalcati Emerenziana**
- Il giorno 11 Colombi Quirino**
- Il giorno 14 Paris Ermelinda**
- Il giorno 18 Cavagnis Angelo e Fontana Carolina**
- Il giorno 19 Loglio Modesta**
- Il giorno 23 Loglio Battistina**



...e a quelli che li compiono a

Dicembre

- Il giorno 4 Fumagalli Maria**
- Il giorno 7 Picinali Anna Maria e Innocenti Redenta**
- Il giorno 8 Nicoli Giovanni**
- Il giorno 9 Eusebio Ernesta**
- Il giorno 15 Campana Marina**
- Il giorno 22 Zenoni Luciano e Bagatin Lino**
- Il giorno 30 Caccia Margherita**
- Il giorno 31 Mecca Mario Silvestro**

Auguri!!!

Ringraziamenti

- ♥ Grazie come sempre ai Volontari dell'Associazione "Omnia vitae" che opera in struttura e ai volonterosi che ci aiutano nelle varie attività ed iniziative
- ♥ Grazie ai nostri sponsor e a chi ha contribuito con un'offerta al nostro giornalino
- ♥ Grazie al nostro sponsor Roby del "Caffè Centrale" per la dolce merenda
- ♥ Grazie all'ASA Gianfranca e all'OSS Mariangela per il loro supporto volontario durante le gite.
- ♥ Grazie a Liliana per la sua sempre generosa offerta per il giornalino
- ♥ Grazie alla Volontaria Carolina per la sua offerta
- ♥ Grazie alla volontaria del canto Lucilla per l'offerta
- ♥ Grazie a Matteo dell'"American Bar" e a Piera del "Bar Sport" per la fornitura di giornali
- ♥ Grazie al sig. Fabio Rinaldi per le video cassette
- ♥ Grazie alla Sig.ra Terry Canali per la lavanda e i centrini

Alla prossima!!!

I nostri SPONSOR

IMPRESA EDILE

TORRI VITTORINO

Costruzioni edili private e industriali

Via Ruviali 41
24024 Gandino-BG
Tel 035/746149

PANIFICIO F.LLI PERSICO S.N.C.

Di Persico Angelo e Silvia

Via Papa Giovanni XXIII n°12
24024 Gandino (BG)
Tel 035/745444



Albergo - Ristorante
Pizzeria - Caffè

CENTRALE

Piazza V. Veneto, 11 - GANDINO
Tel. 035.727371

OROLOGERIA - OREFICERIA

MAURO 
Orafo

Via Papa Giovanni XXIII, 22 - GANDINO
Tel. 035.746711



**Caffetteria
Antica Fontana**

TABACCHERIA - LOTTO - EDICOLA
SERVIZIO FAX E FOTOCOPIE
RICARICHE CELLULARE - BOLLO AUTO/MOTO
ARTICOLI REGALO - GIOCATTOLI

GANDINO - via Papa Giovanni XXIII, 1 - Tel. 035.745601
Aperta tutti i giorni dalle ore 6 alle 20 - Chiuso domenica pomeriggio



dal 1917

Novant'anni di stampa

RADICI DUE
STAMPA OFFSET - DIGITALE

Via S. G. Bosco, 44/a - Gandino (Bg) - Tel. e Fax 035 745028 - radicihue@tin.it