

"Noi del Celero"



ANNO 4, NUMERO 8/LUGLIO '17 - FEBBRAIO '18

In questo numero Vi segnaliamo:

LA STORIA SONO LORO, RACCONTI DI VITA VISSUTA DEI NOSTRI NONNI
continuano, infatti, le interviste da parte dell' animatrice VALERIA

LA PAROLA ALLE A.S.A.

ROSE ci parla delle lesioni da decubito

E LE INFERMIERE DICONO

SONIA approfondisce la malattia conosciuta con il nome di Parkinson

CUOCHI e CUCINA

ELENA ci invita a preparare due primi gustosi

DALLA LAVANDERIA

CARLA ci racconta dell' importanza della numerazione ai capi di abbigliamento

dai PROVERBI

con un tuffo nella saggezza popolare a cura di EMANUELA

Buona lettura e buona visione a Voi tutti!

Cambiamenti al vertice

Gli anni passano, la vita trascorre frenetica!

*Guardandosi indietro il tempo sembra essere volato
portando con se quasi 8 anni sotto la guida di
LINA OTTELLI, nostra Responsabile dei Servizi alla Persona.*

*Il nostro saluto, unito alla stima ed affetto vengono rivolti anche
alla dott.ssa ADRIANA BONINO ed al dott. GIULIANO MASTROENI.*

*Il 31/12/2017 sarà ricordato come il giorno ufficiale dei saluti
a questi 3 grandi professionisti
che con cura, dedizione e passione ci hanno aiutato e camminato con noi al Celeri!*

Grazie per tutto!

*Alla nuova Responsabile dei Servizi alla Persona, dott.ssa AURORA FORLONI
il nostro benvenuto ed il nostro impegno per una proficua collaborazione!*

LA STORIA SONO LORO!

RACCONTI DI VITA VISSUTA DEI "NOSTRI" NONNI



La storia sono loro: "il giorno più bello della vita"

In questo numero ho voluto parlare con i miei ospiti solo di argomenti belli e allegri sorgendomi spontanea la domanda: qual' è stato il giorno più bello della tua vita?

E' una domanda a cui tutti rispondono in maniera soggettiva e differente in base al proprio vissuto.

La signora B.M. mi risponde illuminata, con la mano sul cuore: *"quando è nata la mia prima figlia, era una giornata di sole, c'era mia mamma e la levatrice, è stata una gioia immensa ... ero pronta per andare a far vendemmia era ottobre e invece mi son trovata con un bel fagotto d'amore tra le braccia"*

La signora R.A. risponde in maniera compiaciuta *"il giorno del mio matrimonio, era una bella giornata c'era ancora la mamma che mi ha accompagnata alla porta, mi sono sposata a Capo di Ponte con pranzo al ristorante Giardino qui a Breno. Abbiamo fatto una bellissima festa con 70 invitati. Era il 1960, nel '61 ho battezzato mia figlia il giorno del mio anniversario. Mio papà era contrario al matrimonio avevo scelto un giovanotto di 11 anni più grande, ma mi ha accompagnato lo stesso all'altare. Mio marito quando abbiamo festeggiato il 50' mi ha detto "se tornassi indietro sposerei ancora te"*.

Dentro di me dopo un racconto così un pensiero e un sospiro mi pervadono: "aaa l'amore, non esistono più gli uomini di una volta ahimè".

Per farmi tornare alla realtà sono bastate le parole di D.A. alla mia domanda su quale fosse stato il giorno più bello della sua vita ecco la risposta con tono deciso: *"quando ho divorziato"*.

F.I. mi racconta emozionata che il giorno più bello della sua vita è stata la nascita dei suoi due gemelli, aggiunge che è stato anche il più avventuroso lo credo bene! Una volta non esistevano ecografie e i controlli ginecologici d' oggi, dopo che è nato il primo bambino (parto in casa e già questo per me è dura da realizzare) la levatrice con sorpresa le ha detto che ce n'era un altro, per fortuna mi racconta che sua mamma e sua sorella l'hanno aiutata visto che aveva già un figlio nato 21 mesi prima. Che avventura davvero...

La signora P.I. invece racconta che il giorno più bello della sua vita è stato quando la sorella ha preso i voti a Cemmo diventando suor Susanna, dopo la messa c'è stato il rinfresco: si ricorda con piacere che era una bella giornata e che stavano in giardino all'aria aperta.

Anche R.D. collegandosi all'aspetto religioso racconta che il giorno più bello della sua vita è stato quando ha fatto la cresima, con la messa, il pranzo ed i regali.

P.G. risponde in maniera sicura alla domanda e, senza dubitare rivela *"quando abbiamo costruito la casa nuova e siamo andati via dalla casa dove abitavamo con tutti i familiari di mio marito. Abbiamo comprato due pezzettini di terra e abbiamo fabbricato, poi lui è partito per la Svizzera e quando è tornato era tutta pronta, fremevo per poter avere un po' di indipendenza e ricorderò sempre la prima cena con le mie figlie"*.

A volte presi dalla vita quotidiana così frenetica, non ci soffermiamo a pensare alle cose belle che questa ci offre ma ci ancoriamo solo su problemi, pensieri negativi o compiti materiali e pratici da svolgere!

Vi lascio con un mio solito interrogativo a cui io personalmente non ho ancora trovato una risposta:



qual' è stato il giorno più bello della vostra vita???

LA PAROLA ALLE A.S.A.

LE LESIONI DA DECUBITO

La prevenzione ed il trattamento delle lesioni da pressione rappresentano, un problema rilevante in ambito sanitario. L'operatore e il caregiver (colui che si occupa dell'assistenza di un malato), hanno il compito di contribuire alla prevenzione e al trattamento delle lesioni da decubito. Si tratta di piccole osservazioni, interventi, che eseguiti in modo corretto, sollevano il disagio del paziente, aiutano nella guarigione della lesione, prevenendone la ricomparsa.

Una lesione da decubito in gergo "piaga" è una lesione causata da una prolungata pressione sulla cute e tessuti quando la persona rimane nella stessa posizione per un lungo periodo di tempo, come ad esempio in caso di allettamento prolungato. Nel caso di allettamento prolungato l'igiene deve essere curata nei minimi dettagli. L'operatore o il caregiver deve ispezionare la cute durante l'igiene, prestando particolare attenzione alle aree più a rischio che si trovano in corrispondenza delle prominenze ossee quali: sacro, scapola, orecchio, gomito, tallone, malleolo, ecc.

Durante l'igiene è molto importante l'utilizzo di acqua tiepida, l'utilizzo di prodotti con ph neutro, asciugamani di cotone morbido e soprattutto pulito e l'uso di creme idratanti. Si ricorda che la pelle va asciugata evitando frizionamenti. Il rifacimento del letto va fatto ogni giorno, ma può essere necessario ripetere l'operazione più volte nello stesso giorno quando questo si presenta disordinato e sporco e questo, vale anche per la biancheria personale, garantendo così l'igiene ed il confort al paziente. La nutrizione, ricca di proteine, vitamine e sali minerali, gioca un ruolo importante nella prevenzione delle lesioni stesse e contribuisce al mantenimento dell'integrità dei tessuti, abbinata alla mobilizzazione che va eseguita secondo un piano ben preciso.

La mobilizzazione, è consigliata che viene eseguita da due operatori ed andrebbe effettuata ogni due ore evitando l'appoggio sulle zone a maggior rischio od eventualmente già arrossate.

Sempre per la prevenzione ci sono ausili che contribuiscono a limitare l'insorgenza di lesioni da decubito e sono, i materassini antidecubito che non vanno però a sostituire gli operatori nella regolare variazione della postura.

" IN QUESTI GIORNI ABBIAMO RICEVUTO IN REGALO UN SOLLEVATORE DA UTILIZZARE PER LE MOBILIZZAZIONI DA UNA FAMIGLIA CHE DI FRONTE AL DOLORE DELLA PERDITA DEL PROPRIO CARO, HA RISPOSTO CON UN GRANDE GESTO DI GENEROSITA'.

QUESTO CI FA CAPIRE CHE IL BENE CHE DONI AGLI ALTRI TI VIENE SEMPRE RESTITUITO..... "

ROSE.

IL CONSIGLIO DELL' INFERMIERA

IL MORBO DI PARKINSON

Questa patologia venne descritta in modo completo per la prima volta nel 1817 dal medico inglese James Parkinson, che la definì "paralisi agitante" per la presenza contemporanea di grossolani movimenti involontari e di una lentezza e rigidità dei movimenti volontari che possono progredire fino a una vera e propria paralisi. La malattia di Parkinson colpisce di solito le persone anziane provocando un



rallentamento dei movimenti, un irrigidimento del corpo, tremori. Alcune strutture del cervello smettono di funzionare per mancanza di DOPAMINA, una sostanza fondamentale per trasmettere gli impulsi nervosi. Non esistono per ora cure definitive ma, è possibile bloccarne a lungo i sintomi con sostituti della Dopamina. Le persone ammalate di Parkinson (alcuni forse ricordano le immagini di Papa Giovanni Paolo II e del suo fisico che negli anni s'indeboliva), cominciano pian piano a incurvarsi, a camminare

sempre più lentamente, a cambiare espressione del viso (facies parkinsoniana), ad avere difficoltà a parlare (disfonia) e infine anche a respirare (dispnea). Queste persone vengono colpite da una malattia di alcune cellule di una delle regioni più profonde del nostro cervello-il mesencefalo-che formano un agglomerato di neuroni detto **sostanza nera**, a volte è possibile scorgere al microscopio corpuscoli chiamati **corpi di Lewy**. E' qui che si produce una molecola, la Dopamina, che rende i nostri movimenti sciolti, precisi e fluidi. Quando, per motivi ancora sconosciuti, queste cellule iniziano a degenerare e a morire, la Dopamina comincia a mancare ma i sintomi iniziano solo quando ormai è distrutto l'80% delle cellule che la producono. Si presentano quindi i tre disturbi principali della malattia di Parkinson: il tremore, la rigidità e la lentezza dei movimenti. A questi si aggiungono generalmente un atteggiamento curvo del busto, difficoltà nei piccoli movimenti delle mani, come per esempio allacciare i bottoni della camicia o scrivere bene: la calligrafia infatti diventa molto piccola (micrografia), un aumento della quantità di urina emessa nelle 24 h (poliuria), il comportamento spesso si altera e subentra una facile irritabilità. Appaiono anche una produzione eccessiva di saliva (sciallorea) e difficoltà nel camminare, soprattutto quando si deve iniziare a camminare rapidamente, per esempio ad attraversare una strada mentre sopraggiunge una macchina, a cui si aggiungono problemi nel parlare (diventa impossibile scandire bene le parole) e nel deglutire cibi liquidi e solidi (disfagia). Tutto ciò peggiora progressivamente fino a portare la persona alla morte, generalmente per problemi respiratori o a causa di infezioni che facilmente vincono su un organismo così debilitato. E' una malattia cronica degenerativa, propria dell'età presenile e senile. Insorge abitualmente tra i 50 e 60 anni, ma può comparire anche al di sotto dei 40 e ha andamento cronico con durata che può superare i 20 anni. Le possibili cause della malattia restano ancora un argomento di ricerca. Tra le cause certe sono state identificate sia una componente genetica (20%) che ambientale (80%). E' stato infatti osservato che in alcune aree particolarmente inquinate, dove vengono utilizzati pesticidi, erbicidi, idrocarburi o altre

sostanze in grado di indurre parkinsonismo, la prevalenza del morbo è maggiore. La malattia colpisce sia uomini che donne, prediligendo il sesso maschile. La diagnosi si basa sull'osservazione clinica e deve essere il più precoce possibile. L'esame clinico neurologico può essere integrato dal ricorso alla tomografia assiale computerizzata (TAC) o alla risonanza magnetica nucleare (RMN) per effettuare una diagnosi differenziale ed escludere altre patologie quali i tumori o la demenza multiinfartuale. Un esame ancora più approfondito è la SPECT (tomografia ad emissione di fotone singolo) che permette di ottenere un'immagine dettagliata del cervello e di cogliere precocemente la riduzione numerica dei neuroni. La terapia del M. di Parkinson prevede l'uso di farmaci dopaminergici come la LDopa. L'intervento chirurgico è riservato ai casi con tremore grave e resistenti alla terapia medica. È indispensabile infine intraprendere una presa in carico globale della persona con attenzione particolare alla qualità di vita (incentivare l'attività fisica e riabilitativa e non ultimo stimolare la relazione sociale).



SONIA

Ogni persona che incontri sta combattendo una battaglia di cui non sai nulla! Sii gentile sempre!

Platone

CUOCHI E CUCINA

a cura di Elena

“W I PRIMI”

Fusilli dell' orto

Ingredienti per 4 persone

320 gr di fusilli, 1 piccolo cavolfiore, 400 gr di polpa di pomodoro, prezzemolo, 2 spicchi di aglio, sale, pepe, parmigiano.



Preparazione

Pulite il cavolfiore eliminando il torsolo, dividetelo in cimette, lavate e lessate al dente in acqua bollente e salata. Sbucciate l'aglio e fatelo dorare in una casseruola con l'olio, aggiungete la polpa di pomodoro, salate, pepate e fate cuocere per 15 minuti a fuoco basso quindi, togliete l'aglio ed aggiungete le cimette di cavolfiore. Assaggiare ed aggiustate di sale. Lessate la pasta in acqua leggermente salata, scolatela e condite con il sugo, mantecando con prezzemolo e parmigiano.

Gnocchi di spinaci e ricotta



Ingredienti per 4 persone

300 gr di spinaci freschi, 250 gr di farina, 350 gr di ricotta, 1 uovo, 8 cucchiai di grana, 60 gr di burro, sale.

Preparazione

Pulite gli spinaci e metteteli in un tegame con un filo d'olio, saltateli e fateli cuocere per 15 minuti circa finché saranno morbidi. Fateli raffreddare, successivamente tritateli e metteteli in una bacinella con l'uovo, 3 cucchiai di grana e ricotta. Regolate di sale ed impastate bene, aggiungendo la farina. Fate riposare per 30 minuti. Formate con il composto preparato delle palline dalle dimensioni di una noce, infarinateli e lessateli in pentola con acqua bollente salata finché saliranno in superficie. Nel frattempo, fondete il burro in un tegame con della salvia. Scolate gli gnocchi, copriteli con grana e burro fuso e serviteli.

INDOVINA CHI E' ?



IN BACHECA



Il nuovo carrello per la terapia offerto da due familiari in ricordo dei loro cari



Il nuovo sollevatore offerto dai familiari di Caty



Lina Ottelli ha regalato ai nonni 180 le tazze per la colazione



Grazie a quanti ci hanno portato i tappi i plastica abbiamo ottenuto dall' Avis di Malegno il dono della 6^a carrozzina!

LA SAGGEZZA POPOLARE

DAL PAESE DEI PROVERBI

a cura di Emanuela

L' om che 'l va so e zo da la cantina al pasa l' otantina

L' uomo che va su e giù dalla cantina passa l' ottantina
(Colui che scende a bere in cantina ma non si sofferma, vive a lungo)

La boca l'è mia straca se la sa mia de aca

La bocca non è stanca finché non sa di vacca
(il pasto si conclude con il formaggio è l' equivalente di "dulcis in fundo")

Brut an fasa, bei an piasa

*(è un modo di dire perché durante un parto naturale, a volte,
i neonati nascono soffrendo e subito dopo diventano bellissimi)*



Benvenuta SOFIA in braccio a mamma Anna ed
accanto alla sorellina Asia!

I risultati dell' indovina chi?
L' ospite di oggi è la sig.ra Giordano Rosalia



LA RUBRICA



Tutti insieme a festeggiare Lina!



Passaggio di consegna
tra Lina ed Aurora!

Tante belle cose cara Lina con tutto il nostro affetto!

*Alla Responsabile dei Servizi alla Persona
RSA CELERI DI BRENO
Caposala LINA OTTELLI*

Cara Lina,

nel giorno degli auguri di buone feste non potevo esimermi dal rivolgere a te un pensiero particolare.

Ho iniziato l'esperienza di Presidente della RSA CELERI con molte preoccupazioni e si è subito manifestata, per concause indipendenti dalla mia volontà, la necessità di un supporto operativo sicuro, di quelli che hanno nell'esperienza la vera energia.

Dovevi sostituire una maternità per pochi mesi e ti sei fermata con noi 8 anni.

Ma il ruolo di figlia, nonna, moglie e mamma ormai da tempo ti reclama e la continua proroga della decisione di lasciare la RSA, oggi, capisco non sia più rinviabile.

In questi giorni, il personale e soprattutto i parenti dei nostri ospiti mi hanno chiesto conferma del tuo congedo. Una richiesta carica di preoccupazione per il ruolo che queste persone ti hanno riconosciuto e la preoccupazione per l'onere che scenderà su chi avrà il compito di sostituirti.

Per questo desidero esprimerti un sentito ringraziamento per la collaborazione, il sostegno e la professionalità dimostrata nel corso della collaborazione avvenuta, con la nostra RSA .

E devo ringraziarti per il lavoro che hai svolto e soprattutto per la lealtà e la abnegazione che hai dimostrato. Lo spirito di gruppo e l'affiatamento creatosi tra la tua figura e il personale della Fondazione con cui ti sei trovata ad interfacciarti, hanno determinato l'ottima riuscita del lavoro svolto di cui, tutti noi, ti siamo grati.

L'ultimo impegno in ordine di tempo è stato quello di aiutarci a scegliere chi ti sostituirà, ed ancora una volta hai dimostrato la tua professionalità ed esperienza.

Sostituzione quanto mai complessa e difficile conoscendo il tuo modo di lavorare e la passione che hai posto in questa esperienza ben oltre la contrattualità in essere.

Grazie Lina, ti sono personalmente grato per la tranquillità che hai dato alla mia Presidenza nei frangenti più insidiosi della gestione.

Grazie soprattutto per l'umanità che hai riversato su ospiti e , sia pur con fare a volte burbero, con il personale, che certamente ha colto nella tua solida mano l'ancora su cui spesso aggrapparsi per superare le crisi e i problemi più vari.

Un augurio di una vita felice abbracciata dai tuoi affetti .

Walter Sala



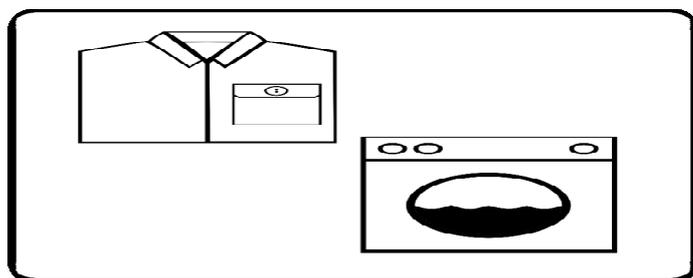
DALLA LAVANDERIA

Ben trovati amici lettori,

in questo spazio concessomi sul giornalino del Celeri vorrei trattare un argomento un po' particolare a me molto a cuore: la numerazione dei indumenti! Come tutti sapete la nostra struttura offre il servizio di lavanderia, di guardaroba ed eventuali rammendi o riparazioni dei capi personali che, devono essere muniti di numero identificativo che va applicato all'atto dell'ammissione in struttura dell' Ospite ed ogni qualvolta si integra il suo guardaroba.

Ed ecco qua il dramma ...

1. DOVE METTO IL NUMERO ?
2. COME METTO IL NUMERO ?
3. DOVE LO TROVO ?
4. LO SCRIVO CON IL PENNARELLO ?



Eccovi le risposte

Il capo opportunamente siglato è quello con il numero posto al centro dello scollo posteriore, per quanto riguarda camice, maglioni, magliette e intimo. Per pantaloni, tute, gonne, slip il numero va messo sempre al centro della metà posteriore. Per qualsiasi altro indumento o accessorio tipo scarpe, calze, fazzoletti, foulard, giacche, sciarpe, cappelli e altro capo aggiuntivo portato in struttura, i famigliari dovranno apporre il numero identificativo ben visibile per consentire al personale addetto di individuare il proprietario.

Il numero va cucito possibilmente in tutta la sua circonferenza per evitare che con i frequenti lavaggi si possa sfibrare e a sua volta staccare, facendo così, l'operatore non è in grado di risalire all'ospite vedendosi costretto ad accantonare il capo.

I numeri si trovano in merceria.

Meglio non usare pennarelli o simili perché con i lavaggi si cancellano e non sarebbero più leggibili.

Lo so che porre il numero identificativo può essere un lavoro lungo e noioso ma se pensate che il vostro parente sia munito di un corredo ordinato e completo non vi gratifica !?

Bene ... spero di esservi stata di aiuto e ricordate che sono sempre a vostra disposizione.

Baci Carla

LE NOSTRE FESTE E GITE

Giugno

Pizzata in compagnia



Si parte tutti insieme alle Terme



a Luglio

di nuovo vincitori alle olimpiadi di Temù della terza età



ad Agosto via con le merende

Merenda da Dorotea: ormai diventata tradizione



Da Silvana a Losine: buon compleanno Carolina: che accoglienza!!!



a Settembre

Gita a Lovere e festa di fine estate a Capo di Ponte



selfi???



a Ottobre

Festa dei compleanni



Castagnata



Castagnata a Esine con tutte le altre RSA



In mostra alla dama svelata chiesa S. Antonio Breno



Festa dei nonni: Gruppo arti mestieri Bienno



Cena dei nostri super volontari



Inaugurazione quadri dell' artista Anna Menici



Festa dei compleanni novembre



Dicembre: mese ricco di eventi

Si inizia con festa dei compleanni



Si preparano gli addobbi



Festa di Natale con coro S. Gregorio di Toline



Concerto di Natale al CDI di Niardo



Tanti auguri e canzoni di Natale dai bimbi della scuola elementare di Pescarzo



Consegna delle statuine di creta fatte dai bimbi della scuola materna Valverti per il nostro presepe



Arriva S.Lucia: gioia per tutti



“Ricchi premi e cotillon”



A Gennaio

Festa dei compleanni



a Febbraio tante feste e eventi

Festa con fisorchestra Regina dei Monti di Esine





**1° lezione di
Ballo terapia
123..123**

**Come vuole la tradizione:
casoncelli per festa dei nonni 2 ottobre**



**Incontro con i giocatori di carte
di Capo di Ponte e ospiti RSA Esine**



Inaugurazioni galleria Celeri lavori a maglia con la collaborazione delle nostre preziose volontarie del mercoledì



Festa di Carnevale







E quando non ci sono feste e gite che si fa? Alcune nostra attività



in palestra



si
cucina



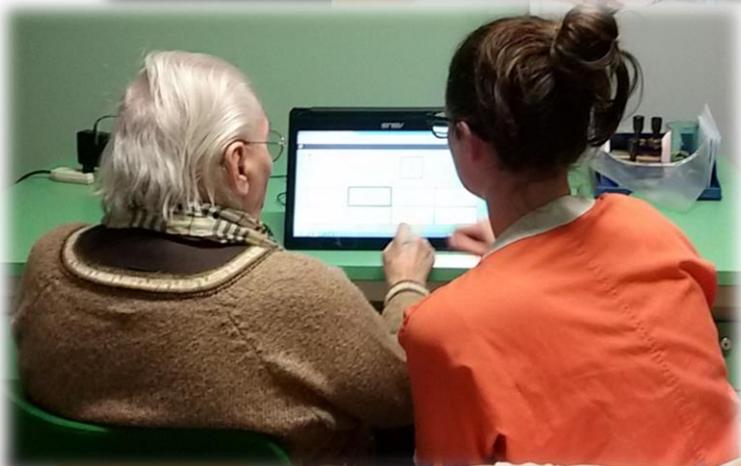
Si lavora



GRAZIE A SUSANNA
ci si prende cura di sè



Si esercita la mente



puzzle

Ed ora è più facile con la nostra nuova lavagna...



Pet therapy con Luna e Rita





Il saluto caloroso degli ospiti a Lina, responsabile dei servizi alla persona, a fine mandato.



PER I BIMBI DI TUTTE LE ETA'

|Trova le differenze|

Trova e cerchia le 7 differenze
tra le due immagini



IL NOSTRO PENSIERO PER

CANEVALI DOMENICA II 15/07/2017

BONOMELLI SANTINA II 12/08/2017

FRANCESCHETTI CESARINA II 14/08/2017

BOESI LUCIA GIUSEPPINA II 20/09/2017

PRADELLA MARIA BRIGIDA II 05/10/2017

BATTAGLIA GIOVANNI II 13/11/2017

MAZZOLI GIOVANNI II 03/12/2017

GARATTINI RENATA II 30/12/2017

BONOMELLI CESARE II 19/02/2018

DAMIOLI MEA II 20/02/2018

SALVETTI MARIA II 21/02/2018



<“NOI DEL CELERI”>

Copertina realizzata da **ALE**, Grafica di **LAURA**, impaginazione web **CARLO**

Hanno collaborato: **CARLA, ELENA, EMANUELA,**
MICHELA, ROSE, SONIA, VALERIA.