

Casa di Riposo di Vercelli, PIAZZA MAZZINI, 15

## **BOSCO D'AUTUNNO**

N. "DIECI", Novembre 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.*

### **I VISSUTI PSICOEMOTIVI IN TEMPO DI PANDEMIA DA COVID-19**

La nostra Casa di Riposo ha partecipato attivamente ad uno studio (collegato ad una Tesi di Laurea in Infermieristica dell'Università di Firenze) avente per obiettivo la ricerca dei vissuti psicoemotivi direttamente ed indirettamente variati, a causa della Pandemia da Covid-19, in un campione di 150 persone con età e "ruoli" molto diversi tra loro.

## BOSCO D'AUTUNNO



Lo studio ha permesso di avere una panoramica generale del livello di conoscenza e di sensibilità legata ai vissuti psicologici ed emotivi durante il

tempo di Pandemia, da parte delle persone nei loro vari ruoli (*malato, anziano, care-giver, familiare, congiunto, operatore sanitario...*); è importante ricordare che il discernimento dei vissuti psicologici ed emotivi delle varie categorie di persone, nonché delle variabili riguardanti le modalità di coping di ciascuno, è fondamentale per il ruolo assistenziale e sanitario del professionista; in questo modo egli potrà progettare al meglio gli obiettivi assistenziali per ogni singolo, nonché gli interventi necessari ed orientati alla prevenzione, all'educazione ed alla promozione della salute durante la Pandemia in atto. I risultati ottenuti attraverso le risposte fornite dal campione di studio costituiscono, d'ora in poi, una fonte d'informazioni di gran valore per la progettazione degli interventi mirati all'assistenza.



## BOSCO D'AUTUNNO



Ancor più importante: attraverso l'instaurazione di una buona Relazione di Aiuto e la creazione di una vasta rete di assistenza multidisciplinare in équipe con altre figure sociosanitarie, dobbiamo integrare tutti gli aspetti relativi ai bisogni degli Ospiti anziani, prima di tutto ricordando che il vissuto psicologico non deve passare in secondo piano rispetto alla malattia puramente "fisica".



## BOSCO D'AUTUNNO

**Il senso è quello di *umanizzare l'assistenza*:** fare del rapporto stretto con gli Assistiti un caposaldo di coesione e di tutela reciproca. La ricerca in oggetto, unita alle varie attività sanitarie ed assistenziali svolte sul territorio dagli Operatori, ha evidenziato che tutte le persone che hanno vissuto il difficile periodo del Covid (ancora purtroppo in atto), ed ancor più gli Anziani ed Ospiti nelle RSA, hanno bisogno di un'assistenza olistica e non solamente fisica: *bisogno di sentirsi ascoltate e accolte, bisogno di sfogarsi e di fare tutte quelle domande a cui nessuno aveva dato loro risposta fino ad allora*, visto che avevano vissuto spesso nell'incertezza della quotidianità, pur rassicurati dalla presenza costante dei loro Operatori (ed anche loro punti di riferimento), ma spaventati dai troppi cambiamenti al contempo intervenuti: non incontrare i parenti, non poter uscire, non poter più...



La Ricerca ha sottolineato che gli anziani rimanevano spesso isolati rispetto ai figli ed ai nipoti (se li avevano), magari a loro volta contagiati od in quarantena preventiva, oppure perché abitavano lontano e non potevano muoversi.

## BOSCO D'AUTUNNO

Queste persone vivevano nell'incertezza più totale dell'ignoto, ma allo stesso tempo vi erano Ospiti anziani in grado di utilizzare i dispositivi elettronici e i loro telefoni, così riuscivano a rimanere in contatto con la famiglia a casa.



Purtroppo (*ma per fortuna non si è verificato nella nostra Casa di Riposo*) si sono sentiti anche casi tristissimi di parenti che, a casa, ricevevano notizie del congiunto soltanto al momento di un aggravamento, o di qualcosa di peggio, e quindi la doppia paura ha talora accompagnato alcuni Anziani: il dover morire da soli, ed il lasciare i parenti più giovani in balia dell'ignoto. Il fatto di sapere invece che il ricovero in Struttura proteggeva tutti da rischi simili, rassicurava moltissimo gli Anziani, i quali hanno comunque una "fortuna" che è trasversale ad ogni altro loro vissuto: è come se una "coscienza di finitudine" prevalga in Loro ad un certo punto della vita, e quindi anche se dolore, malattia o lutto li spaventano; di fatto vi è una

## BOSCO D'AUTUNNO

sorta di *rassegnazione-attiva* di fronte a certi eventi traumatici: se un Ospite compagno viene a mancare durante il pasto, loro quasi non vedono l'accaduto e proseguono nel mangiare; se qualcuno muore vicino a loro in camera, essi continuano a guardare la TV o in ciò che stavano facendo: ***non si legga questa condotta come solo difensiva, tipica di chi "nega" una parte di realtà***, piuttosto ci si soffermi sul fatto che è come se vi fosse una sorta di *scissione degli eventi*: se da una parte avviene qualcosa di "naturalmente triste", dall'altra però la vita continua e, saggiamente, sembra ci ricordino che vi è una sorta di *ineluttabilità di certi passaggi esistenziali*. Sembrerebbe dunque meglio abituarsi al fatto che tali avvenimenti ci sono, e che pure possono giungere all'improvviso, piuttosto che doversi spaventare ogni volta come non sapendo che la vita prevede, ahinoi, anche il suo finire...



Il senso della vita è quello  
di trovare il vostro dono.  
Lo scopo della vita è  
quello di regalarlo.

(Pablo Picasso)

## STORIE DI UNA VOLTA

(a cura dell'Ospite Alberto Conti)

Don Dino, per i suoi spostamenti tra Novara e Vercelli, aveva la sua “macchinetta”. Un giorno, però, mentre viaggiava in bicicletta, fu investito da un'auto: l'incidente fu grave ed il nostro protagonista riportò una frattura al cranio “con versamento”, ed una frattura agli arti... venne ricoverato d'urgenza e fu immediatamente operato per togliere l'ematoma cerebrale. Rimase diversi giorni in coma, ma grazie alla sua forte fibra sopravvisse.

Le conseguenze dell'evento rimasero evidenti: aveva una vistosa cicatrice sulla fronte, zoppicava vistosamente e portava un paio d'occhiali dalle lenti molto spesse, almeno per limitare la perdita della vista da un occhio...



## BOSCO D'AUTUNNO

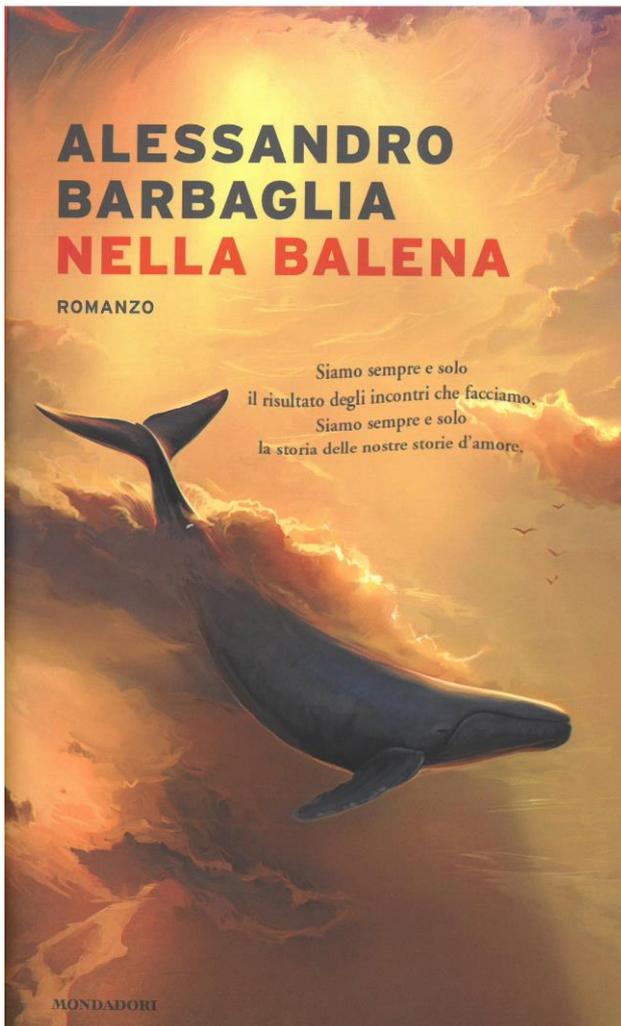
Verso la fine degli anni '60 con mio padre andammo a trovarlo: non lo avvisammo prima e, per questo motivo, la sorpresa fu ancora più grande per lui. Don Dino fu molto contento: ci offrì il Vin Santo dicendoci che era *“quello della Messa...”*: *“Oh! Com'è buono!”*, commentammo, ed aggiungemmo sottovoce: *“Menu mal ch'a l'è bon, almenu al fa' nen la facia bruta davanti al Signur!”*



Andammo poi nell'orto dove, sul praticello accanto, saltellavano alcuni conigli, *che non erano di certo lì per bellezza...* Mio padre, allora, viste le difficoltà legate all'incidente, gli chiese come facesse ad acchiapparli, e Don Dino con un certo imbarazzo confessò: *“Sai, a volte uso il tridente (al trent, disse in dialetto)...* e poi continuò: *“Ma come? ...ma propi ti t'an ciami certi robi, propi ti ch'a t'è semp fam e t'è gnente! Va' luntan, prima che t'am lu porti via!”*. Mamma, che caratterino!

### **LETTURE E... LETTORI**

*(a cura dell'Ospite Enrica Gibin)*



*Questa è la storia di Herman, figlio della Donna Sirena e dell'Uomo Pesce; è la storia di un bimbo che si fa uomo imparando a lottare dall'Uomo Elefante e allenando all'equilibrio la grande Bird Millman, la poetessa dell'aria: la più straordinaria funambola di tutti i tempi, la prima donna a danzare su una corda sospesa nel vuoto tra due grattacieli.*

Herman è figlio del circo, il circo classico fatto da "uomini che camminano con la loro bruttezza, fieri di generare meraviglia". Ma è anche la storia di Cerro, che invece abita a Novara in una casa troppo grande e troppo vuota, perché è rimasto presto senza madre.

## BOSCO D'AUTUNNO

Ed è anche un po' senza padre, che insieme alla moglie ha smarrito nei ricordi la sua capacità di amare. Da bambino Cerro contava il tempo in mirtilli: era capace di mangiarne uno al secondo, e portava al guinzaglio Cucciolo Alfredo, un cane che sapeva essere dolce solo con lui. Teneva a bada così la solitudine, nutrendosi di piccole gioie. Ma da adulto? Un mirtillo lo farà ancora felice? Herman e Cerro non s'incontreranno mai, ma avranno per sempre in comune qualcosa di immenso, la più grande attrazione del circo: una balena, Goliath, l'altra protagonista di questa storia. I genitori di Cerro si sono conosciuti proprio davanti a lei, il giorno in cui il circo era di passaggio sulle sponde del lago Maggiore ed Herman guidava il camion su cui viaggiava Goliath. L'amore tra loro è nato nel segno della balena. Ma che cos'è Goliath? E che cos'è l'amore stesso: un sogno sublime o un incubo spaventoso? Perché l'irrequieta Marilisa attrae così tanto Cerro? E cosa sono la dedizione e la fede con cui Herman si prende cura per quasi trent'anni della balena? Esiste un amore più giusto di un altro? La lettura di questo libro fornisce una buona risposta a molte delle domande...



### GENTE DI CASA

Mi chiamo **Carmela La Terra** e sono nata a Vittoria in provincia di Ragusa; sono l'ultima di cinque figli e la mia mamma aveva un negozio di verdure, mentre il mio papà non lavorava perché era cieco. Ho frequentato la Scuola fino alla Quinta Elementare, poi ho iniziato a lavorare nel negozio di famiglia. Mi sono trasferita a Vercelli per seguire i miei fratelli: in Sicilia avevano una Pasticceria, ma le liti tra le mie cognate non avevano favorito il loro commercio, così ho iniziato a lavorare in fabbrica alla Chatillon. Lì ho conosciuto quello che poi è diventato mio marito. Mi sono sposata all'età di ventisette anni, e dopo un anno di matrimonio ho avuto un figlio, che purtroppo è nato con problemi di salute. Mio marito ed io ci siamo sempre occupati di lui, e per poterlo seguire meglio mi sono licenziata dal lavoro. All'età di 47 anni, purtroppo, mio figlio è mancato e siamo rimasti soli io e mio marito. Purtroppo anche mio marito si è ammalato ed io l'ho sempre seguito nei vari ricoveri ospedalieri, fino a quando si è reso necessario il suo ricovero presso questa stessa Casa di Riposo. Tutti i pomeriggi venivo in Struttura e gli facevo compagnia, fino a quando anche lui è mancato. A distanza di tempo, poiché anch'io ho qualche problema di salute e posso contare sull'aiuto soltanto di qualche nipote, ho deciso di venire nella stessa Casa di Riposo, poiché l'esperienza vissuta a suo tempo con lui era stata positiva. E' solo da un mese che sono nella RSA, ma ho già iniziato a conoscere qualche amica e mi trovo bene anche con chi ci aiuta, quotidianamente.

## BOSCO D'AUTUNNO



A casa ero troppo sola e sentivo il bisogno di essere in compagnia e di essere curata. Con il tempo spero di fare altre conoscenze, ed aumentare così il numero delle mie amicizie.



*(Carmela si presenta come una donna molto attiva e disponibile, sia all'aiuto degli altri che per le "cose da fare in casa", e per questo è giusto premiarla permettendole di sentirsi ancora piena di una vita degna, nonostante l'essere ospite della Casa di Riposo, comportandosi almeno un po' come ciascuno di noi Operatori, per quanto giusto e possibile...)*

### VITA DI CASA

Il film documentario è stato mandato in onda su RaiUno il 4 Novembre in prima serata, in occasione del **100° anniversario della tumulazione del Milite Ignoto**.

**“La Scelta di Maria”** ripercorre attraverso **ricostruzioni filmiche e repertori d'epoca** la vicenda storica del Milite Ignoto, attraverso gli aspetti umani dei protagonisti.



### Una bella trama...

*Da un lato undici bare, undici salme di soldati non identificati caduti in trincea nel corso della Grande Guerra.*

*Dall'altro un gruppo di undici madri in attesa di essere ascoltate dalla commissione che deciderà quale tra loro sceglierà il Milite Ignoto. Ed ecco Maria Bergamas, una contadina di Gradisca di Isonzo, che ha perso in battaglia l'unico figlio maschio, Antonio.*

*Il ragazzo si era gettato all'attacco delle linee nemiche, sostituendo volontariamente un altro soldato che, a differenza sua, aveva moglie e figli.*

*E sarà proprio lei a decidere il 28 ottobre 1921, durante una cerimonia nella Basilica di Aquileia, quale tra quegli undici corpi senza nome verrà accolto a Roma nell'Altare della Patria in piazza Venezia.*

*I Nostri Nonni hanno molto amato la condivisione di tale rimembranza, ed ecco i racconti che dopo il film ci hanno volentieri narrato...*

## BOSCO D'AUTUNNO

*Sono rimasta molto scossa dalle mamme che non sapevano dove fosse sepolto il loro figlio. (Bianca C.)*

Tutto il filmato mi è piaciuto perché serve a non dimenticarci di questi soldati e delle loro famiglie. (Giovanna F.)

*Mi ha commosso moltissimo la lettera del soldato che ha scritto alla mamma e che il dottore ci ha letto prima della proiezione del film; inoltre mi ha molto commosso, quando la Mamma d'Italia ha dovuto scegliere la salma del soldato che doveva essere portato a Roma. (Anna A.)*



Il film è stato tutto bello, anche se tanto triste perché era una storia vera e perché molte mamme hanno perso i loro figli. Molto toccante il treno che trasportava il Milite Ignoto, e che ad ogni stazione si fermava e le persone gli rendevano omaggio. (Silvana G.)

*Purtroppo quello che abbiamo visto era tutto vero. E' stato molto toccante vedere le scene della guerra e quello che il soldato ricordava, e le immagini vere di dove sono stati sepolti i soldati che morivano al fronte. (Maria A.)*

## BOSCO D'AUTUNNO

Tutto il film è stato commovente, ma ritengo molto importante l'idea di trasmetterlo in tivù, perché è una bella testimonianza per i ragazzi che leggono queste cose solo sui libri, e perché dedicare un tributo simile vuol dire dare ancora di più importanza al sacrificio di quei soldati e delle loro famiglie. *(Ida B.)*



*Essendo mamma e avendo una dedizione come tutte le mamme per i figli, mi ha commosso moltissimo vedere le mamme soffrire per la perdita dei loro ragazzi, ma è stato bello vedere che erano orgogliose perché hanno offerto la vita per la Patria. (Maria G.)*

Tutto il film mi è piaciuto, mi sono commossa moltissimo, ed è stato bello vedere che la Mamma d'Italia, pur rimanendo sempre nel dolore della perdita del figlio, ha saputo dare attenzione e gioire per la nascita del nipotino, rinunciando ad apparire con le autorità per stare con la figlia partoriente. *(Revasia V.)*

*E' importante che le generazioni di oggi sappiano che se oggi stanno abbastanza bene e sono liberi, è grazie al sacrificio di quei soldati e delle loro famiglie, delle madri che si sono private dell'affetto del loro figlio per offrirlo alla Patria. Molto bello anche il racconto dell'ufficiale che ricorda alla mamma il grande senso del dovere del figlio al fronte. (Clara A.)*

### **ECCO IL SEGRETO PER VIVERE A LUNGO...**

Uno studio statunitense identifica in alcune varianti genetiche il segreto della longevità dei centenari. Quelli di cui anche una certa parte della nostra Sardegna è ben abitata. Fino a poco tempo fa questa era un'idea che medici e ricercatori in qualche modo già "sentivano", ma quell'idea proprio negli ultimi mesi, grazie anche ad un lavoro italiano, ha trovato una conferma scientifica.

### **GENI VANTAGGIOSI**

Si tratterebbe, secondo la ricerca, di alcuni geni definiti "*vantaggiosi*" che con molta probabilità sono in grado di proteggere chi li possiede nel patrimonio, dal possibile arrivo di malattie tipiche dell'invecchiamento. Al centro della ricerca c'era la volontà di capire se la longevità dei centenari si possa spiegare con la mancanza di geni che favoriscono le tipiche malattie della quarta età (a partire dalle demenze), ma anche dalle gravi malattie di età anche precedenti, come i tumori.

Un dubbio ulteriore: non è che queste "querce" hanno principalmente dei geni protettori da queste malattie?



## BOSCO D'AUTUNNO

L'estrema longevità negli esseri umani ha una forte componente genetica...

In un gran numero di centenari i ricercatori hanno trovato che questi individui hanno un numero di varianti di rare patologie simili agli individui di controllo di età più giovani, suggerendo però che le varianti rare rilevate nella longevità, siano proprio loro quelle protettive contro le patologie proprie dell'invecchiamento. Cosa, dunque, le attiva pro o contro? **NEL CERVELLO VI E' UNA FUNZIONE CHE SI ATTIVA DURANTE IL SONNO: ECCO PERCHÉ È ESSENZIALE BEN RIPOSARE PER EVITARE QUELLE MALATTIE DELLA VECCHIAIA COME L'ALZHEIMER!**



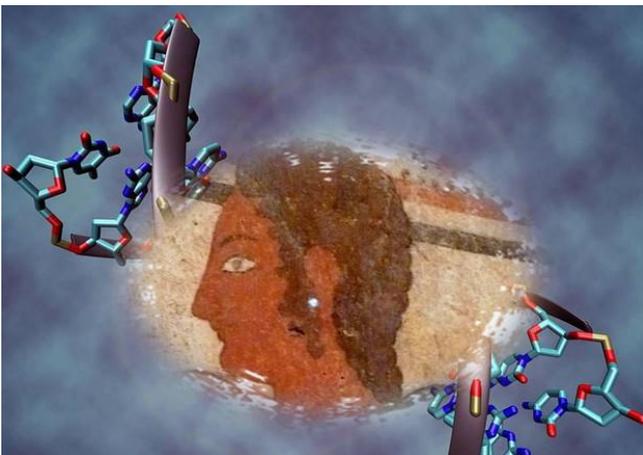
*La componente genetica di estrema longevità umana, conclude lo studio, è costituita da varianti che proteggono contro l'invecchiamento: un risultato che, secondo i ricercatori, oltre a chiarire che le varianti genetiche influenzano l'aspettativa di vita di un individuo e costituiscono parte dell'architettura genetica della longevità umana, apre alla possibilità di sviluppare dei farmaci anti-aging, (anti-vecchiaia), permettendo così un conseguente allungamento della vita.*

## BOSCO D'AUTUNNO

### SCOPERTO UN COLLEGAMENTO FRA INTESTINO ED INVECCHIAMENTO



Ad un risultato simile era arrivato, soltanto pochi mesi fa, uno studio italiano che ha messo a confronto 81 supercentenari tra i 105 e i 110 anni con quello di un gruppo di controllo composto da persone tutte di sessantotto anni: *è emerso che i primi presentavano delle varianti in sette geni chiave*, quelli capaci di attivare degli efficienti meccanismi di riparazione biologica, ed evitare l'accumulo di errori che si forma con l'avanzare degli anni, e che porta alla decadenza fisica e psichica.



Una delle principali azioni attivate da questi speciali Geni è risultata quella di contrastare l'azione dei **radicali liberi**: quell'insieme di elementi che sono considerati dagli esperti come uno dei più efficaci alleati dell'invecchiamento dell'essere umano.

# ECCO UN PO' IL SEGRETO...

...saper mantenere quelle abitudini che, da sempre, ci hanno caratterizzato.



Ognuno ha un suo **SENSO DI COERENZA**, cioè quell'insieme di fattori che, pensando noi a noi stessi, ci fanno dire: *MA IO SONO PROPRIO IO!* Come ad esempio quando, da bambini, tenevamo in braccio "i nostri bimbi" e poi, e senza pensarci, lo facciamo ancora allo stesso modo 90 anni dopo...



...nella certezza che, per quante ne passino di generazioni di "mamme e figlie" (nella foto eccone quattro), già sappiamo che quella bimba che sembra essere oggi la parte finale della progenie, in realtà porta in sé la spinta naturale ad assumere la condotta di chi guarda al futuro come le altre.



I COMPLEANNI DI NOVEMBRE



NOVELLO 9 NOV.

ANNI 96



FRANCA 16 NOV.

ANNI 92



EMILIO 29 NOV.

ANNI 86



DORA 29 NOV.

ANNI 95