

## **BOSCO D'AUTUNNO**

N. "SEI", Luglio 2021



*Sono come dei saggi alberi che si tengono per mano grazie alle radici intrecciate ed alle vicine chiome diradate, scaldati dai caldi colori del tramonto, e nelle ombre lunghe dell'autunno: sono i nostri amati vecchi, gli abitanti di questa Casa comune.*

### ***Che cos'è, dunque, l'uomo?***

***«Noi l'abbiamo conosciuto come forse nessun'altra generazione precedente; l'abbiamo conosciuto nel campo di concentramento, in un luogo dove veniva perduto tutto ciò che si possedeva: denaro, potere, fama, felicità; un luogo dove restava non ciò che l'uomo può "avere", ma ciò che l'uomo deve essere; un luogo dove restava unicamente l'uomo nella sua essenza, consumato dal dolore e purificato dalla sofferenza. Cos'è, dunque, l'uomo? Domandiamocelo ancora. È un essere che decide sempre ciò che è».***

(Cfr. Viktor E. Frankl, *Homo patiens*, un bel testo sul soffrire con dignità)

### ***DOVE STA LA LIBERTA'?***

«Mia mamma è passata **dall'aver** visite di figli, nipoti e sorelle **quasi ogni giorno, a vivere completamente isolata**», racconta Aldo a Osservatorio Diritti parlando di sua mamma Lucia, 85 anni, da due ospite in una RSA.

*«Per lungo tempo ci siamo adattati alla situazione, l'abbiamo vista attraverso il plexiglas, sempre alla presenza di un operatore e quindi senza la minima privacy. Abbiamo anche rinunciato a vederla per mesi, ma ora tutto ciò non ha più senso»*, denuncia Aldo (nome di fantasia).

Gli anziani ospiti delle RSA e i loro parenti chiedono a gran voce che le visite dei familiari riprendano al più presto. *“Dopo un blocco quasi totale di 15 mesi, le vaccinazioni agli over 80 ormai concluse e regole di sicurezza applicabili, non si capisce cosa si stia aspettando”*. Ahimè, questi i pensieri dei più...

Eppure, quando la vita pone degli Aut-Aut, non dovrebbe essere difficile capire che vi è un solo passaggio fattibile, per smettere di pensare alla *libertà intesa in senso assoluto*, quasi anarchia, e vedere la *libertà intesa come spazio per la libera adesione alle regole per la sicurezza e la protezione*, quando gli eventi presentano delle limitazioni sanitarie serie, come una pandemia. Saper passare dal: *“Maledizione che...”* al più utile: *“Meno male che...”*

Perché a noi non sta il scegliere cosa fare o non fare, ma applicare secondo norma e buon senso quanto indicato, scegliendo di vederci ancora liberi, nonostante...

Si è passati dal totale rigore al possibile “stare insieme”, in un cammino che va dalle chiusure alla prudenza. Ecco dunque il “confine” entro cui poter declinare la libertà: la giusta prudenza affinché non si torni più a rischi passati, ed in quest'ottica leggere l'uso del Green pass o di altri indicatori di protezione in atto.

Così che il continuare ad incontrarci possa essere mantenuto, e non si debba invece, per un abbraccio imprudente, dover ancora rinunciare per i tempi prossimi.

### LE FESTE DI CASA...

### TOMBOLA, LOTTERIA ED ALTRI GIOCHI...



*La bella stagione ci permette di vivere un po' di più all'aperto, ed anche le feste di casa settimanali come IL GIOCO DELLA TOMBOLA vengono vissute come "speciali": dopo tanti mesi di ristrettezze e vita al chiuso, il solo fatto di poter andare al sole, nel chiostro interno della struttura tra alberi, fiori, siepi con nidi di merli ed altri uccelli, diventa qualcosa di totalmente nuovo...*

*Ti accorgi davvero del valore della vita e dei più piccoli eventi quando ti vengono a mancare, e con animo sereno torni a desiderare cose fatte per anni quali "abitudini", talora noiose, come invece delle nuove opportunità, da cogliere come un bene prezioso...*

*E mentre alcuni giocano a Tombola, ecco che altri tornano a riunirsi per rilanciare nuove occasioni d'incontro, e come fossero nel vecchio bar di paese o nel circolo di quartiere, seduti attorno al tavolo riprendono IL GIOCO DELLE CARTE, con le frasi di rito e qualche "Porcu da chi... porcu da là...", che rende più veritiero e vivace lo stare insieme.*



## BOSCO D'AUTUNNO

Oltre all'età avanzata, di per sé fatta di debolezze e problemi fisici, le persone anziane sono frequentemente soggette ad altre condizioni che creano situazioni di svantaggio, le quali, se non gestite correttamente, impediscono loro di condurre una vita serena, proprio quando meriterebbero invece di essere felici. Molte persone anziane hanno malattie, dipendenze, problemi di mobilità e non hanno familiari che possano aiutarli.

È qui che il ruolo dei professionisti specializzati nella cura degli anziani è di vitale importanza.



Il nostro lavoro viene svolto proprio nell'ambito della **cura degli anziani**; lavorare con loro è per molti Operatori molto gratificante, perché grazie a numerose attività è possibile migliorare la vita di una persona anziana, alleviando il dolore causato dalle loro patologie o anche quello legato a problemi psicologici, per la solitudine, la lontananza dai propri cari, le paure...

Gli anziani sono estremamente vulnerabili e richiedono un'**attenzione speciale**. Un altro aspetto significativo del nostro lavoro è **promuovere la loro vita sociale**: infatti oltre al contatto diretto con noi, è importante che loro abbiano contatto tra loro, aumentando così la possibilità di creare un gruppo, nel quale si respiri un'aria di armonia.

I **giochi** diventano quindi un ottimo modo per le persone anziane di interagire tra loro e godersi una piccola competizione amichevole.

## BOSCO D'AUTUNNO

Domenica 25 luglio, anche in Casa di Riposo si è festeggiata la **1° Giornata Mondiale degli Anziani (e dei Nonni)**, quasi tutti lo sono, e l'abbiamo vissuta facendo qualcosa a cui molti tengono: riuniti nella Sala delle Colonne a gustare un'Opera Lirica. Ma il pomeriggio è iniziato subito con una grande voglia di parlare e raccontare storie legate alla vita in gioventù, e per questo non c'è stato tutto lo spazio per l'Opera pur breve... No problem! Si è riempito il tempo secondo il programma della seconda parte: gustando un buon aperitivo, con buoni salatini ed altre leccornie salate... rallegrati da un'inattesa LOTTERIA con simpatici premi: MA COSI' CI FATE SENTIRE AMATI!, s'è sentito dire dai più...

**Domenica 25 luglio 2021**

**Giornata Mondiale dei Nonni e degli Anziani**



*"Dove non c'è onore per gli anziani, non c'è futuro per i giovani"*

Oggi 25 luglio festeggiamo insieme la Giornata degli Anziani, guardando insieme una bella "Opera Lirica"

### **I PAGLIACCI** di Ruggero Leoncavallo

durante l'Intervallo divideremo un simpatico APERITIVO salato

- Ore 15.30 ritrovo nella Sala delle Colonne
- Ore 16.30 merenda aperitivo
- Ore 17.30 fine dell'incontro



LE FESTE DI CASA...

VIRTUALMENTE "IN ARENA"...

GUSTANDO DEI BUONISSIMI DOLCI SARDI

Fondazione  
ARENA DI VERONA

Giuseppe Verdi  
150° Anniversario  
1871 **AIDA** 2021  
in forma di concerto  
Riccardo Muti  
19. 22 giugno

OPERA

**Cavalleria rusticana** • Pietro Mascagni  
**Pagliacci** • Ruggero Leoncavallo  
25 giugno | 2. 22. 31 luglio | 14 agosto

**Aida** • Giuseppe Verdi  
26 giugno | 1. 9. 15. 21 luglio  
4. 8. 12. 21. 27 agosto | 4 settembre

**Nabucco** • Giuseppe Verdi  
3. 17. 24 luglio | 6. 13. 20. 26 agosto | 1 settembre

**La Traviata** • Giuseppe Verdi  
10. 16. 23 luglio | 7. 19 agosto | 2 settembre

**Turandot** • Giacomo Puccini  
29 luglio | 1. 5. 28 agosto | 3 settembre

ARENA DI VERONA  
98° OPERA FESTIVAL 2021  
— dal 19 giugno al 4 settembre —

La RAI, nei suoi programmi culturali, per questo 2021 ha deciso di regalare a tutti i melomani delle preziose occasioni: **CAVALLERIA RUSTICANA**, **PAGLIACCI** ed **AIDA** sono state trasmesse in diretta alle 21.30...

Già, ma alle 21.30 il 99 per cento dei Nonni è già a letto, e dunque che si debba rinunciare? Giammai...

Sabato 31 luglio la magia si è manifestata anche per noi di Casa: nel nostro "Gran Teatro al Sottoscala" tutto si è svolto con regolarità. Dapprima la presentazione dell'evento fatta da un grande del settore, e coetaneo della maggior parte dei nostri Ospiti, Pippo Baudo, e poi la **CAVALLERIA RUSTICANA** dal vivo, talmente dal vivo che, essendo fatta in tempo di Pandemia, anche i comprimari, le comparse ed i teatranti, portavano tutti la mascherina, proprio come il pubblico in Arena e tutta la gente prudente...



Un'occasione preziosa anche per noi di Casa, per capire le difficoltà tuttora presenti al di fuori delle nostre mura...

## BOSCO D'AUTUNNO



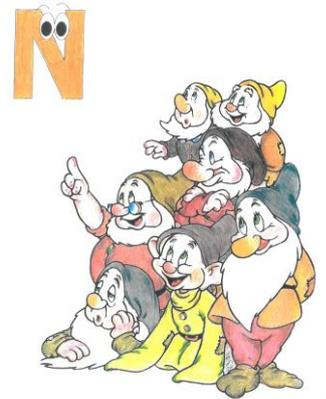
Durante il pomeriggio la merenda è stata l'occasione per condividere dei dolci sardi, ***I MOSTACCIOLI DI ORISTANO***, che delle amiche lontane, **Nunzia e Carmen** della Sardegna, hanno pensato di inviare come un loro abbraccio virtuale a questi “nonni speciali” e lontani, di cui conoscono le avventure così come presentate sul sito della RSA e da altri canali social...



# VINCIAMO LA SOLITUDINE

Nel mese di Marzo 2021 il nostro Istituto ha partecipato ad un progetto di ricerca su **I VISSUTI DI SOLITUDINE degli Anziani nelle RSA**. La Ricerca, condotta con l'Università degli Studi di Firenze (sede del Mugello), Facoltà di Infermieristica, è stata svolta in due tempi:

- dapprima si è chiesto agli Ospiti cosa pensano della Solitudine, come l'hanno conosciuta nella loro vita attiva di anni passati, e cosa si attendevano fosse fatto durante la Pandemia, da parte degli Operatori, per vincere la solitudine, quindi sempre agli ospiti è stata presentata una lista di Bisogni tra i quali, simbolicamente scegliere i più avvertiti;
- in seguito la Ricerca è stata condotta sugli Operatori ed in senso proattivo, prima presentando la stessa lista di Bisogni, domandando: **COSA PENSI CHE SI ASPETTASSERO DA TE GLI OSPITI ANZIANI DELLA CASA DI RIPOSO, PER NON SENTIRE LA SOLITUDINE NEL TEMPO DELLA PANDEMIA?**



Il raffronto tra le risposte date alle domande:

- 1) DI COSA HO BISOGNO (come anziano), e
- 2) COSA HO FATTO (come operatore)

dovrebbe permettere di conoscere il grado di Empatia in atto, tra aiutanti ed aiutati, e quanta reale conoscenza dei Bisogni degli Assistiti vi sia nel gruppo di Operatori, così da soddisfarli in considerazione della personale e singolare Piramide dei Bisogni da soddisfare (pur nel rispetto delle indicazioni di Maslow), piuttosto che attraverso un semplice agire per automatismi, trattando tutti allo stesso modo, e magari affermando che *“si è sempre fatto così”*.

Il gruppo di Operatori che ha partecipato alla Ricerca ha un'età media di 46 anni (min 25, max 64), sono principalmente OSS, e lavorano nella RSA da una media di 17 anni (min 9 mesi, max 38 anni).

Come per gli Ospiti, anche agli Operatori è stata poi posta la domanda: **COS'E' PER LEI LA SOLITUDINE**, e la maggior parte degli intervistati ha risposto che è **una sensazione negativa, corrispondente al sentirsi soli, abbandonati, lontani da tutti anche se in presenza di altri.**

## BOSCO D'AUTUNNO

Dopo la lista tra cui scegliere i Bisogni da appagare, anche agli Operatori sono state presentate le domande aperte sulla Speranza. Alla prima: **NELL'ARCO DELLA VITA LE E' MAI CAPITATO DI SENTIRSI SOLO**, la metà degli intervistati risponde: **NO**, mentre la metà dice: **SI'**, dicendo che *erano momenti in cui mancava la terra sotto i piedi ed il cielo sulla testa*.

Alla domanda relativa a **QUALI VISSUTI DI SOLITUDINE HA VISSUTO IN TEMPO DI PANDEMIA**, un terzo degli intervistati ha detto: *"Nessuno, perché durante la Pandemia ero a casa per malattia"*, mentre i due terzi hanno risposto: *"Non mi sentivo solo perché vi erano gli altri Operatori ed i miei cari, vicini"*.

All'analisi più dettagliata circa il **COSA HO FATTO (come operatore) PER TENERE LONTANA LA LORO SOLITUDINE**, le risposte date ci dicono che:

- al primo posto vi è il Bisogno di FARLI SENTIRE AMATI, ACCOLTI, NON ABBANDONATI O RESPINTI,
- il secondo Bisogno da appagare è IL FARLI SENTIRE RISPETTATI, CONSIDERATI, TRATTATI DA ESSERI UMANI degni di tale nome,
- in seguito vi sono, **a pari merito**, i due Bisogni di FARLI SENTIRE LIBERI DI FARE ALCUNE SCELTE IN AUTONOMIA, e quello di AIUTARLI AD AVERE UN MOTIVO PER IL QUALE VIVERE, DELLE COSE DA FARE E PERSONE DA AMARE,
- come ultimo Bisogno da appagare vi è il farli SENTIRE AL SICURO, PROTETTI, IN MANI CAPACI.

La TABELLA seguente mette in evidenza, in parallelo, come gli uni e gli altri vivano l'ordine dei Bisogni da appagare:

<b>ORDINE APPAGAMENTO BISOGNI</b>	<b>Primo</b>	<b>Secondo</b>	<b>Terzo</b>	<b>Quarto</b>	<b>Quinto</b>
OSPITI	<b>AVERE UNO SCOPO</b>	<b>AMORE</b>	<b>LIBERTA'</b>	<b>RISPETTO</b>	<b>SICUREZZA</b>
OPERATORI	<b>AMORE</b>	<b>RISPETTO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>LIBERTA'</b></li><li>• <b>AVERE UNO SCOPO</b></li></ul>	---	<b>SICUREZZA</b>

## BOSCO D'AUTUNNO

Dopo la lettura dei primi risultati della Ricerca fatta sugli Ospiti, dicevamo così:

***“Sarebbe bello se il Ricercatore ci dicesse che il BISOGNO DI SENTIRSI AL SICURO da parte degli Ospiti sta all’ultimo posto non perché sia il meno importante, ma perché non viene avvertito come “bisogno”, visto che già tutti si sentono in piena sicurezza...”***

ma la lettura delle risposte date dagli Operatori ci rivela che anche per loro **IL FARLI SENTIRE (gli Ospiti) AL SICURO** sta all’ultimo posto dei bisogni da appagare, come per gli Ospiti! Potremmo domandarci, dunque, come mai il *Senso di Sicurezza* non sia vissuto come carente e necessario, visto che per gli Operatori stessi **NON** è necessario preoccuparsene, ed agire in tal senso? Potremmo però ipotizzare che se gli Ospiti si sentono al sicuro e tranquilli possa dipendere dal fatto stesso che si trovano in una Struttura protetta, e che proprio nel Tempo di Pandemia *la chiusura dell’Istituto all’esterno, la vita ridotta agli spazi delle Stanze e delle sale dei Nuclei, favorivano già da sé il senso di sicurezza e protezione*, rispetto a quando invece la circolazione era libera...

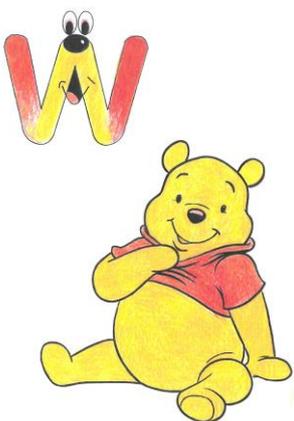


I bisogni di **ESSERE AMATI, CONSIDERATI e LIBERI** sono vissuti quasi in parallelo da Ospiti ed Operatori per l’importanza attribuita, mentre fa riflettere il fatto che **GLI OSPITI HANNO PRIMARIAMENTE IL BISOGNO DI AVERE ANCORA UNO SCOPO** di cui riempire la giornata e dare Senso alla Vita, mentre gli Operatori non danno a tale aspetto la stessa importanza: speriamo che non sia perché prevale il vecchio vissuto che la Casa di Riposo è un luogo di attesa, dopo aver “tirato i remi in barca”, e dunque si possa anche stare senza un motivo per vivere, a letto o seduti al tavolo, senza nulla da fare...

Molte ricerche effettuate negli ultimi decenni ci confermano che ogni essere umano, dall’adolescenza alla tarda età, ha sempre come bisogno primario quello di avere un motivo per il quale vivere, uno scopo, un significato, altrimenti la vita diviene noiosa, vuota di senso, senza valore... ed è significativo, dunque, che in ogni fase di vita chi si occupa del benessere altrui non si limiti a procurare cibo, acqua, medicinali, riposo, ecc., ma pensi anche al Senso della loro Vita, alla pienezza delle loro giornate ricche di sguardi, incontri, giochi e chiacchiere in amicizia, altrimenti si rischia di trasferire sugli anziani lo stesso diritto di lamentarsi che vivono i giovani quando, di fronte ad un genitore che al proprio figlio dicesse che non ha diritto di

## BOSCO D'AUTUNNO

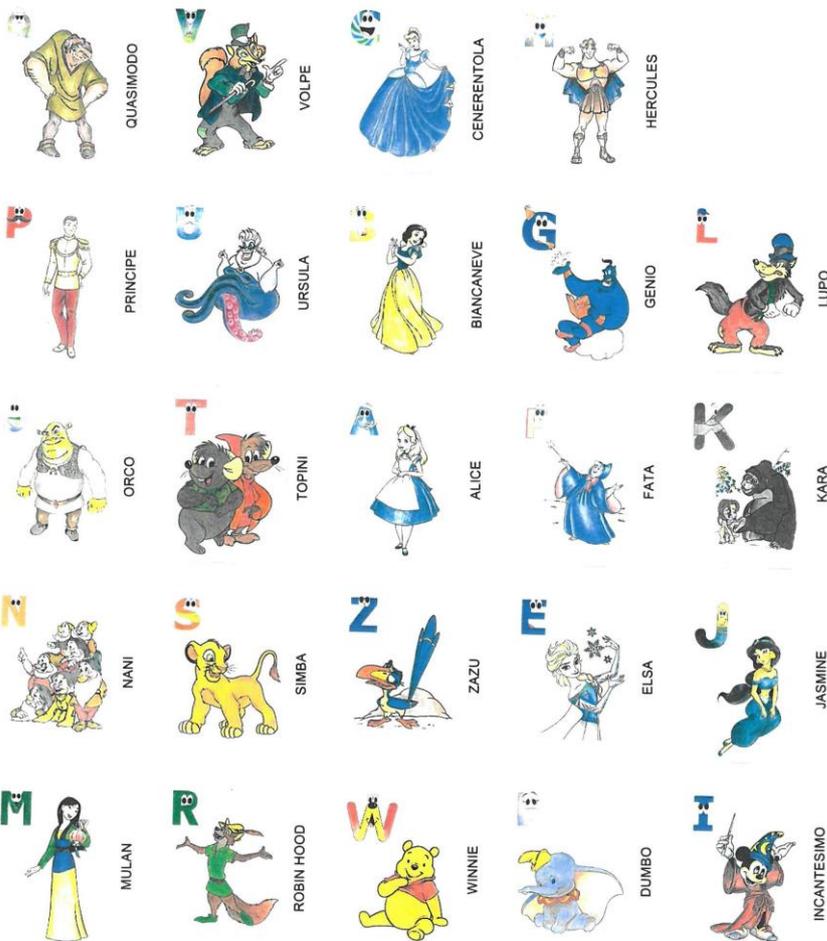
lamentarsi perché non gli è mai mancato alcun bene, i giovani rispondono che è vero, ma che l'unico "vero bene" voluto e mai provato è proprio quello di una presenza genitoriale significativa... quella che, per il fatto stesso che si stia spendendo del tempo per un altro, sottintenda che ciò avviene "perché la vita dell'altro ha valore per noi" ed è giusto che venga sostenuta e vissuta in pienezza (e non solo passivamente), fino all'ultimo istante!



# BOSCO D'AUTUNNO

## LAVORI IN CASA...

Nei due mesi scorsi un nuovo **Mazzo di CARTE DA GIOCO** è stato pensato da un gruppo di Operatori della Casa di Riposo, e colorato da alcuni Ospiti della RSA medesima. La riproduzione della Facciata della Casa, così come i Loghi e la maggior parte dei disegni, sono stati realizzati dal Signor **Francesco Ruga**, baldo novantaduenne che, nella vita lavorativa, ha avuto a che fare con colori e stoffe... al suo fianco hanno collaborato altre due Ospiti, **Bianca Cavanna**, 87anni, e **Maria De Boni** di 90 che, stimolate dalle attività con le quali si è cercato di vincere la tristezza e le paure dei lunghi mesi della pandemia, hanno offerto la loro artistica opera insieme al loro compagno.



### ***I PIATTI PIEMONTESI... fatti proprio dai nostri Nonni***

Il **Piemonte** è una regione ricca di cose da vedere (paesaggi naturali mozzafiato, dimore storiche, palazzi, musei, opere d'arte e tanto altro), ma anche e soprattutto **cose da mangiare**. Dal punto di vista gastronomico la regione piemontese è difatti una delle più ricche e variegata d'Italia: carni, verdure, formaggi, pasta, tartufi e poi ovviamente i suoi incredibili vini, fiore all'occhiello della tradizione vinicola italiana. Tra le decine e decine di piatti che fanno parte della **tradizione gastronomica regionale** ce ne sono alcuni che, nell'immaginario comune, rappresentano più di altri la **cucina piemontese**. Alcuni di questi erano i piatti speciali che le nostre Signore Ospiti cucinavano con tanto amore per i loro spasimanti, e per tutti i figli e nipoti dopo.

S



R



Ma anche qualche maschietto si diletta in cucina, ad esempio con questa sua ricetta:

### ***RISOTTO ALLA CREMA DI PEPERONI (Francesco, 92 anni)***

#### INGREDIENTI

Riso, peperoni rossi o gialli,  
brodo vegetale caldo, mezza cipolla  
parmigiano grattugiato  
formaggio cremoso tipo Philadelphia  
formaggio tipo robiola fresca  
tonno sott'olio, rosmarino  
olio extravergine d'oliva, sale



In una casseruola si mette l'olio, la cipolla ed il rosmarino a rosolare, si mette poi il riso in cottura con il brodo vegetale, fino a quando è quasi pronto.

A parte si abbrustoliscono i peperoni e li si spella, poi saranno frullati ed uniti al tonno, fino ad ottenere una gustosa crema, unendo sale se necessario.

Quando il risotto è cotto lo si impiatta con sopra formaggio grattugiato, formaggio Philadelphia e robiola cremosa, e lo si coprirà con la crema di peperoni.

## BOSCO D'AUTUNNO

### **BISTECCHIE DI POLLO IN CARPIONE (Filomena, 92 anni)**

#### INGREDIENTI

petto di pollo a fette  
pane grattugiato per impannare  
farina, uova  
sale, olio, aceto, aglio  
salvia, alloro



Iniziare preparando le cotolette a fettine piuttosto sottili. Poi le passiamo prima nella farina, poi nelle uova sbattute, poi nel pangrattato, cercando di far aderire quest' ultimo il più possibile. Tuffare dunque le cotolette, poche per volta, nell'olio e friggere da entrambe i lati, cercando di non farle colorire troppo. Mettetele ad asciugare su carta assorbente.

Per il carpione il procedimento è semplicissimo: tagliare a fettine sottilissime la cipolla, metterla a soffriggere nell'olio, quindi un pizzico di sale. A quel punto versare l'aceto e l'alloro, facendo evaporare un po', e quando non si sentirà più il forte odore dell'aceto, sarà pronto.

Tagliare a striscioline le cotolette ormai fredde, disporle su un vassoio in modo che non si sovrappongano e versare sopra la salsina del carpione. Fare riposare le cotolette in carpione qualche ora, meglio ancora se saranno gustate il giorno dopo, non in frigorifero.

### **ZUPPA INGLESE (Vanda, 90 anni)**

#### INGREDIENTI

savoardi  
latte  
uova  
zucchero  
cacao amaro in polvere  
alchermes  
panna montata per decorare  
scaglie di cioccolato per decorare



Per la crema si unisce al mascarpone un uovo, il latte, lo zucchero ed un po' di alchermes.

Si adagia quindi nella pirofila uno strato di Savoardi inzuppati nell'alchermes, si ricopre con uno strato di crema, panna e scaglie di cioccolato fondente; quindi ancora uno strato di Savoardi inzuppati, uno di crema e così via. Per completare si ricopre il tutto con il cacao amaro in polvere.

Volendo la crema può essere sdoppiata: a metà di quella preparata si aggiunge cacao in polvere, e nel fare gli strati si possono quindi alternare la crema chiara e quella scura.

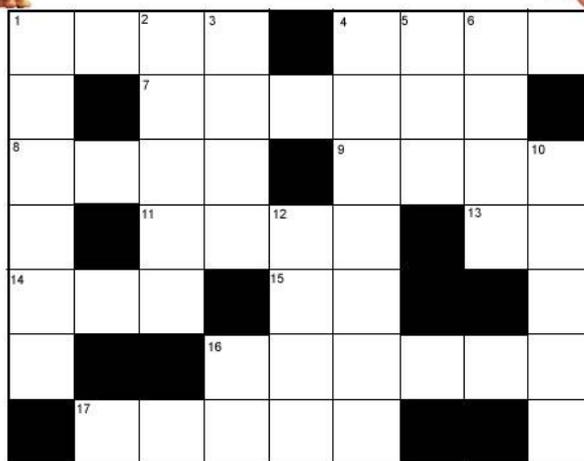
# BOSCO D'AUTUNNO

## GIOCHI D'ESTATE...

REBUS: 2, 3, 2, 2 = 9



REBUS: 3, 2; 5; 1, 4 = Frase 5, 3, 2, 5



ORIZZONTALE

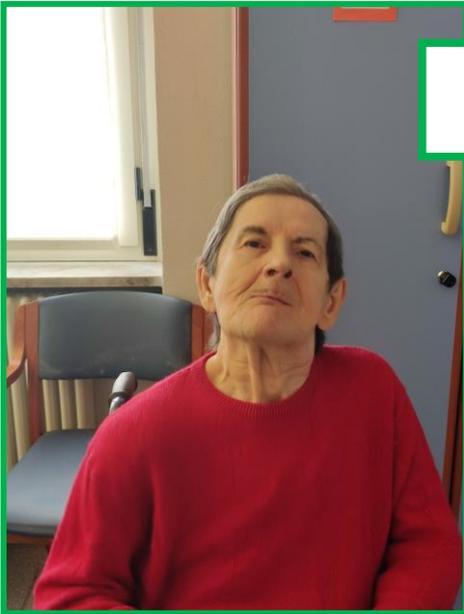
- 1) ANIMALE AMICO DELL'UOMO
- 4) IL CONTRARIO DI FALSO
- 7) OGNI PIANETA SEGUE LA SUA
- 8) SI STRINGE PER FARE PACE
- 9) RIFUGIO DEGLI ANIMALI
- 11) E' BIANCA E FREDDA
- 13) PREPOSIZIONE ARTICOLATA
- 14) NE HA TANTI CHI HA LA PELLE CHIARA
- 15) META' OLIO
- 16) IL...POLLICE DEL PIEDE
- 17) LA CASA DEGLI ESCHIMESI

VERTICALE

- 1) VI ARDE LA LEGNA
- 2) IL 2 OTTOBRE E' LA LORO FESTA
- 3) PUO' ESSERE SUPER
- 4) IL FIGLIO DELLA MUCCA
- 5) OGNI ANNO...AUMENTA
- 6) GRACIDA NELLO STAGNO
- 10) IL LETTO DEL FIUME
- 12) CON IL VENTO LO PRENDE L'AQUILONE
- 16) META' ALCE

# BOSCO D'AUTUNNO

## *I COMPLEANNI DI LUGLIO*



**PALMIRA 09 LUG.**

**ANNI 81**



**MARIA 14 LUG.**

**ANNI 95**



**DINA 83 e SERGIO 86**

**Il 23 Luglio hanno festeggiato le  
Nozze di Diamante:**

**60 anni di matrimonio**