

I DIARI DI VIRGINIA

MENSILE DELLA CASA DI RIPOSO DI CORDENONS

AGOSTO 2023

n° 08/2023

RIPRENDIAMO DA QUI...
... LA LETTURA DEL NOSTRO GIORNALE!

Bentrovati cari amici e lettori,
un vecchio proverbio diceva: "La pioggia di
Agosto rinfresca il bosco!"

Durante l'ultimo mese abbiamo goduto delle
belle giornate di sole con alcune attività
svolte nel nostro parco.

Il nostro sguardo è già proiettato ad un
Settembre ricco di eventi e uscite sul territorio,
tra i quali la partecipazione al premio di
poesie R.Appi, l'uscita al mare e a PNLegge.



INDICE

Pag. 2
L'ASP COMUNICA...

Pag. 3
PILLOLE DI CAFE'

Pag. 5
ABBIAMO PROSEGUITO
COSÌ...

Pag. 6
NOTIZIE DAL CENTRO
DIURNO

Pag. 7
I NOSTRI PROGETTI

Pag. 8
MI RACCONTO
LE NOSTRE INTERVISTE

Pag. 10
L'ANGOLO DELLE
GOLOSITÀ

Pag. 11
PER SAPERNE DI PIÙ...

Pag. 12
UN ARCOBALENO DI EVENTI

Auguriamo a tutti voi una buona lettura!

L'A.S.P. COMUNICA ...

Ritornano gli appuntamenti del Alzheimer Cafè.

MARTEDÌ 19 DICEMBRE
DALLE ORE 15.00 ALLE ORE 16.30

C/O A.S.P. CORDENONESE "VIRGINIA FABBRI TALIENTO"
VIA CERVEL. 68 CORDENONS

"LE TERAPIE NON FARMACOLOGICHE"

DOTT.SSA GABRIELLA DE LUCA
(PSICOLOGA PSICOTERAPEUTA)

La limitata efficacia delle terapie farmacologiche nel rallentare il processo dementigeno, ha permesso di dirigere l'attenzione verso nuovi strumenti : " le terapie non farmacologiche" o "Psicosociali".
Di queste " terapie" si è iniziato a parlare circa 10 anni fa quando è stata sottolineata la necessità di esercitare le abilità residue per non perderle e per migliorare la qualità della vita della persona con demenza. Sono degli interventi non chimici, mirati e replicabili, centrati sulla persona che agiscono sulla sfera cognitiva, comportamentale, relazionale, psicologica ed emotiva.
Questi interventi non hanno lo scopo di recuperare le abilità compromesse ma di rallentare l'impatto della malattia.

 In collaborazione con
COMUNE DI CORDENONS (PN)

 Con il patrocinio dell'
AZIENDA SANITARIA FRIULI
OCCIDENTALE (AS FO)

L'ALZHEIMER CAFÈ È...

Un servizio di informazione e condivisione di conoscenze sul decadimento cognitivo e sulle demenze

Un tempo dedicato a FORMARSI, INFORMARSI, CONFRONTARSI sul tema delle demenze

Partecipazione LIBERA e GRATUITA

Diretta FACEBOOK sul profilo dell' A.S.P.

Ogni **ULTIMO MARTEDÌ** del mese

SEDI ITINERANTI NEL TERRITORIO CORDENONESE
(vedi programma)

 PER INFO E CONTATTI
0434 930440
gabriella.deluca@aspcordenonese.it
www.casadiriposocordenons.it

ALZHEIMER CAFÈ

“
Uno spazio di convivialità, solidarietà, sostegno e confronto
”

 AZIENDA PUBBLICA
DI SERVIZI ALLA PERSONA
CORDENONESE
**VIRGINIA
FABBRI
TALIENTO**

In collaborazione con
COMUNE DI CORDENONS (PN)

Con il patrocinio dell'
AZIENDA SANITARIA
FRIULI OCCIDENTALE (AS FO)

MARTEDÌ 26 SETTEMBRE
DALLE ORE 15.00 ALLE ORE 16.30

C/O EUROSPORTING CORDENONS
VIALE DEL BENESSERE. 29 - CORDENONS

"L'AMMINISTRATORE DI SOSTEGNO: UNA TUTELA IN AMBITO SANITARIO"

DOTT.SSA PATRIZIA VICENZOTTO
(ASSISTENTE SOCIALE - DIRETTORE AREA CURE SOCIO SANITARIE A.S.P.)

L'Amministratore di sostegno si iscrive nell'ambito del progetto personalizzato per la persona fragile, la sua scelta avviene con esclusivo riguardo alla cura ed agli interessi del beneficiario e risulta uno strumento flessibile e modificabile in relazione all'interesse dello stesso. In ambito sanitario la nuova normativa trova applicazione, per un ormai sempre più consolidato indirizzo, nei confronti ad esempio di soggetti affetti da patologie demetigene, ictus, coma, o patologie psichiche che rendono la persona non in grado di manifestare un consapevole consenso al trattamento sanitario.

 In collaborazione con
COMUNE DI CORDENONS (PN)

 Con il patrocinio dell'
AZIENDA SANITARIA FRIULI
OCCIDENTALE (AS FO)

MARTEDÌ 31 OTTOBRE
DALLE ORE 15.00 ALLE ORE 16.30

C/O ASSOCIAZIONE CULTURALE
"IL CAPITELLO"
VIA CAMPAGNUTA. 7- CORDENONS

"FARMACOTERAPIA DELL'ETA' AVANZATA E DEL PAZIENTE CON DEMENZA"

NEUROLOGO ASFO

Quando si parla di trattamento farmacologico della demenza ci si addentra in un argomento complesso e ricco di sfaccettature. Purtroppo, ad oggi non esiste una cura per la demenza; ciò significa che non è possibile guarire. E, però, possibile trattare la demenza, mitigando la sintomatologia, con l'obiettivo di migliorare la qualità di vita del malato e, indirettamente, dei caregiver. Non esiste una terapia unica, valida per tutte le persone affette da demenza, piuttosto, a seconda del quadro clinico, verrà valutata una specifica combinazione di farmaci, che sia la più adatta possibile a rispondere alle diverse esigenze dei singoli.

 In collaborazione con
COMUNE DI CORDENONS (PN)

 Con il patrocinio dell'
AZIENDA SANITARIA FRIULI
OCCIDENTALE (AS FO)

MARTEDÌ 28 NOVEMBRE
DALLE ORE 15.00 ALLE ORE 16.30

C/O ASSOCIAZIONE ALPINI
VIA PALLADIO. 2- CORDENONS

"L'ALIMENTAZIONE DELLA PERSONA CON DEMENZA: INDICAZIONI PRATICHE PER CAREGIVER"

DOTT.SSA IRENE VALDA
(DIETISTA A.S.P.)

Non è sempre facile mantenere una corretta alimentazione e quindi uno stile di vita sano, soprattutto quando, con l'avanzare dell'età, insorgono una o più problematiche che influiscono negativamente sul modo di alimentarsi. Una persona affetta da demenza ad esempio, rischia di non alimentarsi ed idratarsi in maniera equilibrata e sufficiente. Denutrizione, dimagrimento e debilitazione sono le possibili conseguenze che, a loro volta, possono peggiorare la qualità di vita e la capacità di compiere le normali attività quotidiane. Mangiare e bere non sono importanti solo per la salute fisica ma anche per l'umore e per il mantenimento del benessere psicologico.

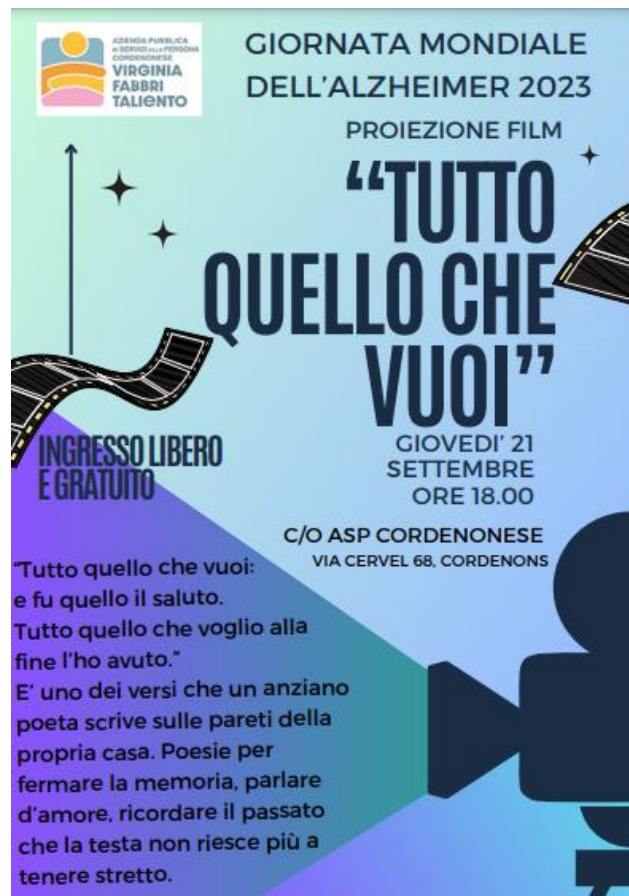
 In collaborazione con
COMUNE DI CORDENONS (PN)

 Con il patrocinio dell'
AZIENDA SANITARIA FRIULI
OCCIDENTALE (AS FO)



Vi aspettiamo numerosi il giorno 26 settembre, presso Eurosporting Cordenons in Viale del Benessere 29, Cordenons per l'incontro della dott.ssa Vicenzotto Patrizia.

In occasione della giornata mondiale dell'Alzheimer siete tutti invitati alla proiezione del film "Tutto quello che vuoi"



PILLOLE DI CAFÈ ...

Nei mesi scorsi abbiamo assistito di persona, o tramite diretta Facebook, agli eventi del progetto Alzheimer Cafè.

Alzheimer Cafè è un servizio di informazione e condivisione di conoscenze relative al tema della demenza e del decadimento sia cognitivo sia fisico.

Alzheimer Cafè è inoltre un momento dedicato al formarsi e informarsi sul tema delle demenze.

In questo numero una pillola di Cafè del giorno 27 giugno 2023, "Come promuovere l'uso delle funzioni cognitive divertendosi assieme" tenuto dalla dott.ssa Elisa Venerus, psicologa e psicoterapeuta.



ABBIAMO PROSEGUITO COSÌ ...

Giovedì 3 agosto

In cucina con Mimoza – I biscotti

Eccoci di nuovo all'appuntamento mensile con il nostro laboratorio di cucina. Questo mese abbiamo messo le mani...in pasta frolla! I nostri nonni si sono divertiti con stampini e formine a creare biscotti di ogni sorta, decorati con pezzi di frutta e cioccolato. La nostra cuoca ha proposto anche gli "zaletti" fatti con farina di mais. Una bontà!



Martedì 8 agosto

Uscita in Fattoria Didattica

Un gruppo di nonni, accompagnati dagli educatori, ha fatto visita alla fattoria didattica "Nettare e Ambrosia" a Villa D'arco, accolti da Marilina e dai bambini del centro estivo, insieme ai quali è stato creato un ricettario con ricette della tradizione popolare utilizzando le piante aromatiche dell'orto. La visita è proseguita con la presentazione degli animali della fattoria: l'asino, le capre e le galline padovane da parte dei bambini, che si sono improvvisati Ciceroni per un giorno, in un divertente scambio esperienziale intergenerazionale.



NOTIZIE DAL CENTRO DIURNO...

Pittura creativa

" Vedo ovunque nella natura, ad esempio negli alberi, capacità d'espressione e, per così dire, un'anima " (Vincent Van Gogh)

In questo agosto dal meteo bizzarro abbiamo proposto ai nostri ospiti del centro un'attività di pittura creativa diversa dal solito.

La diversità dell'offerta non era tanto nei soggetti da realizzare o dallo stile ma dal mezzo con il quale compiere la loro opera.



Partiti dal semplice disegno di un albero l'ospite poteva sceglierne uno con i rami verso il cielo od orizzontali alla linea della Terra, da lì decidere liberamente i colori da utilizzare e soprattutto come abbellire la propria opera.

A disposizione dei nostri utenti oltre ai semplici pennelli, cotton fioc, spugne e tappi di sughero.

Attraverso il disegno e la pittura si possono esprimere le proprie emozioni, si stimola la socializzazione del gruppo, si sviluppa il senso estetico del bello e si mantengono le capacità manuali presenti.

È stato accertato che questa pratica contrasta il processo di invecchiamento neuropsicologico in pazienti che sono affetti da alzheimer o da altre forme di demenza senile. I sintomi depressivi si riducono, così come la perdita della memoria.

L'arte terapia si avvale di strumenti artistici senza un fine estetico, ma per motivi terapeutici.

I disegni non devono avere forme precise o complesse, né sfumature particolari; il disegno è un mezzo per divertirsi e migliorare il proprio benessere.



I NOSTRI PROGETTI...

LA STIMOLAZIONE COGNITIVA

Una delle attività settimanali sulle quali il Servizio Educativo pone particolare attenzione è la stimolazione cognitiva nelle sue varie forme, essendo essa un'attività volta a mantenere attivi i processi cognitivi dell'anziano e capace di andare a sollecitare funzioni residue quali la memoria, il linguaggio, l'attenzione, il ragionamento, la prassia.

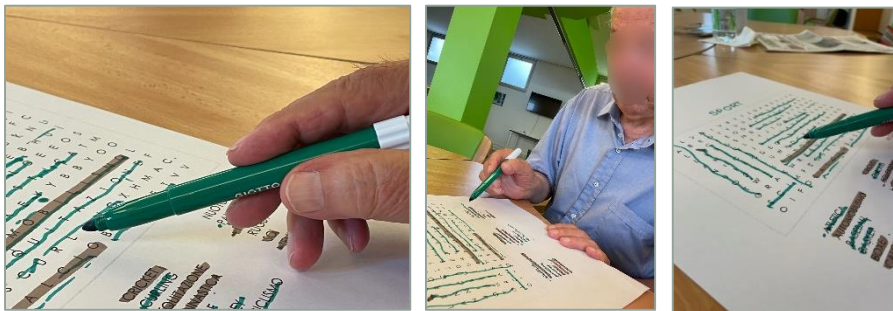
Diverse sono le attività proposte, alcune più semplici e altre più complesse, sottoposte in maniera tale di includere tutti con le proprie capacità residue: cruciverba e crucipuzzle, conversazione guidata, trasformare le parole, esercizi di categorizzazione, riordino di sequenze temporali, giochi di rime, reminiscenza, esercizi di logica, prassia ideo-motoria (es. procedimento per fare il caffè).

A livello cognitivo questi esercizi aiutano a mantenere il pensiero creativo, la fluenza verbale, l'attenzione selettiva, a comprendere e valutare situazioni diverse.

La memoria semantica permette di rievocare nomi di oggetti, mestieri, animali; quella episodica-autobiografica permette di rievocare i fatti del passato.

A livello relazionale il lavoro in gruppo favorisce la socializzazione, la percezione positiva di sé e dell'ambiente circostante, stimola relax e benessere, la conoscenza di sé e dell'altro.

I CRUCIPUZZLE



GIOCHI DI RAGIONAMENTO ASTRATTO



GIOCHI DI FLUENZA VERBALE



MI RACCONTO

Le interviste della nostra casa...

Ciao sono Laura e sono arrivata da poco in questa Casa, assieme agli anziani ho avviato un'attività di racconto e reminiscenza in cui ho potuto coinvolgere gli appassionati in racconti del passato. Questa volta in questa rubrica ho piacere di raccontare qualcosa di me.

Ebbene sì, vi ricordate dello sportivo nato nelle nostre zone e precisamente a Sequals? Avete intuito di chi stiamo parlando...? Ma di Primo Carnera naturalmente!

La distanza tra noi che siamo a Cordenons e Sequals, e' di una trentina di chilometri.

Abbiamo avuto il piacere di condividere la vita e la storia di Primo Carnera con i nostri nonni, alcuni dei quali lo hanno incontrato o conosciuto e ci hanno raccontato i loro ricordi. Abbiamo anche sfogliato alcuni libri fotografici su di lui.

"Mangia se vuoi diventare Carnera" dicevano le mamme italiane ai figli inappetenti negli anni Cinquanta e Sessanta!

Egli era un uomo dotato di coraggio, determinazione, tenacia e sopportazione del dolore, qualità che insieme con la sua modestia, mitezza e umanità lo hanno reso il più grande personaggio sportivo della sua epoca.

"La montagna che cammina", "Il gigante buono", sono alcuni degli appellativi attribuiti al nostro campione. Una carriera di pugile, lottatore e attore; è stato il primo italiano a diventare campione del mondo di boxe (categoria pesi massimi) e ciò accadde il 29 giugno 1933 a New York, in America.

Sebbene l'attività pugilistica lo abbia portato a spostarsi continuamente in Europa e in America, ha sempre mantenuto i contatti e i legami con il paese natio. Testimonianza ne è la villa che fece costruire nel 1932-33, mentre era all'apice del successo, ove farà rientro stabilmente a fine carriera, con la scelta di rimanere in Italia per il resto della sua vita.

Ma vediamo un po' come si è svolta la vita di questo campione.

Nasce a Sequals, in casa dei genitori, il 25 ottobre 1906, che all'epoca è in provincia di Udine. La mamma Giovanna Mazziol è aiutata nel parto dalla levatrice, parto non facile perchè...sapete quanto pesava il neonato alla nascita? Oltre sette chilogrammi!! Il padre Sante non era presente, in quanto era emigrato in Germania per lavoro a fare il mosaicista.

Si presuppone che Primo soffrisse di una forma di gigantismo, con l'ormone della crescita super sviluppato ma all'epoca non si sapeva.

A 18 anni era alto 2 metri e 5 centimetri con scarpe n. 52 (32,5 cm di piede!)

Tornando al lavoro del padre...Molti erano i lavoratori della pedemontana che all'epoca facevano i terrazzisti e i mosaicisti all'estero e il fenomeno migratorio alla ricerca di lavoro era assai diffuso. Il padre avrebbe voluto avviare anche Primo a tale mestiere ma le sue mani grandi non erano adatte in quanto servono mani affusolate e scioltezza delle articolazioni.

Ancora adolescente, spinto da fame e povertà Primo emigra in Francia presso una zia materna, per lavorare come falegname e carpentiere nella la piccola impresa edile degli zii.

A lui toccano i lavori più pesanti. Le domeniche si distraeva andando al cinema a guardare i film come Ercole e Maciste e in lui inizia a formarsi il mito del Superuomo buono, che protegge le persone bisognose. Aveva anche la passione di guardare i personaggi dei circhi che giravano di paese in paese. Nel 1925 gli viene offerto di lavorare in un circo di Francia; accetta nella speranza di cambiare vita: qui si esibisce in esercizi di forza e spettacoli di lotta.

Nel 1928 un ex pugile lo vede lavorare nel circo e lo invita a entrare nel mondo della boxe. Il primo incontro di boxe avverrà a Parigi il 12 settembre 1928 e Carnera metterà a terra ko l'avversario. La sua ascesa sarà rapida, diventerà campione del mondo il 29 giugno 1933 a New York, Stati Uniti. Sebbene i manager del nostro pugile fossero personaggi molto scaltri, per volontà di Primo, parte del ricavato dei combattimenti veniva devoluto a scopi benefici: elargito al comune di Sequals e all'ente per gli aiuti all'Italia.

E qui intervengono i nostri nonni con le loro testimonianze:

Il nostro signor Lino, che svolgeva il mestiere di idraulico, andò a casa di Carnera a Sequals a riparare dei rubinetti e ricorda di aver visto l'attrezzata palestra dove il campione si allenava ...

Ancora... il sig. Antonio ha raccontato un fatto che riguarda suo papà.

Il padre di Antonio era emigrato negli Stati Uniti per lavoro: ebbe l'opportunità di andare a vedere di persona gli incontri di boxe di Carnera, e, quale italiano, vi accedeva gratuitamente!

Ora, riprendiamo il nostro racconto...

Come descritto sopra, Carnera è un uomo dagli alti valori; l'amore per la famiglia è uno dei cardini guida della sua vita, sia come figlio che come marito e padre. Giuseppina Kovacic (Pina) e Primo Carnera si sposano a Sequals il 13 marzo 1939. Di lì a poco il nostro campione inizierà la nuova carriera di lottatore di wrestling (un genere di lotta libera...). Ne diventerà campione mondiale all'età di 51 anni, nel 1957 in Australia. La moglie Pina amministra i guadagni e li investe (un ristorante a Hollywood, un negozio di liquori a Los Angeles...). Dalla loro unione nacquero Umberto (1940-2009) e Giovanna Maria (1943-2017).

Sin dal 1948 si trasferiscono negli Stati Uniti, conservando la villa a Sequals, dove Primo ritorna periodicamente. I figli studiano all'università in America, hanno ciò che il padre da giovane non ha avuto (è risaputo che l'università americana è molto costosa...). Umberto diventerà medico e la sorella psicologa.

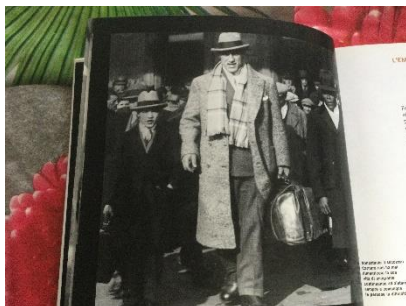
Gli anni trascorrono sereni ma, come si sa, la vita riserva sempre delle sorprese: Primo è malato, gli era stato asportato un rene, soffre di diabete e di cirrosi epatica. Egli desidera rientrare in Patria e morire nel proprio paese. Arriva dagli Stati Uniti all'aeroporto di Roma Fiumicino il 20 maggio 1967. Il volto dimagrito, scheletrico, seduto su una sedia a rotelle. Da lì procederà in treno sino a Casarsa.

In stazione a Casarsa una frotta di persone era ad attenderlo, ed ecco puntuale il ricordo di Linda, che lo vide: "aveva l'aria sofferente, ma riuscii a stringergli la mano e che mano grande!..."

Rientrato a Sequals, a causa delle comorbidità sarà costretto a letto. Spira il 29 giugno del 1967. Data faticida il 29 giugno, la data del suo successo, 29 giugno 1933, e 29 giugno la data del suo trapasso.

La villa di Sequals è adibita a museo a testimonianza della vita e della grandezza di Primo Carnera. Sono stata a visitarla, è aperta sabato e domenica a cura dei volontari del F.A.I. (Fondo ambiente italiano).

Questo personaggio ha lasciato un segno e un ricordo indelebile nel cuore dei nostri nonni!



L'ANGOLO DELLE GOLOSITÀ

Rubrica di cucina a cura del Centro Diurno.

LE CENTRIFUGHE DI FRUTTA

L'estate chiama voglia di fresco, che i nostri anziani hanno ricercato nella frutta di stagione. Vi proponiamo alcuni abbinamenti per preparare una gustosa centrifuga di frutta. I nostri utenti le hanno ideate e provate! Ve le suggeriamo sicuri di soddisfare anche i palati più raffinati!

Ingredienti:

- Pesche
- Melone
- Mele
- Zucchine
- Carote
- Ananas
- Albicocca

Preparazione:

Tagliate tutta la frutta a pezzi grossi, non serve sbucciarla, solo assicuratevi di togliere alcuni semi (come quelli del melone). Munendovi di una centrifuga, o un estrattore di succo, uniteli secondo ricetta. Buon divertimento!

LA RINFRESCANTE:

- Zucchini
- Pesca
- Mela

LA GOLOSA

- Mela
- Carota
- Melone

LA VITAMINICA

- Ananas
- Albicocca
- Mela



PER SAPERNE DI PIÙ...

L'ALFABETO DEGLI ANZIANI...



ELEVISIONE

I pazienti con demenza, in genere, riducono progressivamente i tempi di visione della TV. La difficoltà nel seguire i dialoghi, le conversazioni, le trame dei film, i dibattiti, fanno sì che la persona con Alzheimer guardi sempre meno la televisione, privilegiando spettacoli semplici, ripetitivi, come telenovela e simili. Rispetto alla televisione, sono, anche, frequenti le errate percezioni della realtà: la persona con Alzheimer parla con i personaggi della TV, credendo che siano persone realmente presenti in casa. In questi casi, la TV può essere causa di irrequietezza. Qualora la televisione produca effetti negativi, sarà meglio evitare di fargliela vedere.



DITO

Come per gli altri organi di senso, è necessario considerarsi il sommarsi di modificazioni fisiologiche dovute al normale invecchiamento, con i sintomi dell'Alzheimer. La presbiacusia, cioè la perdita dell'udito per i toni puri, aumenta con l'età in entrambi i sessi, così come l'identificazione del suono. Queste modificazioni sono importanti per la percezione delle parole e del discorso.

Molte persone con Alzheimer ascoltano con piacere la musica, o la radio.

UN ARCOBALENO DI EVENTI...

OGNI LUNEDÌ MATTINA, DALLE 9.45 ALLE 10.30,

CELEBRAZIONE DELLA SANTA MESSA

PER I NOSTRI ANZIANI A CURA DEI PADRI COMBONIANI DI CORDENONS

OGNI GIOVEDÌ POMERIGGIO, DALLE 15.45 ALLE 16.30,

CELEBRAZIONE DEL SANTO ROSARIO E CONFESSIONI

A CURA DEI PADRI COMBONIANI DI CORDENONS

GIOVEDÌ 12 SETTEMBRE, DALLE ORE 9.30

USCITA AL MARE

GIOVEDÌ 14 SETTEMBRE, DALLE ORE 10.30

IN CUCINA CON MIMOZA: STRUDEL SALATO

VENERDÌ 15 SETTEMBRE, ALLE ORE 10.00

USCITA A PORDENONELEGGE

SABATO 16 SETTEMBRE, ALLE ORE 10.00

MATTINATA IN COMPAGNIA DEI VIP CLAUNANDO

GIOVEDÌ 21 SETTEMBRE, ALLE ORE 18.00

PROIEZIONE DEL FILM: "TUTTO QUELLO CHE VUOI"

IN OCCASIONE DELLA GIORNATA MONDIALE DELL'ALZHEIMER

MERCOLEDÌ 27 SETTEMBRE, ALLE ORE 15.30

FESTA DEI COMPLEANNI CON ERMANN0 E TONY

GIOVEDÌ 28 SETTEMBRE, ALLE ORE 12.00

GRIGLIATA DI FINE ESTATE

STAMPA: CONSORZIO VIVES
REDAZIONE GIORNALE: ELISA V., EMANUELA, MARCO, ALESSANDRA (SERVIZIO EDUCATIVO)

ASP Cordenonese "Virginia Fabbri Taliento" – 0434/930440



Pagina Facebook: ASP Cordenonese "Virginia Fabbri Taliento"