Semestrale d'informazione no. 4/12.2008

uno sguardo verso il lago

Fondazione
Casa San Giorgio
Istituto per anziani
6614 Brissago

Editoriale	*Direttore*	3
Cronaca della Casa	*Vacanze estive*	5
	Esposizione	5
	Una grande famiglia	6
Salute e malattia	*La cataratta*	10
	L'osteoporosi	12
Parlando di qualità	*L'egoterapia in geriatria*	14
Animazione	*Alcune barzellette*	16
Io vagabondo	*In viaggio con…*	17
	Un giorno di vacanza in India	18
Pagina storica	*Le Isole di Brissago*	20
Poesie	*Preghiera aziendale*	22
	I nostri poeti	23
Gesti quotidiani	*L'amicizia*	24
	Io, noi e loro: il lavoro e l'équipe	25
La ruota gira	*Pazienti*	26
	Collaboratori	28
Donazioni	*Elenco donazioni*	29
Profili	*Candido Bergamaschi*	30
	Sabrina Branca	31
Il vecchio saggio	*A carnevaa*	32

Hanno collaborato a questo numero
Giuseppe Berta, Sabrina Branca, Eugenia Dell'Ora, Chiara Demarta, Claudia Profumo, Roberta Scotton, Michela e Stefania Zanoli

Avete dei consigli, dei suggerimenti o delle osservazioni anche critiche in merito al nostro giornalino d'informazione?
Fatecele pervenire e saremo lieti di valutare le vostre considerazioni.

Fondazione Casa San Giorgio
Via San Giorgio 4
Casella postale 361
6614 Brissago

CCP 65-2974-1
tel. 091 786 80 50
fax 091 786 80 51
casasangiorgio@bluewin.ch

La botte piena, la moglie ubriaca e il figlio disoccupato!

Cari lettori, dopo un primo anno di rodaggio, grazie ai vostri apprezzamenti, abbiamo deciso di continuare la nostra esperienza editoriale, con l'intento di mantenere vivo un canale d'informazione e comunicazione, con tutti coloro che sono direttamente o indirettamente legati alla nostra struttura. Con una tiratura di 1'300 copie, che vengono distribuite gratuitamente a tutti i fuochi di Brissago e Ronco s/Ascona, oltre che a persone che riteniamo possano essere interessate alla nostra attività, cerchiamo di colmare una lacuna informativa che spesso ci è stata sollecitata da quella fascia di persone che non frequentano spesso Casa San Giorgio, ma che invece recepiscono le solite chiacchiere di paese e quindi si fanno un'idea forse un tantino contorta della nostra attività. Con questo nostro contributo, siamo quindi fiduciosi di aver intrapreso la strada giusta nel segno del dialogo e della trasparenza, a questo proposito siamo sempre lieti di ricevere le vostre gradite osservazioni che ci stimolano a continuare e sempre migliorare il nostro lavoro.

Fatta questa debita premessa, mi riallaccio subito al titolo un po' provocatorio, ma molto realistico di questo breve scritto. Una definizione emblematica ai nostri tempi del benessere nei paesi così detti "industrializzati", tanto per distinguerli da quelli del terzo mondo. Tra il serio e il faceto, viene spesso interpretata con la vignetta che rappresenta la classica botte piena di prezioso nettare degli Dei, il vino, alla quale viene affiancata la consorte ubriaca! Questo mito dello star bene a dismisura, cresciuto negli anni successivi alle tristi quanto famose guerre che hanno aimé segnato il destino del mondo, ha vissuto il suo apice negli anni '80 ed ora volge inesorabilmente al tramonto.

Senza voler essere troppo pessimisti, ma con un pizzico di lucidità, vediamo che le incognite per il futuro sono molteplici, così come le prospettive economiche non sono molto rallegranti. Negli ultimi mesi sono successi eventi che sembrano essere inspiegabili a noi comuni mortali e le cui spiegazioni sono riservate solo ai "guru" (chiamati anche scienziati) della finanza e della politica. Oltre agli ormai regolari viaggi sulla luna (perché non bastava ora ci vanno pure gli indiani) alla conquista di marte, dove verosimilmente si costruirà il più grande supermercato del mondo alla portata di tutti e di tutti i portafogli, all'esplosione e poi alla caduta del prezzo del petrolio, allo sfacelo delle borse e quant'altro, i Governi dei Paesi più ricchi del mondo, tra i quali anche quello Svizzero, in piena crisi finanziaria sono riusciti a far saltar fuori (sembra dal classico cilindro usato per le magie) la bellezza di tremila miliardi di Euro che sono circa fr. 4'800'000'000'000.00 per salvare le più grandi banche del mondo compresa la nostra UBS, alla quale Berna ha destinato alcuni spiccioli per un totale di 60 miliardi di franchi. Sarà pur vero che gli zeri non contano nulla, ma quando sono posti ben ordinati dietro ad altre cifre fanno comunque una certa impressione!

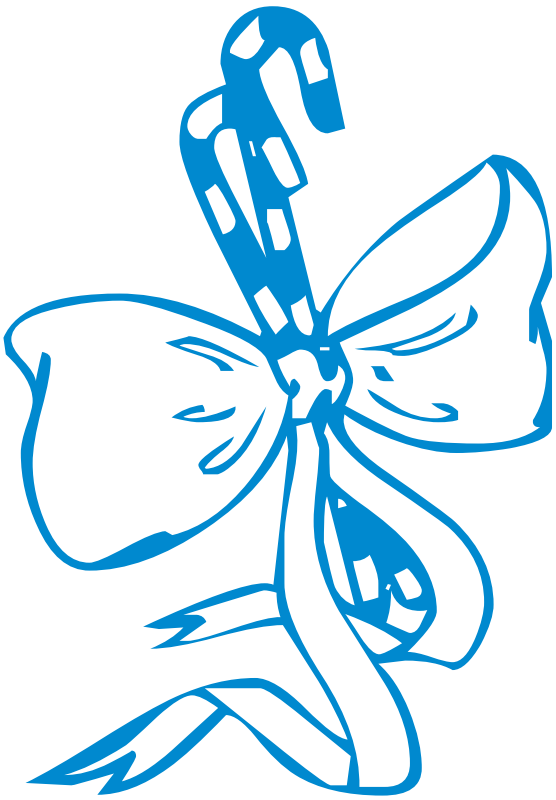
Di fronte a questo scenario sbalorditivo, ma purtroppo reale, sono rimasto inerme e non ho saputo dare una risposta all'arzilla, quanto infuriata novantenne che in quei periodi, piuttosto "incavolata" e certo non a torto, mi sottopose la questione a sapere perché non le venivano condonate le imposte cantonali pari a fr. 300.--, importo che lei avrebbe potuto pagare soltanto con uno sforzo non indifferente! Alla faccia del dissesto finanziario dello Stato, se di botto saltano fuori tanti soldi, come spiegare a chi deve girare e rigirare le monetine due volte prima di spenderle, che ormai è così e le banche vanno salvate? E come far capire ai nostri dipendenti che è giusto che lo Stato operi dei tagli sul "caro-vita" ed adotti delle misure per il contenimento della spesa?

E ancora, di fronte a questa situazione, cosa pensare dei piagnistei della Confederazione che persevera nel gioco del riversamento di oneri ai Cantoni e di riflesso ai Comuni, quando a Berna in un attimo dal nulla si fanno ap-

parire e poi si polverizzano tanti miliardi? Sicuramente qualcuno da qualche parte ha nascosto un mago.
Scusate l'imbarazzo, ma a volte vien proprio da pensare che non solo abbiamo la botte colma di vino, ma ne abbiamo piena la cantina e pur lasciando perdere le condizioni della moglie ormai costretta a lavorare per tirare avanti la famiglia, manteniamo pure i figli disoccupati e siamo convinti che "comunque vada sarà un successo". Questa mi sembra la realtà, altro che risanare le finanze.
Purtroppo non siamo noi a poter cambiare le cose, comunque l'attuale situazione ci deve far riflettere poiché non possiamo sempre sperare che le cose vadano finalmente per il verso giusto e non guardare in faccia alla realtà. Senza voler drammatizzare, penso sia nostro dovere prendere atto del fatto che ci troviamo in una situazione economica seriamente compromessa, che volge ormai al burrascoso dopo anni di sereno.
Durante il periodo dell'Avvento (tempo liturgico che alcune chiese cristiane dedicano alla preparazione del Natale, nelle quattro settimane che lo precedono), le nostre attenzioni dovrebbero essere rivolte ad altri pensieri, tra questi la bontà, la modestia e la carità verso il prossimo. Facciamo quindi uno sforzo e cerchiamo di dimenticare almeno per un po' i nostri brutti pensieri e alle porte del nuovo anno, ci vogliamo concentrare ed impegnare a continuare la nostra missione sociale nel migliore dei modi, utilizzando le risorse disponibili, applicando i criteri di qualità senza dimenticare il buon senso, per soddisfare le aspettative dei nostri Utenti, tenendo in considerazione anche i bisogni e i problemi del Personale, che risulta essere la colonna portante della nostra attività, lasciando ad altri il compito di decidere le sorti nostre e delle future generazioni, rimanendo comunque sempre all'erta.

Colgo questa preziosa occasione per esprimere a tutti coloro che vivono, lavorano o sono vicini alla nostra struttura, i miei sinceri ringraziamenti per la pazienza e la collaborazione ricevuta durante l'anno che volge al termine, così come mi preme presentare a tutti i migliori Auguri per un Natale di gioia e serenità, per il Nuovo Anno invece salute e benessere. Grazie di cuore a tutti.

Giuseppe Berta
Direttore



Vacanze Estive

Come consueto ai nostri Pazienti è stata offerta la possibilità di fare un breve soggiorno fuori della nosta Casa. Così dal 14 al 18 luglio scorso, sono state 14 le Persone che per la seconda volta hanno scelto di trascorrere alcuni giorni di svago presso l'Albergo Alpina di Airolo. Pochi giorni tra sole e anche un pò di pioggia, ha permesso ai nostri Anziani di rompere la monotonia quotidiana e fare qualche giorno di vacanza. Da tutti un complimento per l'organizzazione sempre precisa e grazie di cuore alle preziose accompagnatrici, Eugenia, Gea e Valeria.

Esposizione

Lo scorso 4 luglio vi è stato il vernissage della mostra di quadri e disegni dell'artista dimorante a Brissago Lubonir T. Winnik. Grazie alla generosa disponibilità dell'artista, nei nostri spazi espositivi, fino alla fine di quest'anno si potranno quindi ammirare le sue opere, che contribuiscono a dare un po' di vita e colore alla nostra struttura.
Complimenti per i bei capolavori e grazie per la generosa disponibilità del Signor Winnik.

Foto ricordo dell'inaugurazione della mostra, alla quale hanno presenziato una ventina di persone oltre naturalmente ai padroni di Casa, i nostri Anziani. Da sinistra la Presidente dell'Ass. Amici dell'Arte Signora Rina Vassena, il direttore, l'artista, i Municipali Fabio Branchini e Michela Chiappini, la Signora Winnik e una loro conoscente.

Una grande famiglia

Volete sapere una particolarità della nostra Casa? Il 10% dei 61 Pazienti, è composto da membri della stessa Famiglia. Da qualche anno abbiamo infatti il piacere di ospitare ben sei fratelli nati e cresciuti in quel di Brissago. Appartenenti a una delle famiglie Chiappini, essi sono meglio conosciuti come i "Cronighit", dei tredici figli nati dall'unione di Giuseppe e Colomba Chiappini, ne sono rimasti 6 e siamo felici di poterveli presentare uno ad uno...

Nome	Emilia vedova fu Giovanni Baccalà
Data di nascita	7 luglio 1913, ha compiuto quest'anno 95 anni
Figli	2 figli, Janet e Cesarino
Lavoro	Le sono sempre piaciuti i bambini, da giovanissima ne ha accuditi diversi, prima a Brione e poi a Brissago. In età più adulta ha lavorato in fabbrica tabacchi fino a quando non ha dato alla luce il suo primo figlio.
Luogo in cui ha vissuto	Brissago
Interessi	Ha avuto da sempre una grande passione per tutto ciò che concerne il campo infermieristico, inoltre le piaceva molto cucinare e lavorare in campagna.
Segni particolari	"La Schüit" (la civetta) é il soprannome che accompagna Emilia sin dalla giovane età. I parenti stretti le hanno attribuito questo nome particolare, sostenendo che Emilia aveva gli occhi che vedevano tutto.

Aneddoto

Da giovane avrebbe voluto intraprendere la professione di infermiera, ma i mezzi a sua disposizione erano limitati; decise così di continuare a lavorare in fabbrica e si abbonò alla rivista "SELEZIONE MEDICA", in quanto questa conteneva diverse informazioni e nozioni relative alla medicina. Per la nascita del primogenito, Emilia venne ricoverata in ospedale e in questo contesto, era molto spesso confrontata con le Suore che facevano delle iniezioni ai pazienti, così, incuriosita ed appassionata per la professione chiese ad una delle suora di poter effettuare anche lei delle punture… La suora annuì ed in un attimo si presentò dalla giovane con un'arancia ed un siringa in mano e disse ad Emilia che poteva esercitarsi con il frutto! Emilia decise così di fare il corso samaritani ed imparò a praticare le vere punture!

una grande famiglia

Nome	Rosa vedova fu Francesco Mazza
Data di nascita	4 gennaio 1916, ha compiuto quest'anno 92 anni
Figli	3 figlie
Lavoro	All'inizio del suo percorso lavorativo era legata alla fabbrica tabacchi di Brissago, dove esercitò per alcuni anni. Con il passare del tempo si trasferì a Locarno dove ebbe la possibilità per un paio d'anni, di lavorare come sarta. Successivamente diventò una bravissima cuoca e lavorò in un famoso ristorante della regione.
Luogo in cui ha vissuto	Ha vissuto la sua infanzia e la sua adolescenza a Brissago fino a quando non si é trasferita a Locarno, dove é rimasta per molti anni. Prima di ritornare definitivamente a Brissago per stabilirsi a Casa San Giorgio, ha vissuto per qualche anno a Tenero.
Interessi	Tra i suoi interessi mette in primo piano le sue figlie. Inoltre era molto legata alla cucina in generale, al cucinare, allo stare dietro i fornelli e creare delle nuove ricette.

Aneddoto

Le piaceva trascorrere il suo tempo in cucina, le specialità che preparava erano il brasato, l'umido e le varie salse. Le piaceva prendere le ricette dai libri, dalla televisione ed aggiungervi un tocco speciale, la sua creatività,… così da cucinare sempre un piatto unico e prelibato.
Quando viveva a Tenero si recava spesso, assieme a due o tre amiche alla Casa Sorriso, assieme accompagnavano gli ospiti nel giardino della casa di riposo, offrendo loro uno scambio di parole, un po' d'allegria e la possibilità di trascorrere un pomeriggio piacevole.

Nome Elvezia vedova fu Giovanni Bergonzoli
Data di nascita 21 maggio 1917, ha compiuto quest'anno 91 anni

Figli 3 figli, Doris, Athos e Adelmo (Mimmo)

Lavoro In giovane età ha lavorato per un paio d'anni alla fabbrica tabacchi, dopodiché si é dedicata ai suoi figli.

Luogo in cui ha vissuto Brissago.

Interessi Amava cucinare, ma le piaceva molto andare in vacanza sia al mare, sia in montagna.

Segni particolari Vezia é il soprannome che l'ha accompagnata e l'accompagna nella sua vita sin da quando era una bambina.

Aneddoto
Ama ricordare i suoi cani, Dick e Sam, che hanno vissuto con lei gran parte della sua vita. I due animali si volevano molto bene tra di loro, come due fratelli… infatti quando un altro cane si avvicinava a Sam, Dick lo faceva correre, non voleva che le succedesse qualcosa!

Nome Caterina vedova fu Giuseppe Marcacci
Data di nascita 16 ottobre 1918, ha compiuto quest'anno 90 anni

Figli 2 figli, Renzo e Franco

Lavoro Lavorò in fabbrica tabacchi dal 1932 al 1982, la sua prima mansione fu legata alla produzione dei sigari, per poi passare in un secondo tempo alla gestione della contabilità ed era pure responsabile dei salari del personale.

Luogo in cui ha vissuto Brissago

Interessi Amava molto andare a cercare funghi e fare delle lunghe passeggiate, inoltre le piacciono montagne, piante ed i fiori.

Segni particolari È molto legata al suo soprannome, ovvero, "Riri". Gli amici e i parenti la chiamavano e la chiamano ancora oggi così, in quanto diminutivo del suo nome.

Aneddoto
È stata tra i fondatori della Società Cristiano Sociale per Anziani e parte attiva dello stesso comitato, all'interno del quale venivano organizzate tombole, passeggiate, riunioni, ecc. per persone pensionate. Nel 1983 ha infatti ricevuto un riconoscimento per sottolineare tutte le energie messe a disposizione nell'aiutare a realizzare ed a mantenere vivo questo progetto.

Nome	Giuseppe felicemente sposato da 59 anni con Pierina
Data di nascita	1 marzo 1924, ha compiuto quest'anno 84 anni
Figli	2 figli, Walter e Daniela
Lavoro	Ha lavorato per gran parte della sua vita come fabbro, in seguito ha deciso di gestire assieme alla moglie un distributore di benzina a Brissago (Madonna di Ponte).
Luogo in cui ha vissuto	Brissago (Piodina ed al piano).
Interessi	Amava andare in montagna e recarsi nella sua casa ai monti, come anche visitare le città d'Europa, é stato infatti in Austria, in Spagna ed in Italia. Gli piacevano inoltre gli animali ed aveva un riguardo particolare per le capre.
Segni particolari	Pepin dei Cronighit é il soprannome con il quale amici e parenti lo chiamavano e lo chiamano, così da abbreviare il nome di Giuseppe.

Aneddoto
Da giovanissimo era appassionato di caccia, amava quindi la stagione autunnale che gli permetteva di svolgere questa attività!

Nome	Gottardo vedovo fu Noris Chiappini
Data di nascita	19 settembre1920, ha compiuto quest'anno 88 anni
Figli	nessuno
Lavoro	Ha svolto due professioni nella sua vita, inizialmente faceva il fabbro e successivamente ha lavorato per un impresa d'impianti sanitari.
Luogo in cui ha vissuto	Brissago da giovanissimo e poi si é trasferito a Locarno, paese in cui ha vissuto per quarant'anni.
Interessi	Ama molto le motociclette, sono state da sempre la sua grande passione. Gli piacciono inoltre gli animali ed ha sempre avuto dei cani.
Segni particolari	Pecoli é il soprannome a cui é legato sin da bambino.

Aneddoto
In sella alla sua moto, una BSA nera, ha visitato gran parte della Svizzera e non solo…
Un'estate é sfrecciato fino a Roma, dove ha poi trascorso qualche giorno di vacanza.

La cataratta

Prima di parlare più nel dettaglio di cosa consiste la cataratta, ho voluto fare qualche cenno di anatomia dell'occhio, al fine di comprendere meglio questa patologia.

La luce raggiunge la retina dopo aver attraversato gli altri elementi prece-dentemente menzionati e questa di conseguenza risponde ai raggi luminosi che la colpiscono, convertendoli in segnali che vengono condotti al cervello dal nervo ottico.

Per cataratta si intende una progressiva e costante opacizzazione del cristallino presente nel bulbo oculare, cioè di quella lente che permette di mettere a fuoco e di vedere gli oggetti, sia da vicino che da lontano. Ciò non permette il passaggio della luce all'interno dell'occhio e conseguentemente determina una visione offuscata.
Il paziente affetto da cataratta riferisce una marcata e indolore riduzione della capacità visiva, la quale peggiora in particolare di notte. Inoltre percepisce un'elevata ipersensibilità alla luce e la sensazione di sentirsi abbagliato. La persona affetta da questa patologia non distingue esattamente la giusta tonalità dei colori e tende a vederli più giallognoli.

Prima che la cataratta si sia manifestata con questi sintomi, il paziente riferisce la sensazione di un miglioramento della vista, tanto da riuscire a leggere un giornale e a distinguere in lontananza oggetti più nitidamente.
La cataratta è più comune nell'età avanzata ed è spesso legata a fattori secondari, quali malattie come per esempio il diabete, l'uso di alcuni farmaci, l'ereditarietà o l'esposizione prolungata e non protetta ai raggi del sole.
La cataratta totale, rende ciechi! Non è possibile evitarla, anche se si può curare. La cura consiste in un intervento chirurgico, che si basa sull'impianto di una lente artificiale al posto del cristallino opacizzato. Questa sostituisce la capacità rifrattiva del cristallino asportato.L'intervento viene di solito svolto in anestesia locale e permette un recupero ottimale della vista. Di solito si opera prima l'occhio in cui la cataratta è più grave e si evita un intervento contemporaneo su entrambi. Non esistono medicinali o esercizi specifici in grado di prevenire o curare la cataratta. Assumere quantità adeguate di vitamina C e calcio può aiutare a prevenirne la formazione. Dopo i 45 anni è comunque consigliabile eseguire una visita ogni due anni da un medico specialista in oftalmologia.

Claudia Profumo
Infermiera spec. in geriatria

Il bulbo oculare si distingue di tre parti ben distinte:

- 1 La parte esterna formata dalla sclera, che è una membrana resistente e la cornea, che è una struttura trasparente.

- 2 La parte intermedia consiste di una membrana di collagene, situata tra sclera e retina. Sostiene e nutre la retina che sono a contatto con essa. È divisa in iride, corpo ciliare e coroide. L'iride, che porta il colore dei nostri occhi presenta al centro, la pupilla, attraverso cui passano i raggi luminosi.

- 3 La parte interna formata dalla retina.

disegno di Candido Bergamaschi

L'osteoporosi

In un Istituto per anziani come il nostro, il problema dell'osteoporosi, risulta essere più accentuato che tra le mura domestiche, a causa dell'età degli Utenti che vi soggiornano, per il sesso, visto che l'80% dei nostri Pazienti sono donne e infine per il rischio di cadute dovuto alla fragilità e allo stato di salute cagionevole di molti anziani.
Ma cosa significa questa parola così "ostica" da pronunciare? L'osteoporosi è una malattia o meglio *un processo di rarefazione e indebolimento delle ossa.* Detta così sembrerebbe una cosa semplice. In realtà, come tutte le tematiche legate al complesso corpo umano, si tratta di una malattia complessa anche se molto diffusa. Le statistiche ci indicano che superati i cinquant'anni d'età, una donna su tre e un uomo su sette subiscono prima o poi una frattura di natura osteoporotica.
Le nostre ossa sono tessuti vivi e come tali sono soggetti a un continuo turnover. Nei punti più sollecitati, si forma un maggior numero di "trabecole" al fine di garantire la stabilità necessaria. Il picco di massa ossea si raggiunge in genere intorno ai 25 anni. Una modifica regressiva significante si riscontra in particolare nelle donne in menopausa, mentre nell'uomo la degenerazione ossea avviene più tardi e più lentamente.
Come si manifesta la malattia. La perdita progressiva di massa ossea correlata all'invecchiamento è un processo normale. Diventa però pericoloso quando è accelerato e innesca l'osteoporosi. La malattia è caratterizzata da una densità trabecolare ridotta. Anche la qualità del materiale osseo è alterata. Ciò rende porose e quindi fragili le ossa. Spesso l'osso osteoporotico subisce una frattura anche solo per un trauma minimo, a volte perfino in assenza di impatti esterni. Le sedi di frattura più frequenti sono i corpi vertebrali, il femore e il polso. Senza terapia, la malattia può sfociare nella totale perdita di autonomia funzionale, causare intensi dolori e a volte perfino la morte.
Come detto la malattia si manifesta particolarmente nelle donne sopra i 50 anni. È noto che nelle donne in menopausa viene meno l'azione degli estrogeni (ormoni sessuali femminili) in grado di contrastare il progredire dell'osteoporosi. Quindi nelle donne che hanno superato questa soglia, il rischio di una frattura da osteoporosi è di circa il 50%, mentre negli uomini della medesima fascia d'età è di solo il 15%. Considerata la grande importanza che gli estrogeni rivestono per le ossa, questa patologia riguarda anche le donne in sottopeso, nonché le sportive agoniste che seguono rigidi regimi dietetici, con scarsa massa grassa corporea ed episodi di amenorrea (assenza del ciclo). Gli estrogeni vengono prodotti infatti anche nelle cellule adipose, per cui nelle donne con un'esigua massa grassa può subentrare un deficit estrogenico con risvolti osteoporotici già in giovane età. Anche altri disturbi ormonali, quali per esempio l'ipertiroidismo o negli uomini un basso livello di testosterone, possono favorire l'insorgenza dell'insidiosa osteoporosi.
È possibile contrastare la malattia? Un elevato fattore di rischio è la predisposizione genetica. Per chi ha precedenti di fratture da fragilità scheletrica in famiglia, la probabilità di sviluppare un'osteoporosi con l'avanzare dell'età è del 50% più alta. Anche l'abuso prolungato per anni di alcol o di nicotina contribuisce alla perdita di sostanza ossea. È inoltre importante un'alimentazione ricca di calcio perché, in caso di apporto insufficiente, il corpo (per assicurare l'equilibrio di tutte le importanti funzioni dipendenti dal calcio), ricorre al deposito di calcio nelle ossa con conseguenti danni alla struttura scheletrica e un aumento del rischio di osteoporosi.
L'osteoporosi può essere favorita anche da varie patologie quali il morbo di "Chron" e l'artrite reumatoide, nonché da determinati medicamenti come l'eparina, gli antiepilettici e il trattamento prolungato con cortisonici.
Favorire l'apporto di calcio. Nella prevenzione dell'osteoporosi riveste un ruolo essenziale anche la vitamina D, che da un lato viene assunta tramite l'alimentazione e dall'altro si sviluppa autonomamente nell'organismo, soprattutto tramite l'esposizione alla luce solare. La vitamina D, anche co-

me parte integrante di una terapia combinata, favorisce il deposito di calcio nelle ossa e la formazione della sostanza ossea.
La diagnosi precoce è decisiva. Anche se i moderni farmaci sono efficaci e possono arrestare la regressione della densità o perfino stimolare l'attività di ricostruzione ossea, l'osteoporosi rimane tutt'oggi una malattia cronica e quindi l'inizio tempestivo della terapia riduce il pericolo di fratture, soprattutto per i soggetti con elevati fattori di rischio. Di seguito vi proponiamo un semplice test (tratto dalla rivista svizzera sulla salute Vista 09/2008), con il quale potete valutare la vostra esposizione al rischio ed in seguito, eventualmente parlarne con il vostro medico curante.

Claudia Profumo
Infermiera spec. in geriatria

Domande per donne e uomini dopo 50 anni

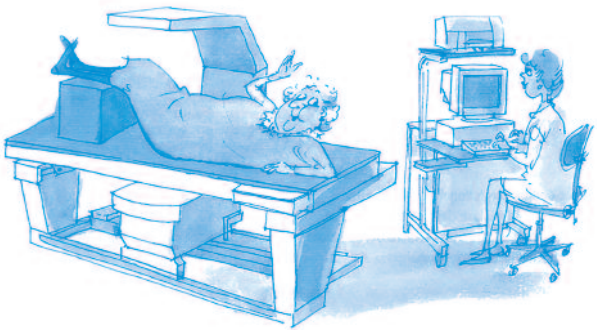
	SÌ	NO
Nella sua parentela si sono verificati casi di frattura dell'anca e delle vertebre?	■	■
Ha già subito una frattura dovuta ad un trauma moderato?	■	■
Ha sofferto o soffre di disturbi alimentari come l'anoressia nervosa o la bulimia?	■	■
Ha assunto o assume regolarmente del cortisone?	■	■
Mangia o beve pochi derivati del latte?	■	■
Fa del movimento meno di 3 x 20 minuti la settimana?	■	■
Soffre di diarrea cronica, disfunzioni della tiroide, malattie reumatiche infiammatorie o insufficienza renale cronica?	■	■
Fuma più di 10 sigarette al giorno? Beve regolarmente dell'alcol?	■	■
È una persona molto magra?		

Le seguenti domande riguardano solo le donne

In menopausa e non segue una terapia ormonale sostitutiva?	■	■
Ha subito l'asportazione dell'utero e delle ovaie?	■	■
Dopo la pubertà ha avuto interruzioni delle mestruazioni per più di 6 mesi (ad eccezione delle gravidanze)?	■	■

Valutazione

Se ha risposto Sì a una o a più domande potrebbe essere a rischio di osteoporosi. Valuti perciò il suo rischio d'osteoporosi con il proprio medico curante e si lasci consigliare sulle modalità preventive e terapeutiche più adeguate.



L'ergoterapia in geriatria

…Stimolare una persona anziana riveste un'importanza fondamentale affinché non scivoli in stati di apatia e rischi di perdere interesse per tutto quello che le sta attorno, la sua individualità e capacità d'iniziativa, trovandosi infine in uno stato di pura dipendenza… instaurando una relazione di fiducia con l'ospite, tenendo in considerazione gli interessi del soggetto, proponendo delle attività mirate, collaborando con le altre figure professionali, l'ergoterapista cerca di limitare al minimo lo stato di disagio e di scoraggiamento che può pervadere l'anziano…

Con il preciso intento di migliorare la qualità dei servizi offerti ai nostri Anziani Pazienti, dallo scorso 1. ottobre Casa San Giorgio si è dotata di una nuova figura professionale: ci sembra superfluo dirvi di cosa si tratta, poiché avrete modo di scoprirlo strada facendo, ci sembra invece più importante spiegarvi di che cosa si tratta di preciso.

Chi è l'ergoterapista che lavora in casa per anziani?

L'ergoterapista è un professionista che durante la formazione scolastica ha appreso nozioni mediche, sociali, umanistiche ed artistiche, maturando così delle competenze relazionali, tecniche e formative. Esso pertanto tiene in considerazione tutte le funzioni dell'anziano, ossia quelle: motorie, cognitive, sensoriali, affettive, sociali, come anche l'aspetto culturale e spirituale.
Collaborando con le altre figure professionali presenti in casa per anziani mira ad aumentare la qualità di vita ed il benessere dell'anziano all'interno dell'istituzione.

Cosa fa l'ergoterapista in casa per anziani?

Questa figura professionale accoglie l'anziano nella sua globalità favorendo una relazione di fiducia in cui vige l'ascolto, il sostegno, la fiducia e l'empatia.
Inizialmente l'ergoterapista osserva e valuta gli interessi, le capacità, le risorse ed i limiti dell'anziano, per poter proporre un piano di trattamento mirato che possa stimolare e motivare il soggetto nella partecipazione.

L'ergoterapista attua il suo intervento al fine di:

- Ristabilire il funzionamento: per quanto possibile recuperare la capacità di svolgere atti della vita quotidiana, già esistenti precedentemente ad un disturbo acuto, ad un malessere.

- Mantenere il funzionamento: nonostante le difficoltà dell'anziano (neurologiche, ortopediche, cardiovascolari), far si che possa continuare a svolgere le proprie attività il più a lungo possibile.

- Sviluppare nuove strategie per adattarsi al nuovo stato di salute ed al nuovo ambiente: così che l'anziano possa continuare a svolgere e a partecipare alle varie attività evitando di cadere in uno stato di disagio e di malessere.

- Prevenire il disfunzionamento: in modo da permettere alla persona anziana di mantenere le sue facoltà il più a lungo possibile, contribuendo al mantenimento dell'autonomia.

L'ergoterapista per poter apportare un tipo d'intervento adeguato, deve quindi capire bene quale sia la causa del disagio, del malessere dell'anziano e tener bene presente quali siano gli obiettivi dell'ospite e le risorse che egli possiede.

Come interviene l'ergoterapista in casa per anziani?

L'ergoterapista utilizza l'attività come mezzo terapeutico, essa viene adattata al piacere, al grado di capacità e d'autonomia dell'anziano, tra queste si evidenziano: il vimini, la pittura su seta, i fiori, la cucina, gli esercizi per la memoria, il vestirsi. Vi sono inoltre altri tipi d'intervento che l'ergoterapista può effettuare:

- Gli adattamenti ambientali: per favorire uno spazio sicuro apportando maggior orientamento e facilità di spostamento all'anziano, nonché diminuire le ansietà soprattutto delle persone d'età avanzata con un marcato decadimento cognitivo.

- L'assegnazione di mezzi ausiliari: per favorire il mantenimento di una certa indipendenza e facilitare lo svolgimento delle azioni della vita quotidiana (vestirsi, mangiare, …).

Gli interventi possono essere legati a sedute individuali, quindi specifici e mirati unicamente ad una persona, come anche sedute di gruppo, in cui il soggetto apporta un contributo favorendo la condivisione d'emozioni, d'esperienze, di vissuti oppure, svolge un'attività propria in un contesto che comprende più partecipanti e favorisce l'espressione dei propri sentimenti, lo sviluppo di nuove abilità, il creare dei legami con le persone presenti, l'aumentare la stima di sé. Il tipo d'intervento applicato è prettamente legato al risultato che l'ergoterapista desidera raggiungere con e per uno specifico anziano. Egli, collaborando con le altre figure professionali, ha la possibilità d'offrire un'ulteriore sostegno agli anziani, ai nostri anziani, che sono limitati a vivere nelle case di riposo, ma non per questo privi di potenzialità, capacità e risorse. Stimolarli "nel fare" è quindi importante per far sì che non perdano la propria individualità e l'interesse per tutto quello che gli sta attorno.

Michela Zanoli
Ergoterapista

Cosa significa la parola ergoterapia?

L'ergoterapia nasce e si sviluppa

mantenendo le origini e le qualità del suo termine greco:

ergein = fare-lavorare-agire.

Barzellette

Un novantacinquenne incontra un coetaneo che non vede da tempo,
che gli domanda come sono andati i suoi ultimi decenni.
Risponde: “Ah, ho avuto anni duri, ma ora va meglio,
da quando i miei figli sono finalmente in casa per anziani”!

NAPOLI.
Scuola elementare per bambini down.
La maestra di Inglese entra e dice :
"Sit down".
E i bambini rispondono:
"E tu si 'na zoccola!"

In spiaggia
un bagnino sta mangiando un panino gigante.
Gli si avvicina un bambino albanese e gli dice :
"Io sono 3 giorni che non mangio!"
Ed il bagnino : "Ok, puoi fare il bagno!"

Le mie figlie hanno sposato 2 salumieri.
Quindi ho 2 generi alimentari.

Se fossi un pittore ti dipingerei.
Se fossi un vasaio ti modellerei.
Se fossi un poeta ti loderei.
Ma sono un trombettiere …modestamente…

Sondaggio in Italia:
che cos'è il "740"?
MILANO: modulo per la denuncia dei redditi;
ROMA: la BMW
NAPOLI: le 8 meno 20;
PALERMO: "e che minkia di calibro è?..."

A.A.A. cerco ragazza di razza,
perchè bastarda l'ho già avuta.

Lo sai come è morto Capitan Uncino??
Si è fatto il bidè con la mano sbagliata.

Ciao, tu come ti chiami?
"Lu-lu-lu-lu Luigi."
Sei balbuziente?
No, lo era mio padre
e all'anagrafe c'era un bastardo...

TG5 News:
Sciagura aerea nei pressi di Napoli.
Si è schiantato un elicottero in un cimitero, i Carabinieri
hanno già estratto 685 corpi e stanno ancora scavando.

Una vecchietta alla fermata dell'autobus domanda:
"Scusi, giovine,dove devo prendere l'autobus per andare al cimitero?"
E il giovane:
"In fronte…"

In viaggio con...

In questo spazio, continuiamo a proporvi delle interviste fatte a nostri Pazienti che, tanto o poco, hanno viaggiato e desiderano condividere i loro ricordi con noi.
Questa intervista è stata curata da Roberta Scotton.

Franz Späth, ospite della nostra Casa dal 2004, mi parla volentieri dei suoi viaggi, che ha fatto perlopiù per lavoro. Infatti, come pasticcere ha avuto la possibilità di imbarcarsi su navi da crociera con le quali ha potuto visitare le grandi capitali del Sud America: Montevideo, Buenos Aires, Rio de Janeiro, ed è proprio in quest'ultima città che ha deciso di fermarsi per ben tre anni a lavorare presso un grande albergo, il Royal Rio che gode di fama internazionale.

Signor Späth, cosa l'ha spinta a scegliere Rio de Janeiro per fermarsi?

A Rio penso di aver visitato tutto quello che potevo, musei d'arte, chiese, poi c'è il magnifico Gesù Cristo, chiamato il Cristo Redento, sul monte Corcovado che dai suoi 710 m. domina la baia di Rio, alto 38 metri è davvero uno spettacolo da non perdere. Vi si giunge con un treno e ci sono 222 scalini da fare per avvicinarsi, già a quel tempo si diceva che avrebbero creato un accesso più facile. Poi indubbiamente il fascino delle spiagge di Copacabana e Ipanema, le più famose, sempre affollate con un sottofondo di samba quasi continuo, feste e grigliate, piene di vita sia di giorno che di notte. Ma ovviamente ci sono molte altre spiagge meno conosciute, ma non per questo meno belle, solo più tranquille. Anche il porto di Rio è molto conosciuto, la CNN lo ha pure consacrato come una delle 7 meraviglie del mondo moderno!

E cosa dire del carnevale? Lo ha festeggiato in quegli anni?

No. Niente carnevale, non fa per me. Per quanto siano quattro giorni di festa intensa tra cortei, sfilate, arte, musica, ballo e divertimento, non me la sono mai sentita di parteciparvi; è abbastanza pericoloso e ogni anno ci sono dei morti, meglio le spiagge.

Ha poi visitato altre cose in Brasile?

Si, sono stato anche a Brasilia, che dal 1960 è la capitale. È una città molto recente, quindi moderna, con palazzi nuovi, ampie strade e tra l'altro la cattedrale di Nostra Signora è magnifica. La sua costruzione è iniziata nel 1958 ed è stata inaugurata nel '70, il risultato è un capolavoro, anche se non nel senso più tradizionale.

Quindi è stato contento di essere rimasto tre anni a Rio?

Certo! È stata una bella esperienza, anche se lavoravo, ho avuto la possibilità di conoscere bene un'altra città completamente diversa da quello a cui ero abituato. Mi dispiace di non aver comunque imparato il portoghese, ma per me è sempre stata una lingua ostica, molto difficile. È senza dubbio un paese che consiglio di vedere, ma al di là della costa e stupende spiagge, delle grandi città e degli imponenti monumenti, forse non è proprio il luogo ideale per tutti, non trovando gli agi e il benessere a cui siamo abituati.

Siamo riconoscenti al Signor Späth per averci portato con lui in questo paese lontano e di averci fatto sognare spiagge, foreste e palazzi. Grazie.

Roberta Scotton
Assistente di cura

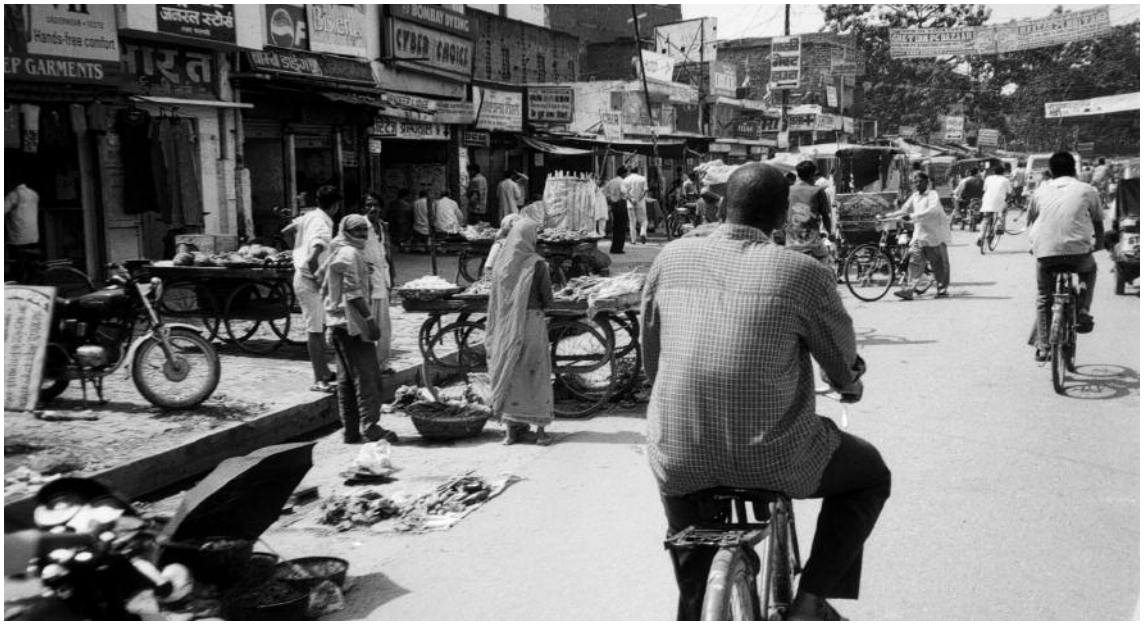
Un giorno di vacanza in India

Cerco a tentoni gli occhiali lasciati su un pseudo comodino ricavato da una vecchia scatola di legno, una volta trovati e inforcati, il mondo appare già migliore! Da fuori mi arrivano pochi rumori; quelli di una strada distante, le voci della famiglia proprietaria dell'albergo e dei bambini che parlano e ridono. Mi vesto e veloce vado a fare colazione. Sono nel piccolo ristorante, situato sul tetto dell'albergo, mentre mi gusto un ottimo caffè, toast con burro e marmellata, mi guardo in giro. Davanti vedo il Lago e il Palazzo del Raja che è stato trasformato in un albergo di lusso, si presenta bianco e splendente, nella luce del mattino pare sorgere dalle acque del lago; attorno pochi alberi sparuti con pappagalli colorati e rumorosi. Alle mie spalle la città.
Ancora non ci credo, sono in India nella regione del Rajasthan ad Udaipur, antica città costruita intorno al delizioso Lago Pichola, luogo incantevole che è inevitabilmente soprannominata la "Venezia dell'Est".
Fondata nel 1568 dal mahraja Udai Sing, la città è un armonioso miscuglio di edifici bianchi in calce, palazzi in marmo, giardini sul lago, templi e "havelis" (tenute tradizionali). Vanta un invidiabile patrimonio artistico e va orgogliosa della sua fama nel campo dello spettacolo, così come si distingue per le abbondanti risorse idriche di cui dispone.
Sono qui con Nadege, una grande amica con la quale condivido questa esperienza magnifica. Quattro chiacchiere con la proprietaria dell'albergo, la quale ci consiglia su cosa andare a vedere, quindi cartina alla mano ci avviamo verso il centro. Per accorciare la strada prendiamo la scorciatoia che ci hanno appena segnalato, peccato che nessuno ci abbia avvertito che saremmo passate sulla riva del fiume dove gli uomini vanno a lavarsi… le donne sono dall'altra parte del fiume. Le vediamo che lavano i loro sari dai colori sgargianti; ascoltiamo il ritmico suono dei panni battuti nelle acque tranquille e chiediamo come sia possibile che ne escano lindi e profumati, visto il colore dell'acqua! Misteri d'oriente. Girovaghiamo poi per le viuzze di Udaipur; vecchie e ricche di negozietti, ma ormai volte alle esigenze dei molti turisti. Andiamo poi nel centro della città nuova, iper caotica, e passeggiamo per il mercato, con sosta al baracchino dei succhi per goderci uno specialissimo succo di lime e un ancor più spettacolare ananas frullato in diretta. Risultato: una mousse di pura frutta divino.
Fa comunque impressione la quantità di gente, la mole di traffico, i carretti, le biciclette e le immancabili vacche e non parlo delle nostre belle mucche svizzere, brune o pezzate che siano, ma si tratta di bestie grandi, vacche bianche (o almeno si suppone che in origine fossero bianche) alle quali bisogna dare la precedenza e stare molto attenti per evitare che qualche corno non ti finisca in viso quando si girano. Fanno un po' pena, così magre che mangiano qualunque cosa capiti loro: pure carta e plastica provano a ruminare.
Ci incontriamo con degli amici conosciuti qui alcuni giorni addietro, Yussuf, Nicky e Deepak in un botteghino dove vendono del the dolce e speziato, che ci accompagnerà in tutto il nostro soggiorno in India. Oggi andremo a vedere un tempio, quello di Ranakpur ad una sessantina di chilometri di distanza. "Staremo un poco stretti sul "tuk tuk" ma ci arrangeremo", ci dice Yussuf. E in effetti è così visto che il tuk tuk è un mezzo piccolo a tre ruote, aperto ai lati e con un tettuccio in plastica, simile ai motorini della piaggio, approdato in Asia ha fatto furore e lo si vede quasi solo ancora li. Carichiamo le poche cose che ci servono e partiamo.
Viaggiare in India è sempre un'impresa sia per chi guida, sia per chi guarda. Viene da dire che sono tutti matti quando guidano: uso continuo del clacson, nessun senso di precedenza, piuttosto che frenare si fa lo slalom per non investire i pedoni, le bici e le vacche. Fuori dal centro abitato la situazione migliora, solo che le strade di solito non sono del tutto asfaltate come si trovano al centro, così chi ha il mezzo più grande, risulta essere il più forte e gli altri lo scansano

ma solo e sempre rigorosamente all'ultimo minuto. Ovvio con un gran suonare di clacson dai suoni alquanto bizzarri.
Dopo alcune ore di tortuoso viaggio eccoci a Ranakpur, il Chaumukha Temple, il tempio dalle quattro facce ci accoglie maestoso. Costruito nel XV secolo in splendido marmo bianco, è uno dei templi Jainisti più grandi e impressionanti dell'India. Una delle cose che colpiscono maggiormente, sono le innumerevoli colonne, ognuna con un intaglio diverso, si dice che siano 1444, grandi, piccole, grosse o fini, sono tantissime ma da ogni luogo è possibile vedere la figura del Dio Adinath al quale il complesso è dedicato.
I colori, la luce che cade morbida, la polvere che aleggia rendono il luogo davvero affascinante. Camminando scalzi in questo luogo di pellegrinaggio ci si sente davvero in pace. Dopo la visita ci fermiamo a mangiare lenticchie e patate e bere l'immancabile the, o "chai" come viene chiamato qui. Non è tardi ma decidiamo di rientrare per poter ammirare il tramonto dal Kumbhalgarh Fort. Uno spettacolare castello in pietra, arroccato sulla montagna e circondato da un immensa muraglia che si estende per chilometri e chilometri. Arriviamo all'ingresso del castello e visitiamo l'interno; non c'è molto, stanze vuote, tra le quali una spettacolare stanza verde con finestrelle a griglia da cui parlando si sente il rimbombo e l'eco in tutta la vallata. Scendiamo e visitiamo rapidamente tutte le altre parti del castello: il Tempio di Ganesh, il Tempio Vedi e il Tempio Mamadeo. Ci fermiamo poi a giocare con i bambini del piccolo villaggio sottostante e con le scimmie che arrivano in massa e, anche se qui è normale, la cosa mi sorprende sempre molto. È ormai buio quando rientriamo in città, così decidiamo di andare direttamente a cena, in un piccolo ristorante, dove ci servono un curry delizioso.

Infine ritorniamo in albergo, la giornata è stata intensa, qui non c'è luce a quest'ora, quindi salutiamo i nostri amici e ci ritiriamo nei nostri alloggi, il letto mi appare come una splendida invenzione, accogliente ed invitante. Mi sdraio contenta della splendida giornata passata e mi addormento con i colori e i profumi ancora vivamente impressi nella mia mente.

Roberta Scotton
Assistente di cura



Le Isole di Brissago
il più bel giardino della Svizzera

Una stele funeraria romana, trasformata in due archivolti di finestre (oggi al Castello di Locarno) testimoniano una frequentazione delle isole già in tempi remoti. Tracce di edifici sacri dell'età medievale attestano l'esistenza della chiesetta di Sant'Apollinare e documenti grafici di un insediamento di Umiliate sull'isola piccola, e di una basilica a tre navate dedicata a San Pancrazio, meta di pellegrinaggi ancora agli inizi del Seicento sull'isola maggiore.
Abbandonate per lungo tempo e invase dai conigli (da qui la denominazione di "Isole dei conigli" in uso per un certo periodo) diventarono nel Settecento residenza signorile estiva del cavalier Antonio Borrani.
C'era una volta… la baronessa Antoinette di Saint Léger, che nel lontano 1885, trasformò l'isola grande in un bellissimo giardino esotico e dimora riservata alle più intense attività culturali, dove convenivano pittori, scultori, musicisti e scrittori, quali: Segantini, Daniele Ranzoni, Grubicy, Tallone, Filippo Franconi e anche Leoncavallo. Nel 1927, caduta in povertà, si vide costretta a vendere tutta la sua fortuna ad un ricco mercante di Amburgo, Max Emden, il quale costruì l'attuale villa, il bagno romano, l'agrumeto e la darsena. La nobildonna, di origine russa, che ha vissuto una vita avventurosa con sette matrimoni e una schiera di amici eccellenti, tra i quali, Liszt e Joyce, è ricordata da una piccola lapide nascosta nel verde e le sue ceneri sono sparse alla punta meridionale dell'isola dove crescono le agavi a forma di candelabro, che fioriscono una sola volta nella vita, anche dopo quarant'anni.
Appena contemplato il ciclo biologico con la produzione dei frutti moriranno. Natura effimera e crudele.Ora di proprietà del Canton Ticino, dei comuni di Ascona, Brissago e Porto Ronco, della Lega svizzera per la protezione dei beni culturali e della Lega per la protezione della natura, nel 1949, le Isole aprirono il Parco al pubblico. Bagnate dalle acque, protette dalle Alpi e baciate dal sole, le Isole di Brissago danno la possibilità ai centomila e più turisti che ogni anno le visitano di fare il giro del mondo in quattro passi con piante provenienti dai cinque continenti: Mediterraneo, Asia subtropicale, Sud Africa, Nord-Centro-Sud America e Australia. La sua ricchezza non sta nell'estensione, ma nell'esuberanza di verdi e di colori: millecinquecento specie botaniche racchiuse in due ettari e mezzo di superficie. Oltre alle camelie, ai rododendri e alle azalee, tipiche ospiti dei giardini d'Insubria, che mostrano il loro splendore in primavera, si possono ammirare diverse specie di palme e di bambù; i cipressi calvi del Mississippi, le cui radici emergono dalle acque della riva e d'inverno perdono gli aghi; alcuni eucalipti centenari, più grandi della Svizzera, messi a dimora dalla baronessa stessa; i cisti del Mediterraneo e le felci arborescenti d'Oceania; oltre alla collezione di piante carnivore esotiche.
Naturalmente nessun pericolo per l'uomo!

Maggio e giugno sono il periodo ideale per godere appieno la fioritura e ammirare la girandola d'amore dei pavoni, mentre la bellezza delle piante rifulge anche d'inverno.
Situato quasi al centro dell'Isola, il palazzo costruito da Emden ora ospita un rinomato ristorante, la direzione del Parco Botanico, l'ufficio postale e le sale espositive.
Lo circondano ulivi, sugheri, avocadi, piante esotiche, limoni e aranci. Più a nord la macchia mediterranea con corbezzoli, lentischi, mandorli e altro ancora. Durante l'anno si tengono vernissage, corsi vari, seminari e si organizzano banchetti, aperitivi e matrimoni. Si può anche pernottare e attraccare con barche private. Nel 2007, con le due Isole collegate da una passerella, 249 giovani delle scuole speciali di diversi istituti del Sopraceneri, sostenuti dai loro docenti e con il supporto di artigiani vari, lavoro gratuito e donazioni in denaro, hanno ridato vita all'Isola dei Conigli, piccola oasi di pace. La casa – ripostiglio ha lasciato il posto a un ostello con 14 posti letto. L'iniziativa ha permesso di creare una serie di rapporti umani tra gli allievi delle scuole speciali di Locarno e Cevio, quest'ultima premiata fra i primi dieci al concorso indetto dalla Migros.

Momenti di incontri, durante tutto l'anno, hanno promosso conoscenze reciproche, uscite sul territorio, giornate di lavoro, svago e tanta amicizia.

Chiara Demarta
Segretaria

"Isole care, voi siete del mio lago,
il fior più bel, il fiore più vago
forza barchetta che l'isola m'aspetta
oh quale piacer laggiù si può sempre goder…"
Luigi Derrigo

Bibliografia:
Brissago e le sue Isole, Teresio Valsesia

Guide di monumenti svizzeri SSAS
a cura di Elfi Rüsch e Annegreth Diethelm

www.isolebrissago.ch

Preghiera aziendale

TI CHIEDO…

La saggezza per capire il mio capo…

L'amore per perdonarlo…

La pazienza per capire quello che fa…

ma soprattutto, NON darmi la forza…

perché se mi dai la forza…

GLI SPACCO LA TESTA!

I nostri poeti

Un piccolino

Un giorno un piccolino
giocava a nascondino,
nessuno lo cercò
e lui si addormentò.
Dormì sotto la neve
un sonno lungo e breve,
al fine si svegliò
e pianta diventò.
La pianta era sottile,
flessibile e gentile,
la spiga mise fuor
d'un esile color.
Il sole la baciava,
il vento la cullava
di chicchi allor si riempì
per il pane di ogni dì!

Zanini Agata ("Ghetin")

Cavallino

Cavallino trotta trotta
che ti salto sulla groppa
trotta trotta in Gran Bretagna
che ti porto in campagna
trotta trotta in Delfinato
a pigliare il pan pepato.
Trotta trotta torna qui
che c'è il pan di tutti i dì!

Rosina Biffi

L’amicizia

Ho imparato che:
Nessuno è perfetto finché non ti innamori.
La vita è dura, ma io lo sono di più!
Le opportunità non vanno mai perse.
Quelle che lasci andare tu lo prende qualcun altro.
Quando serbi rancore e amarezza
la felicità va da un'altra parte.
Bisognerebbe sempre usare parole buone,
perché domani forse si dovranno rimangiare.
Un sorriso, è un modo economico per migliorare il tuo aspetto.
Non posso scegliere come mi sento,
ma posso sempre farci qualcosa.
Quando tuo figlio appena nato tiene il tuo dito
nel suo piccolo pugno, ti ha agganciato per la vita.
Tutti vogliono vivere in cima alla montagna,
ma tutta la felicità e la crescita avvengono mentre la scali.
Bisogna godersi il viaggio e non pensare solo alla meta.
È meglio dare consigli solo in due circostanze,
quando sono richiesti e quando ne dipende la Vita.
Che meno tempo spreco, più cose faccio.

Ascoltare musica, cantare assieme, condividere pensieri ed emozioni

equivale a regalare AMICIZIA e ci rende sempre molta felicità

Un bel ricordo di un pomeriggio trascorso in allegria,
grazie al Coro dell’Associazione della terza età del Lago Maggiore

Io, noi e loro: il lavoro d'équipe

Più figure professionali partecipano attivamente per garantire un'assistenza personalizzata realmente rispondente ai bisogni dei pazienti.

In effetti il lavoro d'équipe è una condizione spesso determinante per la buona riuscita dell'assistenza sanitaria e assume un'importanza fondamentale nelle varie fasi del processo di cura, benché la valorizzazione del contributo specifico del singolo resti essenziale.

Adottando questa modalità organizzativa si persegue un obiettivo comune operando in gruppo, mettendo a confronto ottiche diverse, integrando professionalità e personalità differenti, per fornire risposte adeguate a realtà e problemi complessi.

Ecco dunque che all'interno del gruppo la comunicazione risulta di primaria importanza. Grazie ad una corretta circolazione delle informazioni il lavoro d'équipe può svolgersi in modo fluido e funzionale ed il confronto diviene un momento di riflessione, di consulenza, di crescita e di supporto. Spesso lavorare in gruppo però può risultare complicato, ma il verificarsi di momenti difficili o di conflittualità non deve incrinare la nostra ferma convinzione che un modo efficace di lavorare insieme è il miglior presupposto per la reale applicazione dei principi di cura che sono il fondamento del nostro lavoro.

L'aggregazione all'interno del gruppo, l'armonia fra i gruppi dei diversi settori all'interno della casa, cosi come la valorizzazione delle competenze e delle caratteristiche del singolo non sono comunque questioni ovvie o banali, bensì i pilastri di un modello organizzativo consolidato che richiede costante attenzione ed impegno da parte di ciascuno di noi. D'altro canto, la crescita professionale all'interno del gruppo, cosi come la percezione dei risultati globali raggiunti e finalizzati ad un effettivo miglioramento della qualità di vita del paziente, offrono un riscontro che è altrettanto importante. Quindi, se per l'ospite il primario vantaggio consiste nella possibilità di essere preso in carico nella sua globalità, per i membri del gruppo di lavoro gli aspetti positivi sono senza ombra di dubbio lo stimolo alla assunzione di responsabilità, alla crescita individuale di supporto e sostegno. Momenti specifici vengono pertanto dedicati alla programmazione e alla verifica del lavoro, alla comunicazione e se necessario alla riduzione dei livelli di conflittualità. Il lavoro d'équipe è complesso e articolato, richiede disponibilità e senso del dovere, volontà e creatività, ma resta uno strumento prezioso ed eccellente per poter realizzare i nostri importantissimi obiettivi.

Stefania Zanoli
Assistente di cura

Pazienti

Sotto questa rubrica si potranno leggere le informazioni relative ai nuovi arrivi, alle partenze e agli eventi che riguardano i nostri cari Anziani, nel periodo relativo al primo semestre di quest'anno.

Benvenuto a

14.07.08 *Emma Rentsch*
1917, Brissago

31.07.08 *Maria Flesca*
1918, Losone

11.08.08 *Madga De Carli*
1917, Brissago

15.08.08 *Franco Morandi*
1926, Losone

03.09.08 *Marta Brunner*
1920, Brissago

15.09.08 *Sandro Ressiga*
1933, Brissago

19.08.08 *Mario Tanadini*
1917, Losone

13.10.08 *Rosa Zenone*
1922, Locarno

27.10.08 *Miriam Campana*
1918, Bellinzona

29.10.08 *Ivo Giovanacci*
1929, Minusio

06.11.08 *Clelia Carrara*
1911, Ascona

11.11.08 *Elvira Ghiringhelli*
1926, Brissago

18.11.08 *Macchi Agostino*
1920, Brissago

19.11.08 *Carcano Rita*
1922, Tenero

Arrivederci a

22.08.08 *Franco Morandi*
1926, ritorno domicilio, Losone

25.09.08 *Agostino Macchi*
1920, ritorno domicilio, Brissago

01.10.08 *Marta Brunner*
1920, ritorno domicilio, Brissago

15.11.08 *Zenone Rosa*
1922, trasferita a Casa San Carlo, Locarno

Addio a

30.06.08 *Giuseppe Ghiringhelli,*
1920

19.07.08 *Emil Josef (Giuseppe) Murer*
1920, Brissago

22.07.08 *Fausta Brizio*
1917, Brissago

01.08.08 *Adina Verzeroli*
1924, Ronco s/Ascona

30.08.08 *Oliva Breschini*
1932, Agarone

29.09.08 *Samuele Paolo Gatschet*
1913, Brissago

29.09.08 *Pauline Châtelain*
1919, Ronco s/Ascona

20.10.08 *Mario Tanadini*
1917, Losone

31.10.08 *Lucia Giovanelli*
1920, Brissago

Auguri di buon compleanno a

luglio	7	Emilia Baccalà - *95*
	12	Rita Carcano - *86*
	14	Madga De Carli - *91*
	15	Franco Degli Antoni - *83*
	21	Carla Irene Ambrosini - *86*
	23	Angela Dellamora - *87*
	26	Angela Pirovano - *85*
agosto	7	Amelia Managlia - *91*
	7	Emma Rentsch - *91*
	9	Sandro Ressiga - *75*
	14	Eliana Ferrari - *66*
	18	Bruno Colombo - *89*
	26	Giuseppe Rossi - *75*
settembre	6	Nelly Cornelia Romani - *87*
	7	Agata Zanini - *92*
	8	Agostino Macchi - *88*
	10	Madelon Châtelain - *83*
	11	Elisabeth Fellmann - *85*
	11	Luigi Bazzi - *85*
	14	Ersilia Marcacci - *83*
	19	Gottardo Chiappini - *88*
ottobre	11	Angelina Pantellini - *91*
	16	Caterina Marcacci - *90*
	16	Ingrid Romer - *81*
	22	Giannina Spiniello - *82*
	25	Teresa De Silvestri - *84*
novembre	12	Elvira Ghiringhelli - *82*
	16	Franz Spaeth - *68*
	27	Giuseppe Ambrosini - *88*
	29	Silvio Galli - *78*
dicembre	11	Rosina Biffi - *87*
	22	Candido Bergamasco - *76*
	24	Clelia Carrara - *97*
	30	Georg Fuerbringer - *86*

Collaboratori

Nuove entrate

01.07.08	*AVOSTI Rachele*	apprendista OSS III° anno
01.08.08	*DOS SANTOS Conçalo*	apprendista OSS II° anno
01.08.08	*SZTRHRSZKY Krisztina*	apprendista OSS I° anno
01.09.08	*D'AGOSTINO Luana*	Operatrice sociosanitaria (OSS)
01.09.08	*LAMBERTI Alice*	assistente di cura, rimpiazzo
01.10.08	*ZANOLI Michela*	ergoterapista
01.10.08	*LEONI Martina*	allieva infermiera III° anno
01.11.08	*PELLEGRINO Angela*	infermiera livello II CRS, rimpiazzo
01.11.08	*CIMO Davide*	stagiare nel settore cure
01.12.08	*SERRAVALLE Concetta*	assistente di cura, rimpiazzo

Uscite

18.07.08	*BINDA Alberto*	aiuto giardiniere AI, pensionamento
31.07.08	*DE BORTOLI Irene*	assistente di cura, cessazione dell'attività
31.07.08	*OEZDEMIR Ladina*	apprendista OSS, interruzione del contratto
31.07.08	*RODRIGUEZ Vanessa*	assistente di cura
12.08.08	*VANOLETTI Eliana*	ausiliaria di cura, pensionamento
31.08.08	*D'AGOSTINO Luana*	apprendista OSS, fine della formazione
31.08.08	*GAVRANI Arjeta*	apprendista AS, fine della formazione
30.09.08	*MARIC Paula*	allieva Scuola infermieri, fine stage
30.09.08	*SAVEL Nadia*	allieva Scuola infermieri, fine stage
30.09.08	*LORENZETTI Nora*	psicomotoricista, fine rimpiazzo
15.11.08	*FISCALINI Milena*	animatrice
30.11.08	*FOLETTA Manuela*	operatrice socio sanitaria (OSS)
30.11.08	*D'AGOSTINO Luana*	operatrice socio sanitaria (OSS)
31.12.08	*FORNERA Michela*	infermiera, cessazione dell'attività
31.12.08	*RODRIGUEZ Varinja*	ausiliara di pulizia, cessazione dell'attività

Modifiche

01.09.08	*MALAVASI Cinzia*	infermiera CRS di livello II, fine formazione
01.09.08	*D'AGOSTINO Luana*	operatrice socio sanitaria fine apprendistato
01.10.08	*DE MONTI Simona*	capo reparto 1° Piano (rimpiazzo fino 31.12.09)

Complimenti

Hanno invece raggiunto i seguenti traguardi d'impiego presso il nostro Istituto:

01.08.08	*BERGAMASCHI Marzia*	infermiera capo reparto, per i 10 anni
01.11.08	*CERABINO Valeria*	assistente di cura, per i 15 anni
01.11.08	*DELL'ORA Eugenia*	animatrice, per i 10 anni
01.11.08	*MUTTI Erica*	ausiliaria in refettorio, per i 25 anni
01.12.08	*BRANCA Sabrina*	segretaria, per i 25 anni

Auguri

A *Milena e Giacomo* Fiscalini per la nascita del figlio *Davis* nato il 26 luglio 2008!
A *Leoni Martina* che il 12 di dicembre ha eseguito con successo l'esame di infermiera livello II.

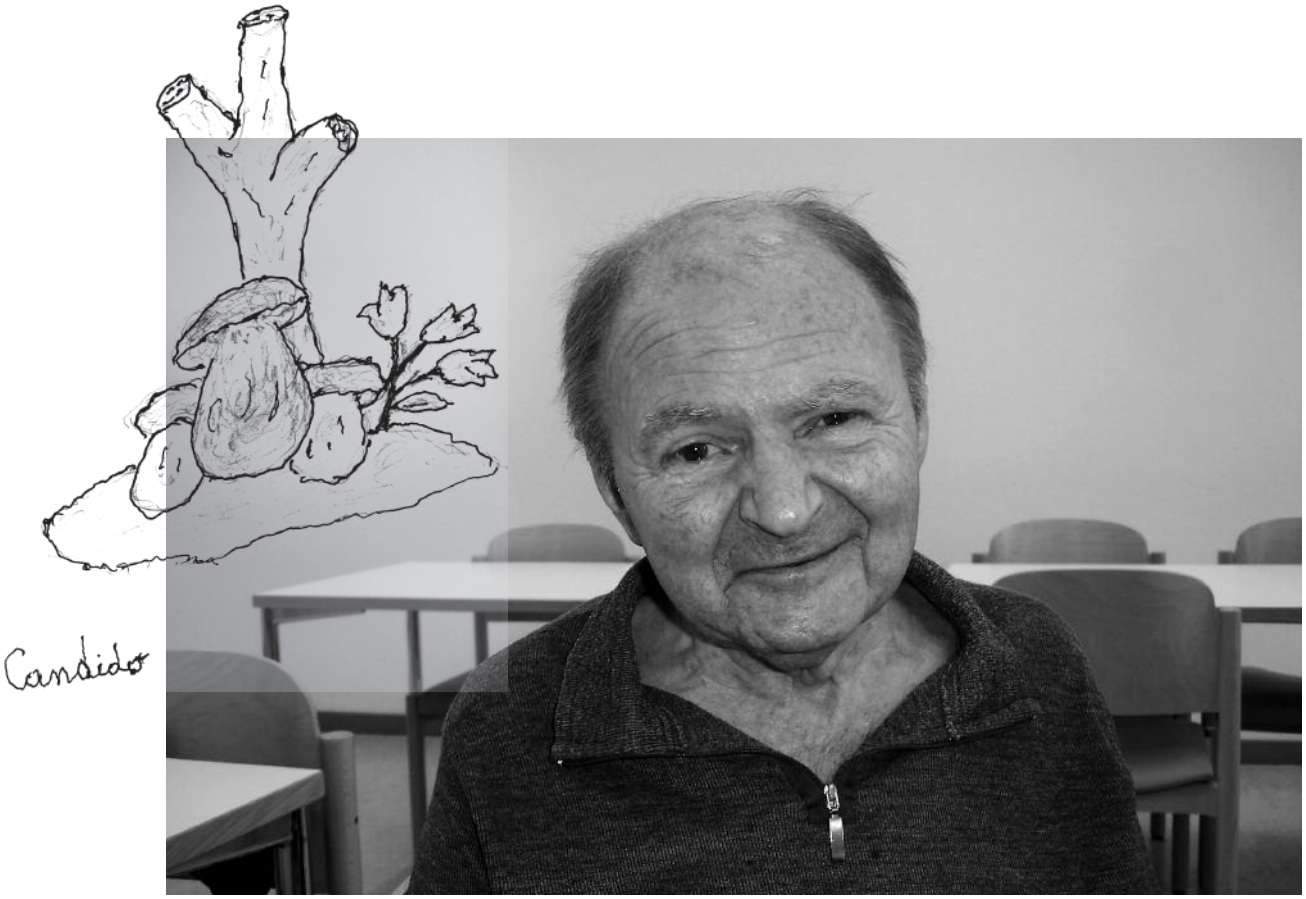
A tutti grazie e
Auguri per un futuro
sempre roseo!

Donazioni

Cognome e nome	designazione	mese	importo
Berta Giuseppe, Brissago	*Florence Pedrazzini*	luglio	50.00
Berta Giuseppe, Brissago	*Giuseppe Ghiringhelli*		50.00
Berta Gelindo, Brissago	*"*		25.00
Straeuli Hansruedi, Porto Ronco	*Offerta Festa Famiglia*		60.00
Berta Gelindo, Brissago	*Pierina Gandin*		25.00
Berta Gelindo, Brissago	*"*		50.00
Stecher Adolf, Brissago	*Giuseppe Ghiringhelli*		50.00
Conti Rossini Vivienne, Brissago	*"*		100.00
Conti Rossini Marta, Brissago	*"*		30.00
Clerici Luciano, Lugano	*"*		200.00
Conti Rossini Marta, Brissago	*Pierina Gandin*		30.00
Berta Alfredo, Brissago	*"*		50.00
Berta Gelindo, Brissago	*Giuseppe Murer*		25.00
Berta Gelindo, Brissago	*Fausta Brizio*		25.00
Conti Rossini Marta, Brissago	*"*		30.00
Conti Rossini Vivienne, Brissago	*"*		50.00
Cavalli Gabriele, Brissago	*Giuseppe Ghiringhelli*		50.00
Marcacci Rossi E. + S., Brissago	*Gualtiero Mutti Cicella*		100.00
Fratelli Gandin, Alberto Gandin, Brissago	*Giuseppe Murer*		30.00
Fisioterapia Castelli Enzo, Losone	*In ricordo Guido Fischer*		50.00
Perazzi Naidi, Brissago	*Giuseppe Murer*	agosto	30.00
Gandin Alberto, Brissago	*Pierina Gandin*		100.00
Verbano Sub, Giancarlo Baccalà, Brissago	*Giuseppe Ghiringhelli*		200.00
Chiappini Carmen, Brissago	*Fausta Brizio*		100.00
Pozzorini Maurizio e Bianca, Brissago	*"*		50.00
Madonna-Foletti Silvana, Brissago	*"*		40.00
Biffi Luciano, Brissago	*"*		50.00
Biffi Luciano, Brissago	*Pierina Gandin*		50.00
Biffi Luciano, Brissago	*Giuseppe Murer*		50.00
Berta Giuseppe, Brissago	*Giuseppe Branca*		50.00
Berta Gelindo, Brissago	*"*		50.00
Marconi Ignazio e Anna Maria, Brissago	*Giuseppe Ghiringhelli*		30.00
Carcano Kuchler Claudia, Brissago	*Giuseppe Branca*	settembre	30.00
Gruppo Anziani Ronco, Willi Gropengiesser, Ronco s/A.	*Aldina Verzeroli*		100.00
Berta Gelindo, Brissago	*Paul Gatschet*	ottobre	25.00
Berta Gelindo, Brissago	*Carolina Candrian*		25.00
F.lli Alfredo, Feodora, Giuseppe, Lorenzo Berta, B'go	*"*		200.00
De Bortoli Emilio, Brissago	*Savino Prato*		50.00
Mignola Ezio, Agarone Gerra Piano	*Oliva Breschini*		160.00
Helvetia Assicurazione, Bellinzona	*Lascito Fausta Brizio*		251.00
Borel Claire, Vernier	*Pauline Châtelain*		400.35
Berta Giuseppe, Altoni Elena, Brissago	*Dorino Spinelli*		50.00
Berta Gelindo, Brissago	*Mario e Luisa Tanadini*		25.00
Wuethrich Federica e Herbert, Brissago	*In memoria Ines Fora*		50.00
Hauri-Traber Paul e Sonia, Winterthur	*Paul Gatschet*		50.00
Balestra Feodora, Berta Lorenzo, Brissago	*Signora Stecher*	novembre	50.00
Glaeser Stiftung Luzern, Lucerna	*Donazione*		4'000.00
Berta Gelindo, Brissago	*Leonello Martinoni*		25.00
Bedronici Dora	*Donazione*		1'000.00
Borel Claire	*Donazione*		500.00
			totale 8'871.35

Candido Bergamaschi

Da fine agosto dello scorso anno, Casa San Giorgio hai piacere di ospitare un personaggio assai singolare. Il Signor Candido Bergamaschi con i suoi 76 anni, come tutti noi ha un certo bagaglio di esperienze di vita; ma ci sembra il caso di dire che Egli ne ha forse uno più ricco di altri.



Nato a Neucelle in Francia, si è poi trasferito da giovane con la Famiglia a Cannobio (I) dove risiede ancora il Figlio Giancarlo; senza mai perdere contatto con la Valle Cannobina, ha vissuto per un ventennio a Losone. Persona forse un po' schiva e riservata, è però molto sensibile e si può ben definire un artista. In passato ha lavorato come muratore e nel tempo libero amava costruire casette in miniatura, utilizzando materiale vetro, sasso e legno. Infatti, oltre alla dote del disegno, Candido possiede un dono, quello della lavorazione della pietra, da qui è nata la passione per la costruzione di case come quella rappresentata nella foto. Veri capolavori realizzati in scala con abilità e meticolosa pazienza. A seguito di un problema alla salute, oggi Candido non riesce più a fare lavori con il sasso, tuttavia disegna con estrema naturalezza e i suoi occhi brillano solo a parlare dei suoi splendidi lavori realizzati con la pietra. Grazie alla sua creatività e passione, regala alla Casa San Giorgio un po' di gioia e molto calore!

Sabrina Branca

La Segreteria costituisce il punto di accoglienza e di riferimento per tutte le informazioni, sia per i residenti che per i visitatori. Una delle prime persone che s'incontrano entrando nel nostro Istituto è quindi certamente la segretaria Sabrina Branca. Nata e cresciuta nel nostro comune è una Brissaghese DOC; Sabrina lavora a Casa San Giorgio dal 1. dicembre 1983, quindi da ben 25 anni. Segretaria e ricezionista, è una presenza costante e affidabile su cui tutti possono contare: con il suo sorriso accoglie i visitatori e si rende disponibile per assecondare le richieste dei nostri Anziani e del Personale.

Segno zodiacale:	Ariete
Colore preferito:	Rosso
Tratta principale del suo carattere:	Ottimista
Principale difetto:	Puntigliosa e precisa
Maggiori interessi:	Viaggiare, cinema e passeggiate
Quel che apprezza di più negli amici:	Capacità di ascoltare, sincerità,simpatia
Fiore preferito:	Orchidea
Libro preferito:	Il cacciatore di aquiloni
Canzone preferita:	"Un senso" di Vasco Rossi
Film preferito:	Pretty woman
Attrice preferita:	Meg Ryan
Dono della natura che vorrebbe avere	Saper cantare
Sogno nel cassetto:	Avere a disposizione più vacanze e più soldi per viaggiare
Il suo motto:	Vivi e lascia vivere

A carnevaa

Poesia dialettale del Signor *Renato Agostinetti,* Cabaret della Svizzera italiana

Jè tanti ann che sum spusaa
Dess guardé un po' cus'm'è capitaa
Ma sum vestii e sum naj in città
Cun sü un costüm da carnevaa

Gh'eri sü na maschera e nissün pudeva capì
Che sota chel costüm a ga seri mi
m'avress ricognossüü, gnanca la mè mié
ho fai anca na pröva, sum passaa visin a lee

Dess ma dumanderee ma ti ala to età
Ta mettat sü na maschera per carnevaa?
A vottant'ann ta ghé nient da mej da fa?
Che nà in giir per la città inscì cunsciaa?

E invece mi a pensi che stu travestiment
A l'è un bel sistema per nà in mezz ai gent
Ta vé in mezz ai gent e ta podat parlaa
Senza fass tö via senza fass criticaa

Anzi gh'è quaidün che m'ha fin scambiaa
Per un giuvinott malgrado la mè età
Una signurina la m'ha anca dumandaa
Se mi l'avress purtada in discoteca a balaa

E mi in un caso iscì devi approfitaa
Püssee che digh da sì cos podevi fa?
Semm naj in discoteca dio che fracass!
La müsica a bala l'era un sconquass

La mè amisa la s'è mettüda adré
A fa nà i brasc a fa nà i pee
E la ma vusava dài giuvinott
Vegn chi inzema a fa casott

Mi sota al costüm seri tütt südaa
A m'la sentivi mia da sta lì a balaa
Però a ma sum dii chi l'è mej aprofitaa
E iscì anca mi a fa nà brasc ho cuminciaa

Mi g'ho l'artrite un po' in tütt i oss
A l'è diversi ann che ga l'ho indoss
Però a ma secava fagh vedé che sum mia bon
E iscì ho cercà da scund i mè cundizion

E lee tütt d'un culp, la s'è avisinada
E in un uregia la m'ha dii sum caricada
Ma senti doss un cald che dopu stu balètt
Mi ta porti a cà e pö nem in lett

Tira fö tütt pö la m'ha dii
la maschera e l'costüm vöi vedé chi ta sé ti
E mi g'ho rispundüü spèta un pezzett
Prima da cambiamm g'ho da nà al gabinett

E propi in chel attim in chel mument
A m'è vegnüü d'un culp un sveniment
Sum naj drizz in tèra al crapon ho fin picaa
E pö ho pü vist nient e ma sum indörmentaa

Dopo düü dì ma sum svegliaa
In una stanza da l'uspedaa
Gh'era lì tre infermeer e anca un dutuur
L'è fö dal coma al m'ha dii caro l'mè sciur

Ma al po' dimm cosa l'faseva mai
In una discoteca piena da bagai?
Un vecc da vottant'ann al deef mettas in ment
Che cun certi sforz ga va stà attent

Gh'è rivaa la mè dona sciur dutuur a l'è l'età
Ormai l'è fö di sctrasc e l'è un po' scciopaa
Pö la m' diis a mi marito di mè sciavatt
Che razza da figüür cercà da vergognatt

E mi a stu punto ho propi reagii
Guarda che se l'era mia per mi
Se l'era mia perché a ma sum tegnüü
I corni d'una cerva a ta gherat sü

TIPOGRAFIA PONCIONI SA - LOSONE