

Lezioni di... n° VITA nostra 99



**Alcuni momenti di festa vissuti in casa
quest'estate...**

Casa di Riposo San Gaetano
Opera don Guanella
www.casadiripososangaetano.it

Questo numero del
giornalino è stato
redatto da:

- Comunità Religiosa
- Anziani della Casa
- Educatori
- Davide

Chi desidera scriverci:

Casa San Gaetano

Via Mazzini, 14

Caidate di Sumirago

Varese

tel. 0331 909004

fax. 0331 905097

e mail:

caidate.direzione@guanelliani.it

caidate.amministrazione@guanelliani.it

Sito: www.guanelliani.it

INDICE

- Introduzione
pag. 3
- Festa di San
Gaetano
pag. 5
- Mens sana in
corpore sano
pag. 6
- Feste estive
pag. 7
- Una casa speciale
pag. 8
- Agenda
pag. 10
- I festeggiati del
trimestre
pag. 11

I saluti di don Silvio

Dicevano i Santi, credo, Don Bosco ma anche Don Guanella mi pare: "Che i cavoli trapiantati crescono meglio". Io direi che possono anche seccare o morire se il giardiniere non li annaffia per benino.



A parte gli scherzi, anch'io vengo trapiantato da Caidate a Fratta Polesine in provincia di Rovigo. Sarà buon auspicio? Il detto veneto dice: "De Rovigo no me intrigo". Molto simile a quello del mio paese Fara

Vicentino (VI) che dice: "Chi ga da fare a Fara vaga, e chi no ga da fare a casa staga". Ce n'è abbastanza per capire com'è o com'era la situazione in Veneto. Ma detto altrimenti, credo dovunque, si dice pure che: "Il buono e il gramo c'è dappertutto".

Allora, tutto il mondo è paese: "Tutto il mondo è vostra patria". Prendiamo le cose positivamente e andiamo avanti. Quindi... un saluto a tutti quanti: incominciando dai nostri cari anziani e ai loro familiari, tutto il personale; da chi ha più responsabilità a chi completa il servizio nei lavori più semplici ma molto utili e indispensabili. Un saluto ai confratelli e ai operatori, ai volontari che in questi quasi due anni sono stati condizionati dalla pandemia. A tutti un saluto e un augurio di bene, con il

benvenuto a chi giunge nuovo o di nuovo al San Gaetano da cui imploriamo una bella benedizione.

Ciao a tutti, don Silvio!

Un grazie postumo

Una gentile e giovane signorina di 90 anni di Chiavenna ha donato l'anno scorso il corrispettivo per l'acquisto dei tre ombrelloni esterni di cui abbiamo potuto godere l'ombra nei giorni di sole. Un po' in ritardo, ma comunque a lei il nostro **grazie** con l'augurio di raggiungere il traguardo dei suoi primi 100, ma anche di più se Dio vuole.

La Comunità del San Gaetano

A don Silvio un grazie sincero per la sua presenza tra noi in questi anni.

... festa di San Gaetano...

Sabato 7 agosto abbiamo celebrato la festa di San Gaetano...è stata l'occasione per vivere una giornata diversa dal solito perché, finalmente, abbiamo potuto aprire le porte della nostra Casa ai nostri cari volontari che tanto ci mancavano!

La mattina si è celebrata la Santa Messa, animata dal nostro coro, che ce l'ha messa davvero tutta per rendere solenne questo momento di preghiera. Il pomeriggio Roberto ha tenuto tutti in allegria con canti e musica...il poter tornare a stare insieme è stato l'ingrediente che ha reso tutto più bello. Alcuni di noi si sono commossi perché ci siamo resi conto di aver affrontato i mesi di lontananza allo stesso modo, pensando e pregando gli uni per gli altri, uniti



seppur distanti!...

Un grazie sincero a chi ha permesso lo svolgersi di questa festa, a coloro che hanno condiviso questi momenti e a tutti gli anziani che danno un senso speciale a queste giornate!!

Arrivederci a tutti al prossimo anno!!

Gli educatori ed alcuni partecipanti

...mens sana in corpore sano...

Invecchiare è una tappa obbligata nella vita di ciascuno di noi, e farlo al meglio può sicuramente essere utile per vivere questi ultimi anni nella maniera più serena possibile.

Anche se il corpo non funziona più come una volta e possono essere presenti diverse limitazioni che impediscono la piena libertà nei movimenti di tutti i giorni, la ginnastica per anziani è un metodo piuttosto valido per trascorrere la propria giornata e per far sì che il fisico e la mente riescano a trovare beneficio e sentirsi sempre giovani.



Svolgere ginnastica dolce per anziani ha i suoi benefici non solo per quanto riguarda il punto di vista fisico, ma anche per quello psicologico, in quanto un anziano si sente utile a sé stesso e agli altri e le sue motivazioni personali possono aumentare qualora si raggiungessero i risultati prefissati in partenza. Molti anziani che si dedicano a questo tipo di allenamento riescono a ritrovare il buonumore, a rilassarsi e soprattutto riescono a riacquisire l'autostima persa negli anni.

Altro fattore psicologico importante dato dalla ginnastica di gruppo e dai giochi di squadra è la socializzazione e la collaborazione con altri anziani, in modo da condividere le proprie esperienze e stringere nuove amicizie.

Sono questi i motivi per cui alla RSA San Gaetano, in collaborazione con gli educatori, i fisioterapisti organizzano settimanalmente un'ora di ginnastica di gruppo, con attrezzi e a corpo libero, e un'ora di giochi di squadra. Le attività più apprezzate dai nostri anziani sono la pallavolo e il lancio dei dischetti.

In conclusione, l'attività fisica è fondamentale per sentirsi bene e per mantenersi in forma. Eseguire degli esercizi di ginnastica dolce, come abbiamo visto, assume notevole importanza, poiché, prendendosi cura della propria persona, il proprio corpo, il rapporto con sé stesso e con gli altri migliorano.

Davide

Feste estive...

Quest'estate, purtroppo, non abbiamo potuto fare le nostre gite fuoriporta, ma non ci siamo di certo annoiati o, peggio ancora, abbattuti...e così, insieme ai nostri educatori abbiamo vissuto momenti di allegria e spensieratezza ascoltando musica allegra e gustando freschi gelati..

L'ingrediente più bello ed importante, come al solito, la nostra amicizia e voglia di stare insieme.

A tutti coloro che hanno permesso tutto ciò va il nostro GRAZIE!!!



Rosaria e Luca

Una Casa Speciale

Nucleo Alzheimer

Cos'è un Nucleo Alzheimer?

È una comunità, un luogo che riesce ad abbracciare la storia delle persone anziane che convivono con la demenza.

Nel nostro reparto c'è la signora Marisa che aiuta il personale nel rifacimento letti. Ester è la regina della nostra cucina: tutte le vettovaglie passano sotto il suo attento sguardo. Paola ama vestirsi bene e aver un bell'aspetto. Suoi compagni sono gli orecchini, le collane e l'immane rossetto. Ambrogio ha bisogno di ampi respiri, ama il giardino e l'aria aperta. Per lui la porta del nucleo è spalancata in modo che possa affacciarsi all'esterno senza barriere. Con loro altre persone con una forte storia identitaria: don Gioachino prete salesiano e artista; e don Cesare molto conosciuto sul territorio. Ottavina il nostro fiorellino di Maggio. Vittoria con la sua voglia di essere alzata e accudita. Rosa con la sua contagiosa sagacia.



Cosa si fa?

Nel Nucleo Alzheimer la giornata è scandita tenendo conto delle esigenze delle persone che qui vi vivono. Si ripropongono attività che ricordano la loro storia di vita. Si rispettano i tempi legati alle esigenze di ognuno.

Un bel percorso è stata l'attività di giardinaggio che ha portato al raccolto di basilico con cui si è preparato un ottimo pesto. Annusare aromi, sentirsi ancora protagonisti, manipolare, cogliere l'essenza di una mansione che fa parte della propria storia evoca ricordi che in modo naturale vengono condivisi. Ed ecco nascere consigli, relazioni spontanee e allegre risate.

Come si sta?

Non sempre si riesce a rispondere ai bisogni. Non sempre il disagio manifesto viene ridimensionato, nonostante la vicinanza e l'utilizzo di strategie specifiche. Il disagio che la persona anziana prova è di stimolo per cercare nuove risorse. Da poco è nata una stanza Snoezelen per modulare gli stimoli sensoriali attraverso mirate proiezioni, fibre ottiche e materiali tattili. È un percorso che si rinnova e modifica e questo è stimolante per l'intero staff di cura.

Dove siamo?

Siamo all'inizio di un percorso che abbiamo intrapreso con tanta passione. In progetto c'è un giardino d'inverno dove le persone anziane potranno muoversi liberamente in un ambiente ricco di stimoli e di serenità. L'ambiente si sta arricchendo di stimoli mirati; il corridoio si sta trasformando in un bel viale con tanto di lampioni; al di fuori delle camere c'è la cassetta delle lettere che indica e orienta chi ci vive.

È un percorso di crescita che ci vede accanto alla persona anziana alla ricerca del suo benessere e del senso di protagonismo.



Orlando

Agenda

LUGLIO

6: Festa d'estate!! I nostri anziani si sono radunati nel cortile antistante la Casa per gustare un fresco gelato e stare in compagnia serenamente.

21: a grande richiesta dei nostri anziani, ci siamo ritrovati ancora in cortile per un momento di festa...la musica allegra e la gustosa merenda, hanno completato il quadro!!

25: Bruno ed alcuni suoi amici animano il pomeriggio con la loro musica...Grazie di cuore

AGOSTO

7: solennità di San Gaetano...la nostra Casa è in festa!! Santa messa la mattina, animata dal nostro coro, e musica con Roberto e i nostri volontari il pomeriggio...Grazie per la vostra amicizia!

15: buon ferragosto a tutti!! Pomeriggio musicale con gli amici Bruno e Ciarly..grazie per la vostra amicizia!

SETTEMBRE

19: nel pomeriggio musica dal vivo per salutare il nostro don Silvio. Grazie a Bruno ed agli alpini intervenuti per arricchire la nostra festa con musica e canti!

23: benvenuto autunno e bentornato don Franco!!

Mattinata di festa in casa con i nostri anziani, con musica e merenda insieme!

25: don Franco conduce il momento del PEL con i nostri anziani. È l'occasione per stare di nuovo insieme in allegria!!

29: tombolata tutti insieme al piano terra. Proseguono i momenti di festa: è bello vedere gli anziani felici di stare insieme in allegria!

I FESTEGGIATI DEL TRIMESTRE

LUGLIO

1: LUCA
3: FR SERAFINO
4: LUISA
5: ORNELLA e VIRGINIA G.
8: LUCIA vol.
13: GIORDANA
14: GIANNI O.
15: DANIELE doc
21: CARLA SCIARINI
23: ROBERTA e VIRNA
26: GIULIA IP
27: LUIGIA VILLA
31: ANCILLA P.

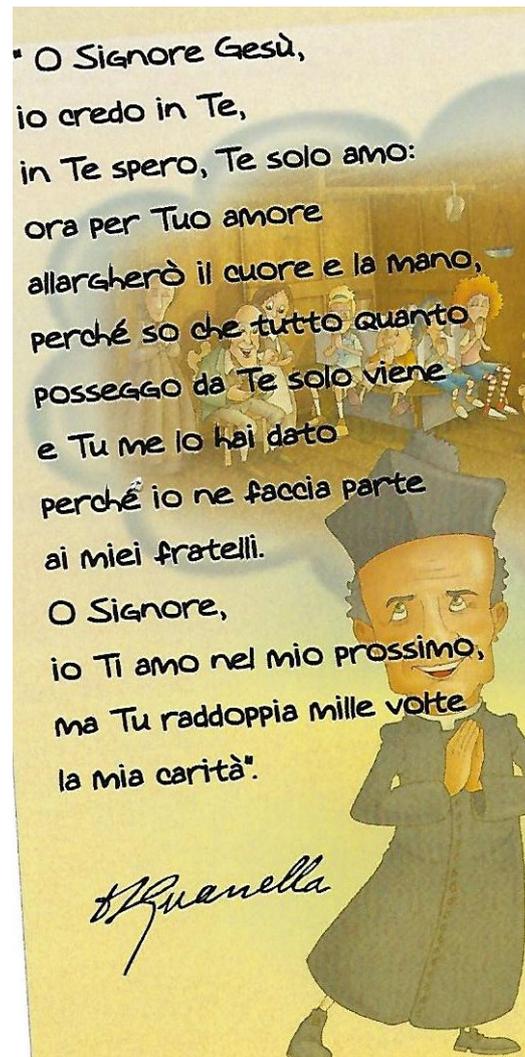
AGOSTO

1: ANGELA GALLI
4: GRAZIELLA C.
9: UGOLINA
12: MICHELA C. e ONORINA M.
13: SARA
15: GIANCARLO M.
21: FLOR IP
26: ANDREINA B.
29: GUIDO
30: GIACOMO

SETTEMBRE

2: ROSINA e GILDA
7: SONIA
8: OTTAVINA
14: MAURO B.
15: CESARE C.
19: MIRELLA
20: LUIGI P.
24: RITA O.
25: RENATA e FR MAURO
28: ANGELA C.
29: MARA
30: LUIGIA POMERI

Ottobre: Mese Guanelliano!



**Preghiamo e facciamo festa
con don Guanella!**