

NON SOLO FRA DI NOI

Realizzato presso il laboratorio di Stampa e Rilegatoria
Spoleto Via Nursina 32s tel 0743.44217
c/o ilcerchio.net - mail gierre@ilcerchio.net

Spoleto 13 marzo 2009



*cinque per mille
il cerchio onlus*

su CUD - modello 730 - Unico, indica il c.f.
01517980544

IL PUNTO

pag. 1

SI PUÒ FARE

pag. 1

L'ALBERO DELL'ALLEGRIA

pag. 1

IL RIPOSO DEL GIARDINO

pag. 2

GIORNI A COLORI

pag. 2

CORREVA L'ANNO

pag. 2

CALORE E COLORE

pag. 2

RIDERE FA BENE AL CUORE

pag. 3

BATTUTE

pag. 3

STORIE

pag. 4

questo è un pro-oggetto
della cooperativa il cerchio



n° 196

Unirci è un inizio,
mantenersi uniti è un progresso,
lavorare insieme è un successo.

Anonimo del '700

magazine settimanale
per l'Ambito 9 della Regione Umbria
del periodico Impegno Sociale



tiratura 250 copie



IL PUNTO

Questa volta abbiamo fatto proprio come una redazione seria. Avevamo programmato i servizi sulla Residenza di Terraia per il numero scorso (vedi il punto 195). Poi in attesa di un contributo della dott.ssa Simonetta Antinarelli, direttore del distretto n. 2 della ASL3, insomma la "nostra ASL", abbiamo rinviato a questo 196esimo numero. Ma non ci siamo fermati qui. Come direbbero i veri giornalisti abbiamo concordato telefonicamente con la direttrice un incontro con i nostri inviati "speciali". Puntuali ieri mattina giovedì 12 marzo (abbiamo rispettato anche la tradizione di chiudere l'ultimo "pezzo" all'ultimo minuto) la nostra squadra ha raggiunto l'Antinarelli nel suo Ufficio alla palazzina Micheli a Spoleto. Una squadra seria (mancava il registratore ma tra le "diverse abilità" della nostra redazione ci potrebbe anche essere una memoria strepitosa), seria e combattiva con tanto di fotoreporter che ha realizzato l'immagine che vedete in copertina. Il "pezzo" ovviamente apre in prima pagina al titolo (redazionale) "si può fare" e sempre nelle migliori tradizioni giornalistiche, chiude in ultima (insomma potete anche leggerlo tutto senza aprire il giornale, che per l'occasione si è fatto in 4... pagine) addirittura sbirciando la copia esposta in edicola (peccato che "noi" in edicola non ci siamo). Proseguono le cene di solidarietà organizzate da Il Cerchio onlus, al BimBumBam in corso le riprese per il video che presenterà il "restyling" del centro realizzato con il contributo della campagna raccolta fondi, a Giano appuntamento con l'AIAS domenica 15 per il consueto pranzo di solidarietà... oltre al pantografo (vedi n. 195) già consegnati anche plotter e computer, ora servono gli arredi...

SI PUO' FARE

di Simonetta Antinarelli

La struttura per anziani di Terraia rappresenta una realtà del nostro territorio, ormai consolidata da anni.

L'ALBERO DELL'ALLEGRIA

L'albero che vedete nella sala pranzo è particolare; infatti si modifica a seconda delle feste e delle stagioni. Prima era

L'ALBERO DELL'ALLEGRIA

addobbato per il Natale, ora è pieno di maschere per il carne-



vale, poi arriverà la primavera, quindi la Pasqua e così via. La sua presenza mette sempre un po' di allegria!!!!!!

IL RIPOSO DEL GARDINO

Sedie, tavoli e panche acquistati dalla Cooperativa Il Cerchio ora



conservati in attesa della bella stagione quando saranno riposizionati in giardino per poterne usufruire.

GIORNI A COLORI

di Carla
Lane colorate, gomitoli sfuggevoli, matassine, cordoncini, legature, perline e....voilà, una bella mappa-bambolina per tenda "Magari me ne facessi una...." dice Amina, così l'idea di realizzarle per ogni camera e poi si vedrà....visto che già abbiamo avuto una prenotazione.



CORREVA L'ANNO

di Adealide

Nell'anno 2008 presso la struttura residenziale e riabilitativa R.S.A. di Terraia si è avviato un progetto molto articolato per l'animazione anziani che comprende anche alcune ore di attività di Musicoterapia.

Esperimento interessante perché coinvolge gruppi misti di anziani



in degenza temporanea ed anziani in regime residenziale, creando momenti emotivo- relazionali in musica molto coinvolgenti.

Il progetto di musicoterapia è cominciato esplorando le conoscenze, le abilità e le necessità musicali degli ospiti, prima con ascolti e poi introducendo chitarra e piccoli strumenti con momenti di canto e di produzione musicale.

Anche per gli anziani allettati si cerca di adeguare alle loro condizioni ed esigenze, dei momenti di animazione musicale.



La sedia verde di A. Ho conosciuto la signora A. il primo giorno di attività, stava arroccata sulla sua sedia e questa intrusa che le rivolgeva la parola sembrava disturbarla.

Chiederle di spostarsi o semplicemente girare la sedia per non voltare le spalle agli altri ospiti che stavano lavorando al tavolino era una richiesta troppo forte, a tutte le domande la risposta era sempre "no, non sono capace, non mi piace, domandalo a quell'altro".

A distanza di alcuni mesi A. aspetta il nostro arrivo e sempre con una certa timidezza che fa

continua a pag. 3

CALORE E COLORE

di Emanuela

Il progetto Animazione presso l'R.S.A. di Terraia nasce grazie ad una sinergia di intenti dell'Asl n.3 (Dott. Jannucci) e della cooperativa Il Cerchio (Serenella Banconi). Il progetto che ha preso avvio i primi di giugno e che prevedeva all'inizio un periodo massimo di 6 mesi, si pone come obiettivo di creare un ambiente che riuscisse, attraverso l'attivazione di laboratori, ad animare, ridare vita alla vita degli ospiti, dall'altro di attivare e stimolare abilità residue degli stessi. All'inizio ciò non è stato molto facile, difficilmente si lasciavano coinvolgere.

Con il passare del tempo, grazie alla sperimentazione di un buon "



stare insieme" ed ad una attenta valutazione delle attività residue e degli interessi degli ospiti, si sono incominciate ad attivare le varie attività del laboratorio e con molta calma gli ospiti, che passavano giornate inattive, hanno incominciato a muoversi, a lavorare, a collaborare.

Al di là dei lavori realizzati, una parte dei quali costituisce un po' l'arredo dei vari spazi della struttura, ciò che si riscontra come maggiormente positivo è stata proprio la creazione di un buon clima di gruppo che ha favorito anche una maggiore conoscenza reciproca. Grandi traguardi sono stati raggiunti non solo dal punto di vista operativo, ma anche affettivo-relazionale.

Il colore ed il calore di questo progetto, insieme a tutte le persone che lo hanno voluto e portato avanti, hanno promosso l'attivazione di altri progetti quali la musicoterapica e la realizzazione di feste, decretandone il successo.

parte del suo carattere chiede subito " oggi cosa facciamo ? ", non solo ha lasciato la sua sedia, ma per l'interesse forte che ha per l'attività di musica si sposta nella stanza dove lavoriamo e sta sperimentando tutti gli strumenti messi a disposizione, pur avendo una certa preferenza per le maracas. E' riduttivo parlare di lei con queste poche righe, ma l'emozione del vederla attiva e sorridente è una piacevole sorpresa ad ogni incontro.

Le canzoni di G. G. chiede sempre canzoni Italiane anni sessanta e settanta, elenca gli autori e conosce quasi tutti i testi a memoria, non le canta, le declama come poesie e quando le sente cantare va in estasi ed anticipa il canto con la declamazione delle parole creando un curioso effetto tipo suggeritore di teatro d'opera. Ama i colori a spirito ed i pastelli, se ne appropria sempre, anche se non sono i suoi e li tiene tra le mani o in tasca come un tesoro preziosissimo da custodire e non far vedere a nessuno.

Gli piace molto giocare con il telo



colorato ed i palloncini, con tenacia afferra la sua maniglia e rimprovera quelli che non seguono la musica di sottofondo o fanno cadere i palloncini dal telo, quando i palloncini cadono a terra li raccoglie solo se gli sono particolarmente vicini, perché alzarsi dal suo posto e lasciare la maniglia di direzione del telo lo disorienta.

Ogni volta che ci salutiamo mi ripete " signurì, ma perché non venite la domenica ? ", la domenica ci siamo sempre, ma a G. piace chiederlo ogni volta.

I somari di D.L. Il giorno del compleanno di G. lui non era di buon umore, parlando e parlando ci siamo messi a fare un gioco di gruppo in cui ognuno faceva finta di avere l'età che preferiva.

continua a pag. 4

RIDERE FA BENE AL CUORE

"Signori', un po' de musica italiana niente???"Tipica frase del Signor G. ospite dell'rsa.

L'attività di musicoterapia iniziata ad ottobre scorso,ha coinvolto tutti gli ospiti della struttura.

Esperienze significative, emozioni molto forti e anche immense risate. Quando con la signora D. iniziamo ad improvvisare le vecchie melodie con il tamburello e la chitarra, il tempo sembra tornare indietro a quando si cantavano le serenate sotto le



finestre e ci si raccoglieva tutti intorno al focolare.

Una delle più belle attività e' stata quella di manipolazione. Abbiamo riempito cinque recipienti con: acqua, sale, riso, olio e schiuma da barba. Con gli occhi bendati a turno tutti immergevano una mano nei vari recipienti. Dovevano indovinare cosa fosse: "Olio, formaggio, patate, zucchero, panna" ...le risposte sono state molte, ma la cosa più bella è stata vedere la curiosità negli occhi di tutti, attimi troppo emozionanti e intensi da poter descrivere in quattro parole.

Se ridere fa bene al cuore e cantare allevia ogni dolore, questo abbinamento all'rsa e' diventato un motto da seguire per lavorare in armonia e serenità.



BATTUTE

Cicogne distratte

Una cicogna vola tra le nuvole e porta tra il becco un panno con dentro un vecchietto.

A un certo punto il vecchietto alza lo sguardo verso la cicogna e, con aria rassegnata: "Cicogna, me lo dica sinceramente ... ci siamo persi, vero!?"

Caro vita

Un pensionato deve vivere con 600 euro al mese.

Ormai ci sono dei voli andata e ritorno Milano-Londra per 20 euro.

Se il pensionato con i 600 euro compra 30 biglietti aerei di andata e ritorno, risolve il problema della casa, del riscaldamento, del cibo e non deve neppure pagare la tassa sui rifiuti!

Il nonno

Un giornalista si reca in un paesino noto per la longevità di alcuni suoi abitanti, per intervistare uno di questi ultracentenari.

Passeggiando per le vie del paese, il giornalista vede un vecchietto che sta piangendo e gli chiede: "Mi dica buon uomo, quanti anni ha?".

"Centocinque, signore". "E perché sta piangendo?". "Mi ha picchiato il babbo!". E il giornalista stupidissimo: "E perché suo padre l'ha picchiato?".

"Perché stavo facendo i dispetti al nonno!!!

STORIE

di Emanuela

Per farvi entrare un po' di più nel vivo di ciò che ho vissuto, vi voglio raccontare un po' di storie di persone e di come questo progetto ha rivoluzionato il clima di gruppo ma anche lo stato d'animo personale.

A. stava sempre seduta in disparte sulla sua carrozzina e difficilmente riusciva ad essere coinvolta. Le altre operatrici la descrivevano come una persona che non aveva voglia di fare nulla. E ogni volta che le si chiedeva qualcosa rispondeva sempre con "no, no, no, no!" scuotendo la testa. Ora nonostante il suo no iniziale sia rimasto, questo rifiuto dura poco.... Subito infatti chiede: "Dove mi metto?" e poi "Che devo fare?" dimostrando un grande impegno in ciò che lei fa. Tutto ciò con grande stupore di tutte le colleghe.... Non solo si avvicina anche da sola con la carrozzina!

Potrei raccontare poi di D. che nonostante i suoi pensieri lo portino lontano da noi, (ogni tanto



) collabora in maniera attiva, (pitturando, scartavetrando) dando i suoi consigli su oggetti o sulla vita (ogni tanto ricorda e racconta parti della sua vita) o ancora di G. che nonostante difficilmente riesca a manipolare o a vedere bene, non manca mai di stare intorno al tavolo.....

O ancora di O. che si preoccupa continuamente che rilavora troppo e che poi mi stanco molto...una vera e propria nonna... E. che è sempre attiva e lavora continuamente e mi guarda chiedendomi se ha lavorato bene.: "Tesoro va bene così?"

Tanti altri ospiti hanno fatto la storia di questi mesi alcuni sono fissi, altri mi hanno accompagnato

per un po' ...altri ci hanno definitivamente lasciato. Non posso non ricordare la bellissima festa fatta a fine anno, organizzata dal Cerchio e che ha visto coinvolto tutto il personale e che ci ha soddisfatto tutti. Si è cantato, ballato, ci si è mascherati in un clima giocoso.

Non posso non ricordare poi i numerosi lavori fatti dai vari ospiti della struttura per Natale e non solo, lavori che continuano e che accompagnano la ciclicità delle stagioni ed anche il nostro "tempo" e la nostra "storia".



CORREVA L'ANNO continua da pag.3

D. in quell'occasione ha raccontato una storia bellissima che vi racconterò lui un'altra volta, così ho messo a disposizione di D. fogli e penne per scrivere la sua storia.

Dopo qualche giorno sono tornata al servizio con l'entusiasmo di vedere il racconto di D. messo su carta, era una giornata particolarmente fredda, ma il sole prometteva un anticipo di primavera.

Ho incontrato D. all'ingresso e la mia prima premura è stata di dedicare del tempo a quello scritto ed a quella storia che aveva emozionato tutti, ma il mio entusiasmo non aveva tenuto conto dei sogni e delle tante storie che sono e sono state la vita di D., sono rimasta un po' stupita quindi quando mi ha detto "oggi non ho tempo né per leggere né per scrivere, devo andà giù pe' la macchia che me so' scappati du somari che se non li rimetto possono fa' danni", ma le storie sono tutte belle quando

vengono da una vita vissuta intensamente, anche questa ve la racconteremo un'altra volta.

SI PUO' FARE dalla prima pagina

Nata dalla chiusura di San Paolo, accoglie attualmente 25 anziani in Residenza Protetta e 12 in Residenza Sanitaria.

Assistiti che necessitano, dopo un ricovero per un intervento acuto, di un periodo limitato di riabilitazione o di cure intense.

La città di Spoleto, grazie soprattutto alla Fondazione Giubileo, e all'amministrazione Comunale, ha contribuito notevolmente perché i nostri anziani avessero all'interno del loro territorio l'assistenza necessaria.

Terraia oggi, con i lavori di restyling voluti dalla ASL, sta



anche cambiando volto, sia dentro che fuori della struttura.

Ci vediamo alla grande festa di Aprile, per stare vicino ai nostri anziani, anche quelli dimenticati.

A tutti gli operatori che vi lavorano va il mio "GRAZIE" di cuore. Non è facile, ma si può fare!!

non solo fra di noi

direttore editoriale giorgio raffaelli

supplemento a

Impegno Sociale

anno XI novembre 2008

Direttore editoriale: Sandro Corsi
Direttore Responsabile: Arnaldo Casali

Pubblicazione Reg. Tribunale di Terni
il 13 novembre 2003 n.11/03

cardinali
la tua tecnologia.

**Venite a visitare il nostro negozio,
troverete sempre nuove occasioni**

**Non solo fra di noi è stampato da
Cardinali centro tecnologie e
assistenza per uffici e copisterie...**

**...quando competenza, efficienza ed
economia si coniugano con solidarietà!**

via Cacciatori delle Alpi, 23 06049 Spoleto tel 0743.220422, fax 0743.222110, www.cardinalioffice.it